



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

“Promoviendo hábitos para mantener una vida sana y saludable”

CENTRO EDUCATIVO RURAL LA TRINIDAD

Docentes

Nidia Campo Quintero
Karen Lorea Muñoz
Leidy Ximena Buitrago
Claudia Patricia Rueda
Edith Yohana Campo

Director

Henry David Guarín Jaimes

Convención, Norte de Santander

2022



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Contenido

INTRODUCCION.....

JUSTIFICACION.....

ANTECEDENTES.....

EJES DE ARTICULACION.....

OBJETIVOS:

OBJETIVO GENERAL.....

OBJETIVOS ESPECIFICOS.....

MARCO TEORICO.

REFERENTES CONTEXTUALES.....

REFERENTES CONCEPTUALES.....

LOS ESTILOS LOS DE VIDA SALUDABLE.....

AUTOCUIDADO.....

REFERENTES LEGALES.....



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DEL PROYECTO.

DIAGNOSTICO.....

POBLACION OBJETO.....

METODOLOGIA.....

CONTENIDOS PROGRAMATICOS.....

EVALUACION.....

RECURSOS.....

CONCLUSIONES.....

BIBLIOGRAFIA.....

ANEXOS....

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

INTRODUCCIÓN

La noción de una institución saludable está asociado a los escenarios educativos de bienestar institucional y comunitario, en el cual los estudiantes, así como los demás miembros de la comunidad educativa logran una armonía en cuanto al desarrollo bio-psíquico-social. Es así como los centros educativos entre: docentes, los estudiantes, las familias y toda la comunidad buscan una meta en común: crear experiencias de aprendizaje, que permitan la adquisición o modificación de conductas, y prácticas relacionadas con el manejo y cuidado de la salud física y mental de los niños y jóvenes. Es por esto que los estilos de vida saludables son considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de una persona y de la sociedad; la promoción de la salud tiene que ver principalmente con el desarrollo de estilos de vida sana que avalen adecuados niveles de bienestar, condiciones óptimas de trabajo y de educación, mediante la realización de una sana rutina de actividad física, hábitos alimentarios equilibrados y espacios para el descanso y la recreación.

Por lo tanto, los niños, niñas y adolescentes deben llegar a ser agentes de cambio en cuando estos se adaptan y transporten sus conocimientos, prácticas cotidianas a la salud integral de su familia y de su comunidad. La escuela es por lo tanto el centro en donde los maestros, los alumnos, las familias y la comunidad trabajen por un fin común: propiciar en los niños el desarrollo de habilidades que promueva: la autoestima, la creatividad, la innovación, los valores cívicos y el sentido crítico para así alcanzar el bienestar individual como social.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

JUSTIFICACIÓN

La Escuela Saludable es una estrategia de promoción de la salud física como mental en el ámbito escolar que se desprende de las políticas públicas establecidas en el país en materia de aseguramiento de los derechos a la salud y la educación de la infancia y adolescencia en la perspectiva de desarrollo humano sostenible. A partir de 1997 en el país se establece una alianza entre los diferentes sectores del desarrollo social: salud, educación y Bienestar Familiar, con el apoyo de Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), con el cual el Gobierno Nacional adoptan la Estrategia Escuelas Saludables” para realizar una intervención intersectorial en torno a la problemática de salud y educación que afectan a los escolares”. Mediante el Decreto 3039 de Agosto 10 de 2007, el Ministerio de la Protección Social y dentro del Plan Nacional de Políticas Públicas, establece el marco de acción para la promoción de la salud y la calidad de vida, estableciéndose como línea de trabajo prioritaria salud infantil adolescente. En este marco, es de importancia fundamental que al interior de las instituciones educativas garanticen entornos educativos saludables, que favorezcan el desarrollo integral de la comunidad educativa, y contribuyan a la formación de capacidades de decisión y participación dentro de los principios de respeto a los derechos humanos. Teniendo en cuenta la importancia que tiene la aplicación de la estrategia de Escuelas Saludables, para la promoción de una cultura de la salud desde las instituciones educativas, que permita la apropiación de hábitos y estilos de vida saludables, el presente proyecto se sustenta en los lineamientos establecidos por el Gobierno nacional para la Promoción de la Salud física y mental en el contexto escolar. Con fundamento en el documento de trabajo "Lineamientos para la Educación en Estilos de vida saludables", publicado en 1997, este proyecto

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

apunta a la inclusión de la temática de Estilos de vida dentro del Proyecto Educativo Institucional en coordinación con otras instituciones, para que estudiantes, docentes, administrativos y familias, contribuyan a la construcción de una cultura de la salud y faciliten desde temprana edad, la formación de estilos de vida saludables. En este sentido, el proyecto de Formación de estilos de vida saludable, se constituye como uno de los ejes transversales y dentro del marco de estrategias adoptadas por el colegio Luis Carlos Galán Sarmiento en la búsqueda de condiciones pedagógicas, para la apropiación de conocimientos, valores y prácticas esenciales en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad de la comunidad educativa, desde la articulación de los sectores salud, educación y Bienestar y como componente pilar del Proyecto Educativo Institucional (PEI). Se busca integrar políticas públicas de salud, educación, medio ambiente, bienestar social y espacios de convivencia, que permitan cambios de actitud favorables para el mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes, teniendo en cuenta, que la escuela no debe formar para un conocimiento como un agregado acumulativo de contenidos disciplinares, sino para la aplicación de saberes integrados a la vida cotidiana, como condición de una formación de ciudadanos sanos, productivos y felices.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

ANTECEDENTES

La estrategia de Escuelas Saludables se ha venido ampliando en diversos países durante la última década para propiciar conocimientos sociales en el entorno escolar encaminados principalmente al cuidado de las necesidades biopsicosociales de niños y niñas y jóvenes, por medio de alianzas y gestiones coordinadas que abarcan a todos los miembros de la comunidad educativa, para favorecer el mejoramiento de la calidad de vida del ser humano de la actualidad y futura.

En Colombia la Estrategia Escuelas Promotoras de la Salud, se apadrinó con el nombre de “Escuela Saludable” y fue aceptada en 1997 por el Ministerio de Salud, hoy de la Protección Social, para liderarla en el nivel nacional. A comienzos de 1999, los Ministerios de Salud y Educación Nacional, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF, y la OPS/OMS, en seguida de un acuerdo, firman y publican los lineamientos nacionales para el desarrollo de la estrategia, con el título de Escuela Saludable, la Alegría de Vivir en Paz y desde estas directrices se trabaja hoy en día para el desarrollo e implementación de los Estilos de Vida Saludable. La comunidad internacional y las autoridades territoriales han admitido esta Estrategia de Escuelas Saludables como una iniciativa de alto potencial para intervenir intersectorialmente las dificultades de educación asociados a la salud que aquejan

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

el sector escolar y de esta manera fomentar el autocuidado de la salud de la comunidad en general, especialmente de los niños, niñas y jóvenes en particular.

En Colombia a partir de la implementación de la Ley 100, la población escolar fue claramente identificada como el núcleo al cual deben dirigirse las acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, a través del Plan de Atención Básica (P.A.B.) y del Plan Obligatorio de Salud (P.O.S.)

En el Centro educativo Rural la Trinidad, la propuesta “promoviendo hábitos para mantener una vida sana y saludable” se ha establecido como una iniciativa fundamentada a través del proyecto transversal de estilos de vida saludable, que busca mejorar las condiciones de autocuidado y entornos saludables.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

EJES DE ARTICULACIÓN

El proyecto se ha planteado a partir de cuatro ejes de articulación:

1. **El PEI:** Como un proceso de progreso humano e institucional flexible y participativo, que componen intencionalidades y trabajos institucionales orientadas especialmente al mejoramiento de la calidad de vida de todos y cada uno de los miembros de la comunidad educativa.

2. **Mecanismo pedagógico:** Este componente se plantea a partir de un concepto de educación para la salud que incluya conocimientos actualizados, estilos de vida saludables a nivel individual y colectivo, autocuidado, cultura de protocolos de bioseguridad y construcción de habilidades para una sana convivencia pacífica, sustentado en una propuesta lúdico-didáctica.

3. **Prevención en salud:** en coordinación interinstitucional con la Secretaría Municipal de salud, se contemplan acciones preventivas en torno al autocuidado, cultura en protocolos de bioseguridad y las problemáticas de salud de mayor frecuencia en la comunidad educativa.

4. **Entornos saludables:** Acondicionamiento de los recursos estructurales y ambientales de la institución para la generación de entornos de aprendizaje propicios para una adecuada interacción entre educandos y sus diferentes ámbitos

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

de desenvolvimiento que el libre desarrollo de la personalidad, las relaciones armónicas y el cuidado de sus entornos vitales.

Es precisamente como, con la realización de este proyecto, el Centro educativo rural la Trinidad asume como uno de sus retos la responsabilidad de constituir un trabajo pedagógico dirigido al mejoramiento y preservación de la calidad de vida de los niños, niñas y jóvenes quienes forman la razón de ser del centro educativo, como promoción de hábitos y estilos de vida saludables, basados en los lineamientos generales establecidos por el Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación y amparados por el programa de salud pública de la Alcaldía Municipal de Convención.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Crear condiciones adecuadas para garantizar el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad educativa del CER la Trinidad a través de la promoción de estilos de vida saludables tanto a nivel nutricional, psicológico, higiénico, físico y de manejo del tiempo libre.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Diagnosticar los diferentes riesgos que afronta la comunidad educativa del CER la Trinidad.

- ✓ Generar espacios de aprendizaje conductual que propicien hábitos saludables entre los estudiantes.

	<p style="text-align: center;">INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE		

- ✓ Difundir información en la comunidad educativa sobre los cuidados pertinentes en relación a la salud, al aseo personal y al manejo del tiempo libre.
- ✓ Gestionar apoyo interinstitucional para la puesta en marcha de las actividades requeridas en la ejecución del proyecto.
- ✓ Diseñar y construir herramientas de apoyo didáctico para abordar los diferentes ejes temáticos del proyecto.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

La promoción de estilos de vida saludables en la escuela debe formar parte de una visión integral del ser humano que considere a las personas, y en especial a los niños y a los adolescentes, dentro de su entorno familiar, comunitario y social.

Por lo anterior, tener salud es no sólo la ausencia de enfermedad física o mental sino también de la existencia de un entorno favorable tanto a nivel interpersonal, afectivo y auto-afirmativo, dicho lo anterior, la salud como bienestar integral, comprende un óptimo estado físico, psicológico y espiritual, enlazado con un sentido positivo hacia la vida y disposición para interrelacionarse constructivamente.

Cuando se hace mención a la Educación para la Salud se está incorporando a las diferentes dimensiones de la formación del ser en articulación transversal con las diferentes áreas de conocimiento que hacen parte del currículo, de manera que la Educación para la salud, se constituye en un elemento globalizador e interdisciplinar y transdisciplinar dentro del currículo.

Ahora bien, para incentivar condiciones de salud favorables y prevenir futuras enfermedades es necesario educar a nuestros niños y jóvenes en hábitos

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

alimenticios sanos, autocuidados higiénicos, manejo de las emociones y sentimientos, manejo del tiempo libre, que fomenten niveles adecuados de salud y prevengan enfermedades.

En efecto, desarrollar conductas que contribuyan con la permanencia y fortalecimiento de la salud de las personas se hace necesario el desarrollo de una serie de acciones que posibiliten no sólo el aprendizaje de conocimientos sino el fortalecimiento en la práctica de hábitos alimenticios, de higiene y de relacionamiento en su entorno socio-ambiental. La ejecución de proyectos cuya finalidad es obtener estos aprendizajes enfocados a cambios comportamentales y actitudinales exige la existencia de un equipo interdisciplinario capacitados en la transmisión y manejo de estas temáticas, con sentido de compromiso y capacidades para la innovación y contextualización de su quehacer pedagógico.

La educación para la salud implica, por tanto, el desarrollo de actividades de promoción y prevención dirigidas a la comunidad educativa en general tales como salud oral, auditiva, crecimiento y desarrollo, implementación de la actividad física como estilo de vida saludable y aprovechamiento del tiempo libre. La noción de estilos de vida saludables, se desprenden del concepto de Promoción de la Salud



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

definida como "la estrategia para proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma"; en este sentido, el estilo de vida saludable, es la manera como cada persona decide llevar su vida, son las acciones que decidimos hacer y hace relación a las rutinas cotidianas de las personas, el tipo de alimentos que se consumen, las actividades físicas que se practican, la forma y calidad de las relaciones con los demás y con el entorno, así como el manejo que se hace de las emociones frente a situaciones estresantes y presiones sociales y la actitud que se asume ante los problemas.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

REFERENTES CONTEXTUALES

El centro educativo rural la Trinidad, está ubicada en el Centro Poblado del corregimiento la Trinidad del Municipio de Convención – Norte de Santander – Republica de Colombia.

REFERENTE CONCEPTUAL

Las comunidades escolares se están convirtiendo cada vez más en lugares donde pueden florecer los hábitos saludables. Sin embargo, la responsabilidad de enseñar a los niños hábitos saludables no recae solo en los maestros.

Una comunidad escolar saludable involucra a todos los socios y envía a los niños el mismo mensaje en el hogar, la escuela y la comunidad. Los niños que asisten a una escuela saludable pueden tomar decisiones informadas que afectan sus propias vidas y las vidas de sus familias.

Cuando se hace referencia a la Educación para la Salud se está involucrando a las diferentes dimensiones de la formación del ser en articulación transversal con las diferentes áreas de conocimiento que hacen parte del currículo, de manera que la Educación para la salud, se constituye en un elemento globalizador e interdisciplinar y transdisciplinar dentro del currículo.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

La adopción y el mantenimiento de hábitos de vida saludables es esencial para el desarrollo, la salud y el éxito escolar. Es bien sabido que tener hábitos alimentarios saludables influye positivamente en el crecimiento y la salud de los jóvenes, sobre todo porque les facilita el aprendizaje. La actividad física regular promueve la concentración, que es un factor clave para el éxito educativo y crea una sensación de bienestar.

Los hábitos de estilo saludable se establecen por tener diversos criterios, y, fundamentos, uno de ellos, y, que trata de enfocar hacia lo pedagógico y la definición de hábitos de vida saludable sería "(O.M.S., 1999) compuesto por sus reacciones habituales y por las pautas de conducta que ha desarrollado durante sus procesos de socialización. Estas pautas se aprenden en la relación con los padres, compañeros, amigos y hermanos, o por la influencia de la escuela, medios de comunicación, etc. Dichas pautas de comportamiento son interpretadas y puestas a prueba continuamente en las diversas situaciones sociales y, por tanto, no son fijas, sino que están sujetas a modificaciones".

- Salud, la OMS lo define como es un estado de completo bienestar físico, mental y social.
- Hábito, en las ciencias de la salud, en particular a las ciencias del comportamiento (la psicología), se denomina hábito a cualquier conducta repetida

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

regularmente, que requiere de un pequeño o de ningún raciocinio y que es aprendida, más que innata.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Los estilos de vida se conforman en condiciones y elementos determinantes del estado de salud de una persona. La Carta de Ottawa (1986) para la Promoción de la Salud, considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para

promover la salud. "La salud se crea y se vive en el marco de la vida

cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo. La salud es el resultado de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud."

La promoción de la salud, conlleva a la adquisición y apropiación de patrones de vida saludables, que promuevan niveles de vida óptimos, que generen condiciones

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

idóneas de trabajo, educación, actividad física y mecanismos para el descanso y la recreación Sigerest (1945).

En el contexto escolar, los estilos de vida se promueven a través de experiencias de aprendizaje que contribuyen con la obtención y asimilación de hábitos y estilos referentes al manejo de situaciones de salud coherentes que garanticen la preservación de la misma en los educandos y sus entornos familiares y personales; teniendo en cuenta factores como la herencia social, los patrones culturales de la familia que orientan el manejo de la salud, la calidad de las relaciones humanas, las situaciones socio-económicas y los niveles de escolaridad.

EL AUTOCUIDADO.

El concepto de autocuidado se percibe como los cuidados que toda persona asume para garantizar una adecuada calidad de vida en el plano personal, familiar y comunitario. Según Ofelia Tobón Correa (2012), el autocuidado lo determinan factores propios de la persona y factores externos que no dependen de su control; estos determinantes se relacionan con los factores protectores para la salud, tanto

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

como con los factores de riesgo, que generan, según el caso, prácticas favorables o riesgo para la salud.

En la perspectiva teórica de la necesidades planteadas en el desarrollo a escala humana de Manfred Max-neef (1993), uno de los aspectos que define una cultura son los satisfactores que las personas elaboran para resolver sus necesidades, en orden a tres ámbitos de interacción: En relación con la persona misma, en relación con el grupo social y en relación con el medio ambiente. En este sentido, el autocuidado tiene una corresponsabilidad entre la racionalidad y la subjetividad que afrontan diversas esferas del ser humano, sin desconocer la historia de vida que ha afrontado cada persona llevándolo a socializar sus afectos, desafectos, intereses, opciones dentro de relaciones en donde el conflicto y la contradicción hacen parte de la cotidianidad de la vida en que ella transcurre (Tobón, 2012). Por consiguiente, la educación para la salud conlleva un proceso de toma de conciencia y la orientación de una actuación responsable en torno al cuidado de la propia salud y a la estructuración de hábitos y cogniciones que favorezcan cambios actitudinales en torno en el manejo de situaciones de depresión, malos hábitos alimentarios e higiénicos que afectan la salud de los estudiantes y su desarrollo potencial como seres humano equilibrados.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

REFERENTES LEGALES.

El Proyecto “Formación de Estilos de Vida Saludable”, se soporta en la Constitución Política de Colombia (Artículos: 11, 13, 15, 16, 22, 44, 45, 48, 49, 52, 64, 79 y 95); La Ley 100 de 1993 Sistema de Seguridad Social; La Ley 115 de 1994 y/o Ley General de Educación, sus decretos y resoluciones reglamentarias; Ley 81 de 1995. Práctica del deporte; Ley 715 de 2001 Sistema General de Participaciones y la Ley 99 de 1993 denominada Ley del medio ambiente; Ley 1098 de 2006. Infancia y Adolescencia; Ley 1355 de 2009. Obesidad y enfermedad; Decreto 2771 Fomento de la actividad física y la recreación; Resoluciones 4288 de 1996 (PAB), la 3997 PPSSS de 1996, la 4210 de 1996, entre otras normas.

Con la implementación de la Ley 100 de 1993, la población escolar fue identificada como el núcleo al cual debe dirigirse las acciones de promoción de salud y prevención de la enfermedad a través del Plan de Atención Básico (PAB) y el Plan Obligatorio de Salud (POS).

En 1997, Colombia adopta la Iniciativa Regional de Escuelas Promotoras de la Salud promovida por la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS), elabora en 1999 el primer documento de política “Escuela Saludable: La alegría de vivir en paz”, como lineamientos preliminares para la formulación de la política de Escuela Saludable.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, establece que “el ejercicio del deporte sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas además de preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano”.

La Ley del Deporte, Ley 181 de 1995, artículo 2 señala como objetivo especial, la creación del Sistema Nacional del Deporte, la recreación el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

El Proyecto Educativo Institucional del Centro educativo rural la Trinidad, como Propósito de Desarrollo y Carta de Navegación que administra el horizonte a los integrantes de la Comunidad Educativa, sustentado en los principios, valores y fines de la Educación Colombiana en cada uno de sus componentes y áreas de gestión escolar: Directiva, Académica, Administrativa/Financiera y Comunidad.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DEL PROYECTO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.

DIAGNOSTICO.

Teniendo en cuenta las variantes de la calidad de vida en la mayoría de las comunidades, se observa con preocupación aspectos como : la poca conciencia del autocuidado en los protocolos de bioseguridad ya que las personas de este contexto son indiferentes al covid 19 , la ausencia de hábitos de una sana alimentación , la falta de espacios adecuados para la realización de ejercicios y ambientes saludables, para el desarrollo integral de los niñ@s, adolescentes y jóvenes de nuestra institución.

El Centro Educativo Rural La trinidad, ubicada en el corregimiento la Trinidad del municipio de Convención – Norte de Santander, atiende una población escolar cerca a los 550 estudiantes en la sede principal y anexas en los niveles ciclos y grados de preescolar – transición, básica primaria y secundaria y la Educación Media Académica. Además de los modelos educativos flexible de Escuela Nueva.

Un alto porcentaje de los educandos provienes de familias ubicadas en los estratos 1 y 2. En el quehacer educativo de nuestra institución educativa, se observan



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

inadecuados hábitos alimenticios, problemas de higiene y presentación personal, problemas de salud oral. Inadecuado manejo del tiempo libre, entre otros. La preocupación entre los diferentes estamentos de nuestro Centro Educativo por la salud y el bienestar de los educandos exige la implementación de acciones que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida de los educandos y demás integrantes de la Comunidad CER LA TRINIDAD”.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

POBLACIÓN OBJETO.

La población objeto de este proyecto corresponde a la comunidad educativa del Centro Educativo Rural la Trinidad ubicada en el municipio de Convención.

METODOLOGÍA.

La metodología a utilizar será activa con enfoque de aprendizaje social teniendo en cuenta el contexto de los estudiantes y comunidad educativa en general teniendo en cuenta sus experiencias en lo referente al autocuidado, manejo de su salud y tiempo libre.

Los pasos a tener en cuenta para alcanzar un aprendizaje de forma significativa y participativa, integra la aplicación de tres momentos metodológicos relacionados con el proceso de enseñanza-aprendizaje: La Observación, la comprensión y la Acción.

a) La observación corresponde a la primera etapa en el proceso de aprendizaje, este se logra a través de la interpretación de imágenes relacionadas con las

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

temáticas a tratar, y así poder expresar sus ideas y de esta manera establecer asociaciones con su realidad personal, escolar, familiar y comunitaria.

La observación e interpretación de imágenes, promueve el conocimiento y la expresión oral con además de la participación individual y colectiva. Cabe resaltar, que dicho proceso se complementa con la observación de imágenes en los entornos propios de los estudiantes.

b) La comprensión se obtiene a través de la interpretación de la información obtenida en la observación a través de preguntas problematizadoras que permiten establecer asociaciones entre las observaciones realizadas y las diversas temáticas abordadas; generando de esta forma un análisis reflexivo desde la cotidianidad de los educandos. Por medio del proceso comprensivo, se promueven competencias en relación a la construcción social de conocimientos, respeto por las diferentes formas de pensamiento, trabajo colaborativo, expresión oral, el pensamiento crítico y reflexivo, teniendo en cuenta el nivel académico de los estudiantes.



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

c) La acción estará orientada al desarrollo de competencias, destrezas y habilidades a través de un esquema teórico práctico de construcción de conocimiento. Cabe señalar que la metodología incluye ejes transversales contemplados en el currículo escolar.

**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD**

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0

**PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE****Contenidos programáticos****Primer periodo: una vida saludable****Contenidos para:****Saber**

1. Factores que influyen en la adopción de hábitos alimentarios.
2. Funciones de los nutrientes.
3. Equilibrio de la dieta y salud.
4. Dieta equilibrada adaptada a los gustos personales.

Saber hacer

1. Análisis de los propios hábitos alimentarios.
2. Identificación de platos típicos de la cocina de diversas regiones del Catatumbo.
3. Elaboración de una cartelera que contenga de forma atractiva los principales hábitos alimentarios.

Saber ser

1. Aceptación de diferentes preferencias en las comidas.
2. Relatividad del concepto de belleza.
3. Aceptación de la propia imagen y respeto hacia la imagen de los demás.
4. Valoración positiva de la relación entre dieta equilibrada y salud.

Segundo periodo: Salud mental y corporal**Contenidos para:****Saber**

1. Relación entre actividad física y salud.
2. Ritmos biológicos y necesidad de descanso.
3. Funciones del sueño.
4. El estilo de vida y el estrés.

Saber hacer

1. Práctica para el autoanálisis de la forma física.
2. Lectura de un texto para extraer ideas sobre el insomnio.
3. Consulta sobre las horas diarias de sueño de los estudiantes.
4. Práctica de un método de relajación.

Saber ser

1. Importancia de la moderación y la continuidad respecto al ejercicio físico.
2. Asunción de la actividad diaria (ocio, deporte y trabajo) como forma de vida saludable.
3. Valoración positiva del sueño como elemento reparador.
4. Importancia de una buena distribución del tiempo para la salud.

Tercer periodo: El autocuidado**Contenidos para:****Saber**

1. Concepto de riesgo. Aspectos positivos y negativos.
2. Límites del riesgo. El riesgo controlado.
3. Actividades de la vida diaria que comportan un riesgo.

Saber hacer

1. Consulta sobre actividades que comportan un riesgo: deportes de aventura, conductas de salud, conducción, consumos de algunas sustancias, conductas sociales...)

Saber ser

1. Relevancia de las decisiones en la autoprotección.
2. Pluralidad de actitudes respecto al riesgo.
3. Responsabilidad ante la asunción de un riesgo.



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

2. Análisis del nivel de riesgo y aceptabilidad social de diversas situaciones.
3. Comprensión de los efectos del alcohol sobre la conducción mediante videos informativos.

Cuarto periodo: Mi capacidad de resiliencia

Contenidos para:

Saber

1. El estilo de vida y las relaciones interpersonales.
2. Diferentes maneras de ser y de enfrentarse a las situaciones de la vida.
3. Estrategias para mejorar las relaciones interpersonales.
4. Autonomía y dependencia. Egoísmo y altruismo.

Saber hacer

1. Reflexión sobre los estilos a partir de la lectura de textos.
2. Identificación de estilos y maneras de ser con situaciones concretas.
3. Práctica para la comprobación del nivel de autocontrol.
4. Aplicación de técnicas asertivas a situaciones vividas o próximas a la realidad de los jóvenes.

Saber ser

1. Respeto a la diversidad de formas de pensar y de vivir.
2. Aceptación de uno mismo.
3. Valoración positiva de la autonomía en las decisiones.
4. Importancia de las interrelaciones para la salud.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

Evaluación

El proyecto de estilos de vida saludable se realizará en el C.E. R La Trinidad durante los cuatro periodos académicos; cada periodo cuenta con su propio contenido el cual busca fortalecer en los estudiantes tanto la salud mental como la salud corporal a través de las competencias del Saber, Saber Hacer y Saber Ser. El proyecto se evaluará de forma constante y durante el desarrollo de actividades académicas y lúdicas. Finalmente se podrá valorar los progresos individuales de los estudiantes y los progresos colectivos como en la familia con el fin de la construcción de una cultura alimentaria sana y saludable.

Recursos

Talento humano.

Rector, gobierno escolar, padres de familia y comunidad aledaña a la institución.

Económicos

Aportes financiados por la institución y estudiantes.

Físicos

Salones de titulación

Didácticos

Material bibliográfico. Implementos deportivos, (pitos, cronómetros, mallas, balones) Juegos didácticos, (parqués, tableros de ajedrez, otros) Juegos tradicionales, (trompos, canicas, yoyos, cuerdas) Juegos pre deportivos, (conos, aros, bastones)



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Tablero del periódico, carteleras, marcadores, grapadora, cartulina, hojas de block, recortes de revistas, etc.

Tecnológicos

Internet. Computador. Celulares.

CONCLUSIONES.



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

- Con la formulación y desarrollo del Proyecto Pedagógico Estilos de Vida Saludable en nuestro centro educativo, se busca beneficiar significativamente con la formación integral de los estudiantes del centro educativo rural la Trinidad, el Mejoramiento continuo de la Calidad Educativa y mejorar la calidad de Vida de los integrantes de la Comunidad Educativa, especialmente en los educandos.
- Ampliar aprendizajes significativos y críticos que favorezcan a los estudiantes del centro educativo la Trinidad desde el grado de preescolar hasta undécimo grado presentar alternativas de solución a sus dificultades y a satisfacer sus necesidades educativas en todos los aspectos con la orientación y asesoría de sus docentes y padres de familia.
- Gestionar programas de información y capacitación para estudiantes, docentes y padres de familia en los Estilos de Vida Saludable.
- Fortalecer la cultura de protocolos de bioseguridad en el ámbito escolar del centro educativo rural la Trinidad.
- Articular la ejecución del presente proyecto con las autoridades educativas, salud pública a nivel municipal del Municipio de Convención.



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

BIBLIOGRAFIA

Constitución Política de Colombia de 1991.

	<p>INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD <i>Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021. Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021 Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander. Código DANE N° <u>254206001102</u> Nit N° <u>900253087-0</u></i></p>	
<p>PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</p>		

Ley 100 del 23 de diciembre 1993. Por el cual se crea el Sistema de Seguridad Social Integral.

Ley 115 del 8 de febrero de 1994. Ley General de Educación y sus Decretos y demás normas reglamentarias. Decreto 1860 de 1994

Ley 715 de 2001. Sistema General de Participaciones.

Documentos del Ministerio de Educación Nacional de la Republica de Colombia. Estilos de Vida Saludable. Hábitos y Prácticas Alimentarias.

Documentos del Ministerio de Salud y de la Protección Social de Colombia.

Consulta web, página del Ministerio de Educación.

<http://www.mineducacion.gov.co/1621/w3-propertyvalue-51358.html>.

Programa de Naciones Unidas. Informes Mundiales de Desarrollo Humano. En: [http://indh.pnud.org.co/pagina.plx?pg=AD Informes Mundiales&m1at=1](http://indh.pnud.org.co/pagina.plx?pg=AD%20Informes%20Mundiales&m1at=1)

Lineamientos Nacionales para la Aplicación y el Desarrollo de las Estrategias de Entornos Saludables Escuela Saludable y Vivienda Saludable



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

*Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0*



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Ofelia Tobón C. y Consuelo Ospina G. en su libro Fundamentos teóricos y metodológicos para el trabajo en salud. Universidad de Caldas, centro editorial, 2004.



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

PLAN DE ACCION.

ACTIVIDAD	OBJETIVO	INDICADOR	EVIDENCIA	RESPONSABLE	FECHA
Divulgar el proyecto hábitos para mantener una vida sana y saludable.	Dar a conocer el proyecto en hábitos para mantener una vida sana y saludable	100% de la comunidad educativa conociendo el proyecto.	Circular, Fotografías y vídeos de la actividad	Director y docentes encargados del proyecto	Octubre del 2021
Gestionar apoyo y participación del grupo interdisciplinar municipal	Obtener recursos y apoyo interdisciplinar para la ejecución del proyecto	Apoyo ofrecido por las instituciones participantes del proyecto	Cartas y oficios enviados para la participación al equipo interdisciplinar	Director y docentes encargados del proyecto	Noviembre 2021

**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD**

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0

**PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE**

Diagnóstico en hábitos de vida saludable	Establecer cuáles son los hábitos en vida saludable en el centro educativo la Trinidad.	Información curricular para la planeación del diagnóstico	Documento del diagnóstico	Docentes de preescolar, primaria y secundaria del centro educativo la Trinidad	febrero del 2022
Publicación de los resultados del diagnóstico	Priorizar temáticas a desarrollar con estudiantes y padres de familia.	100% de información desarrollada con el diagnóstico y la comunidad	Fotos, planillas de asistencia, carteleras	Docentes y equipo de trabajo	Marzo del 2022
Formación sobre la cultura de protocolos de bioseguridad	Sensibilizar la comunidad educativa sobre el tema de autocuidado y	100% de la comunidad educativa formada en el manejo de la cultura de	Fotos, planillas de asistencia, material de trabajo.	Docentes encargados del proyecto	Abril del 2022

**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD**

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0

**PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE**

dentro y fuera de contexto escolar	protocolos de bioseguridad para evitar el contagio del covid 19	protocolos de bioseguridad.			Grupo interdisciplinar municipal	
Capacitación de hábitos y vida saludable	Orientar la comunidad educativa sobre los beneficios de los hábitos saludables	80% de la comunidad educativa capacitada	Fotos, planillas de asistencia, material de trabajo		Grupo interdisciplinar programa de salud pública del municipio de convención	Mayo del 2022
Campaña sobre salud bucal y aseo personal	Concientizar la comunidad educativa sobre la importancia	comunidad educativa sensibilizada frente a buenas prácticas de aseo personal	Fotos, planillas de asistencia, material de trabajo.		Docentes encargados del proyecto	Junio del 2022

**INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD**

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0

**PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE**

	de una excelente salud bucal y personal			Grupo interdisciplinar municipal	
Veladas de baile terapia de preescolar, primaria y bachillerato	Fomentar el baile, y la integración como habito de vida saludable	Participación del 80% de la comunidad educativa en la velada de baile terapia.	Fotos, videos y planillas de asistencia	Docentes encargados del proyecto	Julio del 2022
Charlas sobre dieta saludable (desayuno, almuerzo, cena y lonchera)	Estimular en los estudiantes y padres de familia los hábitos alimenticios que favorecen la buena salud.	Mejora en los hábitos alimenticios de los estudiantes	Fotos, planillas de asistencia, material de trabajo	Grupo interdisciplinar del programa de salud pública municipal	Septiembre del 2022



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA TRINIDAD

Decreto de creación N° 001189 del 08 de Septiembre de 2021.
Resolución de aprobación N° 005010 del 1 de Diciembre de 2021
Corregimiento La Trinidad, Convención Norte de Santander.
Código DANE N° 254206001102 Nit N° 900253087-0



PROYECTO PEDAGÓGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Festival de hábitos saludables del CER la Trinidad	Realizar un festival con la participación de toda la comunidad educativa	Extensa participación de todos los entes educativos y la comunidad en general	Fotos, videos, platos saludables, integración de los padres de familia a la actividad.	director, docentes, estudiantes, grupo interdisciplinar y padres de familia.	Octubre del 2022
--	--	---	--	--	------------------