



MUNICIPIO DE TIBÚ

INSTITUCIÓN EDUCATIVA

BERTRANIA

Decreto 002666 del 14 de Noviembre de 2023

Código Dane 254810000386 – NIT 900122910-6



PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES

1. IDENTIFICACIÓN	
1.1. Nombre del proyecto	PROYECTO ESTILOS Y HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE
1.2. Población	Institución Educativa Bertrania
1.3. Duración	Año 2024
1.4. Responsables	Shirley Guarín, Mildred Caselles, Andrea Basto,(Docentes titulares)
2. INTRODUCCIÓN	
Introducción La Institución Educativa Bertrania, desarrolla el proyecto transversal estilos de Vida Saludable, que promueve actividades que conlleven al mejoramiento de la salud física, salud social, salud mental y la promoción de hábitos saludables, con el apoyo de entidades gubernamentales. La salud física, mental y el bienestar integral de los estudiantes son prioridad de la Institución educativa por tal motivo se realizan actividades durante todo el año escolar de promoción en salud como brigadas y campañas que vinculan a todas sedes de la institución. Se cuenta con el apoyo de las áreas de Ciencias Naturales, Educación Física, Recreación y Deportes, Ética y Valores y Ciencias sociales, las cuales propician espacios escolares de autocuidado, higiene, sana alimentación y práctica del deporte.	
3. JUSTIFICACIÓN	
Las Escuelas Saludables son una estrategia de promoción de la salud orientadas por 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 Colombia se establecen alianzas 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 adopta las Escuelas Saludables” para realizar una intervención intersectorial en torno a la problemática de salud y educación que afectan a los escolares”. El proyecto transversal Estilos de vida saludable, se constituye como una de las estrategias de la Institución Educativa Bertrania en la búsqueda la apropiación de conocimientos, valores y prácticas esenciales en la promoción de la salud y en la prevención de las enfermedades de la comunidad educativa, articulando los sectores salud, educación y Bienestar y como componente 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 debe formar para la aplicación de saberes integrados a la vida cotidiana, como condición para mejorar la calidad de vida.	
4. MARCO TEÓRICO	
4.1. MARCO CONCEPTUAL: Los estilos de visa se constituyen en condiciones y factores 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	



MUNICIPIO DE TIBÚ

INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA

Decreto 002666 del 14 de Noviembre de 2023
Código Dane 254810000386 – NIT 900122910-6



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 implica la apropiación de patrones de vida sanos y que promueve niveles de vida adecuados que permiten óptimas condiciones de trabajo, educación, actividad física y mecanismos para el descanso y la recreación. (Graybie, y Smith, 2014).

En el contexto escolar, los estilos de vida se promueven a través de experiencias de aprendizaje que favorecen la adquisición o modificación de hábitos y estilos relacionados con el manejo de la salud en orden en unos comportamientos deseables que favorecen la preservación de la salud y la prevención de enfermedades de los educandos, 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 socioeconómicas y los niveles de escolaridad.

4.2. MARCO LEGAL:

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.

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.

5. OBJETIVOS

5.1. General

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

- Propiciar espacios de aprendizaje social que permitan la

	MUNICIPIO DE TIBÚ INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA Decreto 002666 del 14 de Noviembre de 2023 Código Dane 254810000386 – NIT 900122910-6	
5.2. Específicos	apropiación de hábitos y experiencias de aprendizaje para el desarrollo de conductas saludables entre los educandos. - Facilitar información sobre los beneficios que tiene para la salud de los educandos y sus familias, el consumo alimentos sanos como las frutas y verduras y sobre los peligros que representa el consumo indiscriminado de algunas comidas y bebidas. - Originar rutinas didácticas que permitan mejor los hábitos alimenticios.	
6. METODOLOGÍA		
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 por seguir para lograr el aprendizaje de forma significativa y participativa contempla la aplicación de tres momentos metodológicos vinculados al proceso de enseñanza-aprendizaje: La Observación – la Comprensión – y la Acción. a) La observación es el primer paso en el aprendizaje, se logra mediante imágenes relacionadas a temas de salud, sobre las que los estudiantes se referencian para expresar sus ideas y establecer asociaciones con su realidad personal, escolar, familiar y comunitaria. La observación de imágenes audiovisuales facilita el conocimiento por medio de la fijación audiovisual y promueve la expresión oral con la participación individual y colectiva. Este proceso se complementa con la observación y toma de imágenes de situaciones reales en sus diferentes entornos cotidianos. b) La comprensión se logra a partir de la información generada en la observación con preguntas problematizadoras que permitan la asociación de las observaciones y las temáticas abordadas, con el consiguiente análisis y reflexión desde la propia vida cotidiana de los educandos. En este proceso comprensivo, se desarrollan competencias relacionadas con la construcción social de conocimientos, trabajo colaborativo, el respeto a las ideas de los demás, la expresión oral, el pensamiento crítico, de acuerdo con el nivel académico de los estudiantes. c) La acción, estará orientada al desarrollar habilidades y destrezas mediante la aplicación de un esquema lúdico – recreativo por medio de un cronogramar de actividades a ejecutar por periodo académico.		

7. PROCESOS Y ACTIVIDADES A DESARROLLAR PLAN DE ACCIÓN HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE 2024- PRIMARIA						
OBJETIVOS	METAS	INDICADOR	ACTIVIDADES	FECHA INICIO	FECHA FINAL	
Promover los hábitos saludables a través del baile o danza que contribuyan en el desarrollo motor del estudiante y a su vez motiven a generar un habito saludable.	A Noviembre de 2024 el 90% de la comunidad estudiantil se vincularán a las actividades dirigidas musicalizada	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	BAILOTERAPIA “A BAILAR SE DIJO” Se realizará una bailo - terapia un día Viernes último, cada 2 meses, donde participarán todos los estudiantes, los profesores titulares, estimulando la importancia de la danza como habito saludable.	31 de mayo de 2024 26 de Julio de 2024 27 de septiembre de 2024 29 de noviembre de 2024	31 de mayo 2024 26 de julio 2024 27 de Septiembre 2024 29 de Noviembre 2024	
Fortalecer la importancia del juego cooperative y tradicional como medio para promover el desarrollo físico, intelectual y social de los NNJA.	A 14 junio de 2024 el 90% de los estudiantes se vincularán a la actividad lúdica en conmemoración del día del estudiante	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	<u>YINCANA BERTRANISTA</u> <u>“Hoy y siempre”</u> Se realizará una actividad lúdico-recreativa con diferentes juegos de habilidades por estaciones donde participaran todos los estudiantes. La actividad estará dividida en 2 sesiones Sesión primaria se 7 de junio	7 de junio de 2024	7 de junio 2024	

Fomentar la actividad física a través de una actividad en familia que permita fortalecer la comunicación y participación entre padres e hijos.	A 13 de septiembre el 70% de los estudiantes y padres de familia se vincularán a una actividad recreativa con sus hijos.	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	DIA DE COMETAS “ELEVATUS SUEÑOS Y COMPARTE SONRISAS” Se realizará un concurso general de cometas, en compañía de los padres de familia propiciando un espacio para la recreación y fomento de hábitos saludables. Punto de encuentro (cancha las rocas)	13 de septiembre de 2024	13 de septiembre de 2024	
Promover los hábitos saludables a través de diversas actividades que motivan al estudiante a alimentarse sanamente.	A 31 de octubre de 2024 99% de los estudiantes y docentes titulares realizarán una actividad en conjunto con sus estudiantes estimulando el desarrollo físico, psíquico y emocional de los niños, niñas, jóvenes y adolescentes, a través de los movimientos y la mímica al ritmo de la música	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	Concurso “el baile de la fruta y vegetales” Se realizará un concurso general donde se dividirá en dos sesiones. <u>SESIÓN PRIMARIA</u> se compartirá el link de la canción el baile de la fruta, los estudiantes grabarán un video usando su creatividad, recreando el baile, lo podrán hacer por grupos.	31 de octubre 2024	31 de Octubre 2024	

Responsables del Proyecto: SHIRLEY DAYANNA GUARIN – MILDRED CASELLES- ANDREA BASTO.					
PLAN DE ACCIÓN					
HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE					
2024- SECUNDARIA					
OBJETIVOS	METAS	INDICADOR	ACTIVIDADES	FECHA INICIO	FECHA FINAL
Promover los hábitos saludables a través del baile o danza que contribuyan en el desarrollo motor del estudiante y a su vez motiven a generar un habito saludable.	A noviembre de 2024 el 90% de la comunidad estudiantil se vincularán a las actividades dirigidas musicalizada	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	BAILOTERAPIA “A BAILAR SE DIJO” Se realizará una bailo - terapia un día Viernes último, cada 2 meses, donde participarán todos los estudiantes, los profesores titulares, estimulando la importancia de la danza como habito saludable.	31 de mayo de 2024 26 de Julio de 2024 27 de septiembre de 2024 29 de noviembre de 2024	31 de mayo 2024 26 de Julio 2024 27 de Septiembre 2024 29 de Noviembre 2024
Fortalecer la importancia del juego cooperative y tradicional como medio para promover el desarrollo físico, intelectual y social de los NNJA.	A 14 junio de 2024 el 90% de los estudiantes se vincularán a la actividad lúdica en conmemoración del día del estudiante	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	<u>YINCANA BERTRANISTA</u> <u>“Hoy y siempre”</u> Se realizará una actividad lúdico-recreativa con diferentes juegos de habilidades por estaciones donde participaran todos los estudiantes. La actividad estará dividida en 2 sesiones Sesión	14 de junio de 2024	14 de junio 2024



MUNICIPIO DE TIBÚ

INSTITUCIÓN EDUCATIVA

BERTRANIA

Decreto 002666 del 14 de Noviembre de 2023

Código Dane 254810000386 – NIT 900122910-6



			Secundaria 14 de junio			
Fomentar la actividad fisica a traves de una actividad en familia que permita fortalecer la comunicaci3n y participaci3n entre padres e hijos.	A 13 de septiembre el 70% de los estudiantes y padres de familia se vincularan a una actividad recreativa con sus hijos.	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	DIA DE COMETAS “ELEVA TUS SUEÑOS Y COMPARTE SONRISAS” Se realizará un concurso general de cometas, en compa3a de los padres de familia propiciando un espacio para la recreaci3n y fomento de hábitos saludables. Punto de encuentro (cancha las rocas)	13 de septiembre de 2024	13 de septiembre 2024	
Promover los hábitos saludables a través de diversas actividades que motivan al estudiante a alimentarse sanamente.	A 31 de octubre de 2024 99% de los estudiantes y docentes titulares realizaran una actividad en conjunto con sus estudiantes estimulando el desarrollo físico, psíquico y emocional de los niños, niñas, jóvenes y adolescentes, a través de los movimientos y	Número de estudiantes que establecen hábitos de vida saludable /total de estudiantes x100	Concurso “el baile de la fruta y vegetales” Se realizará un concurso general donde se dividirá en dos sesiones. <u>SESI3N SECUNDARIA</u> Observaran varios videos sobre la importancia de una alimentaci3n sana, seguidamente recrearan un tik-	31 de octubre de 2024	31 de Octubre de 2024	

	MUNICIPIO DE TIBÚ INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA <i>Decreto 002666 del 14 de Noviembre de 2023</i> <i>Código Dane 254810000386 – NIT 900122910-6</i>	
---	---	---

	la mímica al ritmo de la música		tok juntos con sus compañeros donde expliquen la importancia de un buen habito saludable.			
Responsables del Proyecto: SHIRLEY DAYANNA GUARIN – MILDRED CASELLES- ANDREA BASTO.						
8. RECURSOS						
8.1. Humanos		Rector, docentes lideres PPT, docentes, estudiantes, padres de familia, alcaldía municipal, ONG.				
8.2. Físicos		Cancha de la institución, salones de clase y otros espacios.				
8.3. Materiales		Computador, equipo de sonido, video beam, material lúdico.				
8.4. Técnicos		Internet.				
9. PRESUPUESTO						
1.000.000 P/C.						
10. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO						
10.1. Aprobación						
10.2. Acompañamiento						
10.3. Resultados						
10.4. Evaluación						