



INSTITUCION EDUCATIVA  
Alonso Carvajal Peralta

Resolución No 3821 de 30 de octubre de 2017  
REG. SED Libro 5 Folio 348 nov.  
NIT: 890.501.419-1



## PROYECTO INSTITUCIONAL

### INSTITUCIONH EDUCATIVA ALONSO CARVAJAL PERALTA

### FORTALECIENDO HABITOS PARA GOZAR DE UNA VIDA SANA Y SALUDABLE

FECHA

I, II y III trimestres del año escolar 2022

### INTRODUCCION

El desarrollo de hábitos de vida saludable forman parte de la educación integral de las personas en nuestro sistema educativo, estos contenidos suponen desarrollar buenas prácticas escolares que fortalecen la educación para la salud y fomenten la participación de agentes externos (familia, salud pública y otros) así como la creación de un entorno físico y psicosocial de apoyo a los mismos

La institución educativa Alonso Carvajal Peralta ha venido realizando programas y actividades para implementar hábitos y estilos de vida saludable con el fin de mejorar la alimentación y el aprovechamiento del tiempo libre en sus educandos

### OBJETIVO

Generar condiciones propicias para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad educativa, promoviendo hábitos saludables en los aspectos nutricionales higiénicos, físicos, psicológicos y del manejo del tiempo libre mediante la implementación de estrategias educativas orientadas al logro de una escuela saludable

### PLAN DE ACCION

ACTIVIDADES	RESPONSABLES
1. ELABORACION DEL PROYECTO	DOCENTES DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
2. PRESENTACION Y SOCIALIZACION DEL PROYECTO	DOCENTES DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
3. CAMINATA ECOLOGICA DE BIENVENIDA	DOCENTES DE LA INSTITUCION EDUCATIVA ALONSO CARVAJAL PERALTA

4. EXPOSICION DE CARTELERAS ALUCIVAS A LOS HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE	ALUMNOS DE UNDECIMO GRADO
5. INAUGURACION DE LOS JUEGOS INTERCLASES	DOCENTES DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
6. DESARROLLO DE LOS JUEGOS INTERCLASES	DOCENTES DEL AREA DE EDUCACION FISICA RECREACION Y DEPORTES
7. ACTIVIDADES RECREATIVAS (BAILO TERAPIA)	FORMADORES DEPORTIVOS DEL MUNICIPIO
8. PARTICIPACION EN LOS JUEGOS SUPERATE A NIVEL MUNICIPAL Y DEPARTAMENTAL	FORMADORES DEPORTIVOS DEL MUNICIPIO
9. CULMINACION DE LOS JUEGOS INTERCLASES	PROFECIONALES DE SALUD PUBLICA
10. CAMPAÑA SORE SALUD BUCAL Y ASEO PERSONAL	PROFECIONALES DE SALUD PUBLICA
11. CHARLAS SOBRE DIETA SALUDABLE (DESAYUNO, CENA Y LONCHERA)	PROFECIONALES DE SALUD PUBLICA
12. CAMPAÑAS SOBRE PREVENCION Y CONSUMO DE BEBIDAS ALCOHOLICAS Y SUSTANCIAS PSICOACTIVAS.	DOCENTE ORIENTADOR

### METODOLOGIA

Se aplicará una metodología activa centrada en un enfoque de aprendizaje social y contextualizado en la realidad de los estudiantes y sus vivencias en relación con el manejo de la salud.

El proceso a seguir para lograr el aprendizaje de forma significativa y participativa contempla tres momentos metodológicos vinculados al proceso de enseñanza -aprendizaje: la observación, la comprensión y la acción.

En la institución educativa Alonso Carvajal Peralta se han realizado exposiciones alusivas a los hábitos y estilos de vida saludable por parte de los alumnos de undécimo grado, se han hecho campañas en contra del consumo de productos de paquete, bebidas energizantes y comidas rápidas. Se ha enfatizado en la utilización adecuada del tiempo libre mediante actividades deportivas y recreativas.

# EVIDENCIAS

## CAMINATA ECOLOGICA



# JUEGOS INTERCLASES 2022



JUEGOS SUPERATE 2022 FASE DEPARTAMENTAL

