



# **CORPORACIÓN PEDAGÓGICA COLOMBIANA “CORPECOL”**

Licencia de Funcionamiento 006113 del 23 de noviembre de 2019 la cual modificó los artículos primeros de las resoluciones N° 001839 del 28 de noviembre de 2006 (licencia de funcionamiento) y la N° 004947 del 24 de nov. de 2009 (legalización de estudios)- S.E.D.  
CODIGO ICFES 118141  
DANE: 35449800255901  
NIT. 901129421-1

Ocaña, Norte de Santander



PROYECTO EDUCATIVO TRANSVERSAL

**“PROYECTO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE”**

## PROYECTO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE



**Especialista**

**DEXY AMAYA MENESES**



## INDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
<b>1. LECTURA DE CONTEXTO .....</b>	<b>5</b>
<b>2. EQUIPO DE TRABAJO .....</b>	<b>5</b>
<b>3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>5</b>
3.1 Descripción del problema.....	5
3.2 Pregunta problematizadora .....	6
3.3. Objetivos .....	6
3.3.1 Objetivo General.....	6
3.3.2 Objetivos específicos .....	6
<b>3.4 JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>7</b>
<b>4. MARCO REFERENCIAL .....</b>	<b>8</b>
4.1 Antecedentes.....	8
4.2. Marco Conceptual .....	9
4.3 Marco Conceptual.....	12
4.4 Marco Normativo.....	12
<b>5. METODOLOGÍA .....</b>	<b>13</b>
<b>5. 1 PLAN DE ACCIÓN.....</b>	<b>15</b>
5.2 Cronograma De Actividades .....	18
5.3 Matriz pedagógica .....	22
<b>6. RECURSOS DISPONIBLES .....</b>	<b>46</b>
<b>7. EVALUACIÓN .....</b>	<b>46</b>
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>47</b>



## INTRODUCCIÓN

El Proyecto transversal *Estilos de Vida Saludable*, se basa en la propuesta y programa del Ministerio de Educación Nacional que busca orientar desde las secretarías de educación, en coordinación con las secretarías de salud y las instituciones educativas “ la formación de ciudadanos y ciudadanas éticos y responsables, con criterios claros que les posibilitan tomar decisiones asertivas sobre su proyecto vida y frente a su salud, orientado hacia su bienestar integral: físico, psíquico, intelectual, moral y espiritual.” (MEN)

Teniendo en cuenta que los estilos de vida han sido considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo y las colectividades, la promoción de la salud, tiene que ver principalmente con el desarrollo de los patrones de vida sanos que garanticen 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 tanto, las instituciones educativas se constituyen como los entornos idóneos para la formación de hábitos y conductas saludables, no sólo de los educandos sino a través de ellos también en sus familias. Los niños, niñas y adolescente pueden convertirse en agentes de cambio en cuando estos se apropien y transfieran sus conocimientos, prácticas cotidianas a la salud integral de su familia y de su comunidad.

Los proyectos pedagógicos transversales, entre ellos los Estilos de Vida Saludable, no son un producto acabado, sino en continua construcción, los aprendizajes adquiridos por la comunidad educativa deben ser útiles y transferibles para afrontar nuevos retos. Lo importante no está en la supuesta solución definitiva, sino en la búsqueda de cada vez mayores niveles de apropiación para afrontar con autonomía los problemas, retos y cambios socioculturales.



## 1. LECTURA DE CONTEXTO

En el contexto de los grandes desequilibrios que reducen las posibilidades de calidad de vida de una gran mayoría de la población, la presencia de problemas asociados a la pobreza, el desempleo, diferentes formas de violencia, maltrato, abandono, conjuntamente con la escasez de alimentos entre otros y los elevados niveles de estrés a los que están sometidos los miembros de la familia, se han constituido en su conjunto en factores de riesgo para el desarrollo integral de los niños y adolescentes de nuestro país.

La Corporación, ubicada en el sector urbano del municipio de Ocaña, atiende a una población de estudiantes en los ciclos de básica secundaria y media, que reciben formación en la jornada de la mañana y la tarde. La mayoría de los educandos provienen de familias situados en estrato 1 y 2.

## 2. EQUIPO DE TRABAJO

Las actividades pedagógicas aquí propuestas para llevar a cabo la implementación y ejecución del proyecto pedagógico trasversal *estilos de vida saludable*, hacen uso del trabajo cooperativo entre directivos, docentes, estudiantes y padres de familia, por cuanto el equipo de trabajo contempla los actores antes mencionados liderados en primera instancia y como representante legal de la Rectora, la docente de área y la Esp. Dexy Amaya Meneses líder del proyecto, demás docentes de las diferentes áreas, estudiantes de los ciclos de sexto (6°) a undécimo (11°) y padres de familia.

## 3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

### 3.1 Descripción del problema

La falta de orientación, la ocupación laboral de los padres y apatía se han convertido en una constante problemática para los niños, niñas, jóvenes y adolescentes que sin rumbo hacen de su tiempo libre una pérdida en su campo formativo, ya que en el mayor de los casos se refugian en el ocio, vicio, televisión, utilización de las redes y plataformas sociales como medio de salida para escapar a las actividades académicas, estancia casera y dificultades propias de su edad. Situación que hace que vayan perdiendo cada vez más su calidad humana, toma de decisión y formación integral, respeto por los demás y por sí mismo.



En el quehacer educativo de la Corporación Pedagógica Colombiana, se observan inadecuados hábitos alimenticios, problemas en la presentación personal, higiene oral y alimentación, inadecuado manejo del tiempo libre, entre otros. La preocupación, en los diferentes estamentos de la Corporación Pedagógica Colombiana por la salud de los educandos exige la implementación de acciones que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida los educandos mediante la ejecución de actividades orientadas a un adecuado desarrollo mental, anímico físico y social de los adolescentes.

### **3.2 Pregunta problematizadora**

Cómo contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad educativa, promoviendo hábitos saludables en los aspectos nutricionales, higiénicos, físicos, psicológicos y de manejo del tiempo en la *Corporación Pedagógica Colombiana*.

### **3.3. Objetivos**

#### **3.3.1 Objetivo General**

Promover condiciones propicias para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad educativa desde la implementación de hábitos saludables en los aspectos nutricionales, higiénicos, físicos, psicológicos y de manejo del tiempo.

#### **3.3.2 Objetivos específicos**

- Propiciar espacios de aprendizaje social que permitan la 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.
- Divulgar conocimientos sobre el cuidado de la propia salud, el autocuidado personal, el manejo creativo del tiempo libre y consumo de sustancias psicoactivas.



- Promover los ejercicios, la recreación y el deporte en la utilización del tiempo libre.

### 3.4 JUSTIFICACIÓN

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 infanto-adolescente.

En este marco, es de importancia fundamental que al interior de las aulas de clase se 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 el entorno educativo, 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 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.

Con base en lo anterior, es de suma importancia fomentar y establecer los Estilos de Vida Saludable (Hábitos, habilidades y actitudes), pues se quiere contribuir con el



desarrollo del máximo potencial en la formación integral de los adolescentes y jóvenes educandos de nuestra *Corporación Pedagógica Colombiana* del Municipio de Ocaña.

De la misma manera se focaliza el “Desarrollo Humano Sostenible y Calidad de Vida” pues el PNUD (El Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo) enfatiza que el desarrollo humano como un proceso de ampliación de las opciones de las personas, considerando tres opciones esenciales:

- Llevar una vida saludable.
  - Adquirir conocimientos.
  - Tener acceso a los recursos necesarios para mantener una vida decente,
- por lo tanto, se busca que estos parámetros se establezcan como política educativa en la *Corporación Pedagógica Colombiana*.

## 4. MARCO REFERENCIAL

### 4.1 Antecedentes

En la *Corporación Pedagógica Colombiana*, desde su creación y hasta la fecha no ha existido un proyecto de recreación y aprovechamiento del tiempo libre y estilos de vida saludable pues solo se han desarrollado actividades aisladas que promueven la integración y recreación de los educandos.

La estrategia de Escuelas Saludables se ha venido desarrollando en diversos países durante la última década para propiciar procesos sociales en el entorno escolar dirigidos principalmente a la atención de las necesidades biopsicosociales de niños y niñas y jóvenes, mediante alianzas y acciones coordinadas que involucran a todos los miembros de la comunidad educativa, para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de la población actual y futura.

En Colombia la definición de los lineamientos generales de la estrategia en 1997 da marco a la iniciación de un proceso participativo de acción coordinada con entre las instituciones de salud, educación, bienestar, con el auspicio de OPS/OMS.

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 la ciudad de Valledupar, la estrategia “Escuelas Saludables” se ha establecido como una iniciativa fundamentada en la filosofía de "Municipios y Comunidades Saludables" que se vienen implementando a través de los proyectos transversales que coordina la secretaria de educación municipal.

## 4.2 Marco Teórico

La promoción de la salud en la escuela forma parte de una visión integral del ser humano que considera a las personas, y en especial a los niños y a los adolescentes, dentro de su entorno familiar, comunitario y social.

Hablar de Salud es no sólo hablar de ausencia de enfermedad física o mental sino también de la presencia de un adecuado entorno interpersonal, afectivo y auto-afirmativo, por consiguiente, la salud como bienestar general, integra un buen estado físico, psicológico y espiritual, enriquecido en un sentido positivo de la vida y en una apertura a interrelacionarse constructivamente.

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.

La educación para la salud implica la implementación de actividades de promoción y prevención dirigidas a toda la comunidad educativa tales como salud oral, auditiva, crecimiento y desarrollo, implementación de la actividad física como estilo de vida saludable, prevención del suicidio y la toxicomanía.

La noción de estilos de vida saludables, se desprenden del concepto de Promoción de la Salud 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 forma como cada uno decide vivir, son las cosas que decidimos hacer y hace mención de 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.



### **4.3. Marco Conceptual**

#### **Los Estilos De Vida Saludable.**

Los estilos de vida 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 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 Sigerest (1945).

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.

#### **El Autocuidado**

El concepto de autocuidado se concibe como los cuidados que se provee la persona para asegurar 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 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 auto cuidado implica una racionalidad y una subjetividad que atraviesa diversas esferas del ser humano. No desconoce la compleja historia de vida que acompaña a cada persona a través de la cual ha socializado 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 lo tanto, la educación para la salud implica 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 permitan cambios actitudinales en torno en el manejo de situaciones de depresión, neurosis, malos hábitos alimentarios e higiénicos que afectan la salud de los escolares y su desarrollo potencial como seres humano equilibrados.

## **Higiene**

Una higiene adecuada evita muchos problemas de salud: desde infecciones a problemas dentales o dermatológicos. El concepto de higiene no sólo se refiere al aseo y limpieza del cuerpo, sino que afecta también al ámbito doméstico.

## **Ocio Y Tiempo Libre**

Se llama ocio al tiempo libre que se dedica a actividades que no son ni trabajo ni tareas domésticas esenciales, y pueden ser recreativas. Es un tiempo recreativo que se usa a discreción. Es diferente al tiempo dedicado a actividades obligatorias como son comer, dormir, hacer tareas de cierta necesidad, etc. El ocio es como una actividad realizada para descansar del trabajo. Debe tener, como toda actividad, un sentido y una identidad, ya que si no tiene sentido es aburrido.

## **Lúdica**

La lúdica desde este punto de vista busca la positividad, produciendo beneficios biológicos, psicológicos, sociales y espirituales entre otros, busca un hombre hacia la integralidad de ser, pensar y actuar en un constante proyecto de mejorar sus condiciones de vida



## Recreación

Se entiende si pensamos que desde el principio, hombres y mujeres han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio y por ende, desánimo. Es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de las presiones del diario vivir y darse espacios en los que puedan descansar y disfrutar. La Real Academia Española define recreación como acción y efecto de recrear y como diversión para alivio del trabajo. Además, encontraremos que recrear significa divertir, alegrar o deleitar. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretención.

### 4.4 Marco Normativo

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 181 de 1995. Práctica del deporte, específicamente el artículo 2, donde dice que el objetivo especial de la presente ley, es la creación del sistema nacional del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

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.

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”

El decreto 1860 donde se reglamenta la Ley General, en su apartado III, artículo 14 manifiesta que para lograr la formación integral de los educandos se hace necesaria la implementación de actividades pedagógicas relacionadas con la educación sexual, para el uso del tiempo libre, para el aprovechamiento y conservación del ambiente y en general para todos los valores humanos.

## 5. METODOLOGÍA

Se desarrollará con base en una metodología activa centrada en el enfoque de aprendizajes sociales y contextualizados en la realidad de nuestros estudiantes, sus viviendas, su ambiente natural, social y cultural, en relación con el manejo de alimentación, la nutrición, la higiene y la salud en general desde el hogar, el aula de clase y en articulación con Salud Pública Municipal y Departamental. El proceso a seguir para lograr participación y aprendizajes significativos contempla tres momentos metodológicos en el proceso enseñanza aprendizaje: La observación, como primer paso en el aprendizaje; la comprensión a partir de la información generada en la observación con pregunta problematizadoras y la acción para desarrollar destrezas, habilidades y actitudes (crear hábitos) de Estilos de Vida Saludable.

Con base en lo anterior se implementará una metodología de *edu – comunicación*, es decir se utilizarán las herramientas educativas con un enfoque comunicacional a partir de las TIC’S, y se manejarán tres momentos, establecidos de la siguiente manera:

### 1. Observando comunicando:

Se utilizará la observación participante como índice interactivo para observar un antes y un después, con el fin de visualizar los beneficios a corto y largo plazo sobre los hábitos de vida saludable, y, comunicar lo aprendido al entorno escolar y familiar.

### 2. Nuestra red social:

Por medio de las redes sociales de los estudiantes y docentes de la institución diamantina se compartirá ejercicios, actividades, videos, imágenes, ‘memes’ realizados por los participantes del proyecto en hábitos de vida saludable.



### 3. Fundamentación:

Estará orientada al desarrollo de habilidades y destrezas mediante la aplicación de un esquema práctico - teoría - práctica como construcción colectiva del conocimiento. Cabe señalar que la metodología incluye ejes transversales contemplados en el currículo escolar.



## 5. 1 PLAN DE ACCIÓN

**Objetivo:** Diseñar el *Proyecto Pedagógico Transversal Estilos De Vida Saludable (PEVS)*

ACTIVIDAD	META	TAREAS	Cronograma		RECURSOS	RESPONSABLE	EVALUACIÓN
			Inicia	Terminación			
Organización de la mesa de los ejes transversales	Organizar la mesa de trabajo a 7 de octubre de 2022	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elaboración de convocatorias.</li> <li>Elaboración de Agendas.</li> <li>Elaboración del Reglamento interno para funcionamiento de la mesa.</li> <li>Registro de evidencias (acta de asistencia–instrumento de evaluación. Instalación de mesa por parte del Rector(a).</li> </ul>	Ago 2022 Ago 2022	Ago 2022 Ago 2022	Humanos y tecnológicos	Mesa de trabajo Rectora. Jefes de área Líderes de proyecto	Sistemática y permanente Observación, Interrogación, Análisis de tareas
Fundamentación conceptual.	Socializar los ejes de las estrategias (PEVS) al 100% de los Docentes y Directivos docentes a octubre 11.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Socialización de los fundamentos conceptuales (ejes de las estrategias PEVS) a los docentes y Directivos docentes.</li> <li>Revisión modulo conceptual estilos de vida saludable ( documento MEN 2015)</li> </ul>	Ago 2022 Ago 2022	Ago 2022 Ago 2022	Humanos y tecnológicos	Mesa de trabajo Rectora Jefes de área Líderes de proyecto	Sistemática y permanente. Observación, Interrogación, Análisis de tareas.
Realización de la lectura del contexto	Elaborar el estudio de contexto a 25 de noviembre de 2019	<ul style="list-style-type: none"> <li>Diseño de instrumentos con</li> <li>Selección de la muestra para aplicarlos.</li> <li>Aplicación de instrumentos a muestra representativa de la población estudiantil</li> </ul>	Sep 2022 Sep 2022 Sep 2022	Sep 2022 Sep 2022 Sep 2022	Humanos y tecnológicos	Mesa de trabajo Rectora Jefes de área Líderes de proyecto Docentes de la Institución	Sistemática y permanente (Observación, Interrogación, Análisis de tareas.



ACTIVIDAD	META	TAREAS	CRONOGRAMA		RECURSOS	RESPONSABLE	EVALUACIÓN
			Iniciación	Terminación			
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tabulación y análisis de la información recolectada.</li> <li>• Identificación de la problemática existente.</li> <li>• Priorización del problema a trabajar en cada grupo de grados (6 grupos).</li> </ul>	Sep 2022 Oct 2022 Oct 2022	Oct 2020 Oct 2020 Oct 2020	Humanos y tecnológicos	Mesa de trabajo Rectora Jefes de área Líderes de proyecto Docentes de la Institución	Sistemática y permanente( Observación, Interrogación, Análisis de tareas)
Diseño de la Matriz Pedagógica del PEVS	Diseñar la matriz Pedagógica del PESV al 30 de Octubre.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificación y selección de los ejes estratégicos a trabajar en el PEVS.</li> <li>• Definición de competencias a desarrollar en cada eje competencias: Básicas, científicas, ciudadanas y laborales generales a trabajar.</li> <li>• Diseño de actividades de aprendizaje desde cada una de las áreas del conocimiento</li> <li>• Diseño de recursos para el aprendizaje.</li> <li>• Sistematización de logros (evidencias y/o productos) en la aplicación de la matriz Pedagógica.</li> </ul>	Octubre 2022 Octubre 2022 Octubre 2022 Octubre 2022 Noviembre 2022	Octubre 2022 Octubre 2022 Octubre 2022 Octubre 2022 Noviembre 2022	Humanos y tecnológicos Humanos y tecnológicos Humanos y tecnológicos Humanos y tecnológicos Humanos y tecnológicos	Mesa de trabajo Rector Jefes de área Líderes de proyecto Docentes de la Institución.  Mesa de trabajo Rector Jefes de área Líderes de proyecto Docentes de la Institución	Sistemática y permanente( Observación, Interrogación, Análisis de tareas y otras pruebas)



ACTIVIDAD	META	TAREAS	CRONOGRAMA		RECURSOS	RESPONSABLE	EVALUACIÓN
			Inicia	Termina			
Evaluación de indicadores de proceso del PEVS	Evaluar los estados de desarrollo de los indicadores de proceso del Proyecto PESV en la última semana de desarrollo institucional.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoevaluarse con base en los descriptos de los diferentes descriptores.</li> <li>• Estados de desarrollo.</li> <li>• Diseño y aplicación de Instrumentos de control y evaluación de los planes (P.M.I.)</li> </ul>	Diciembre 2022	Diciembre 2022	Humanos y tecnológicos	Mesa de trabajo Rectora Jefes de área	Sistemática y permanente( Observación, Interrogación, Análisis de tareas y otras pruebas)
			Diciembre 2022	Diciembre 2022	Humanos y tecnológicos	Líderes de proyecto Docentes de la Institución	
			Diciembre 2022	Diciembre 2022	Humanos y tecnológicos		



## 5.2 Cronograma De Actividades



Actividad	Objetivo	Fecha	Recursos	Responsables
Debate sobre las causas y consecuencias de la forma de alimentación y cuidados del cuerpo.	Comprender que el estilo de vida adoptado repercute sobre mi bienestar y el de los demás; me entiendo como agente de bienestar y seguridad en los contextos públicos en donde participo ( Vías públicas, parques, escuela, entre otros)	mayo 2022	Textos	Docentes. Estudiantes grado sexto y séptimo
Elaboración de folletos con información que permita la práctica de una alimentación saludable y cuidado del cuerpo.	Comprender que el estilo de vida adoptado repercute sobre mi bienestar y el de los demás; me entiendo como agente de bienestar y seguridad en los contextos públicos en donde participo ( Vías públicas, parques, escuela, entre otros)	Mayo 2022	Pc, hojas, textos de consulta	Docentes. Estudiantes grado sexto y séptimo
Organización y representación de una obra teatral donde se evidencien situaciones de solidaridad por el otro.	Reconocer factores relevantes en el momento de decidir cuál es la mejor opción a seguir cuando me enfrento a un dilema relacionado con mi bienestar y mi salud física y mental	Mayo 2022	Guion teatral, escenarios, vestuario, utilería.	Docentes. Estudiantes grado sexto y séptimo
charla basada en estilos de vida no saludables como el consumo de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas), como puede llevar a la exclusión social y como puedo implementar acciones y acuerdos para evitarla	Reconocer factores relevantes en el momento de decidir cuál es la mejor opción a seguir cuando me enfrento a un dilema relacionado con mi bienestar y mi salud física y mental	Junio 2022	Video Pc Video beam Estudiantes Docentes aula	Docentes. Estudiantes grado sexto y séptimo
Elaboración de su proyecto de vida basado el libre desarrollo de su	Entender y aceptar su cuerpo como fuente de	junio 2022	Carpeta, colores, marcadores.	Docentes. Estudiantes grado sexto y séptimo



personalidad, a partir de sus proyectos y aquellos que construye con otros.	bienestar, lo cuida y opta por estilos de vida saludables.			
Elaboración de carteles con información que permita la práctica de una alimentación saludable y cuidado del cuerpo.	Reconocerse como un ser valioso y único, que merece ser respetada/respetado y valorada/valorado. Recorro a las instituciones y personas adecuadas que pueden ayudarme a defender mis derechos cuando estos son vulnerados	Julio 2022	Cartulina Tijeras Pegante Marcadores Cinta pegante	Docentes. Estudiantes grado octavo y Noveno
Realización de una jornada de vida saludable	Cuidar, respetar y exigir respeto por su cuerpo y por los cambios corporales que está viviendo y que viven las demás personas.	Julio 2022	Videos Sonido Carteles Alimentos Aula de clases	Docentes. Estudiantes grado octavo y Noveno
Realización de actividades deportivas con estudiantes y profesores cuyo propósito es promocionar estilo de vida Saludable dentro del colegio, con el objeto de favorecer una mejor calidad de vida	Participar en actividades saludables que favorecen el rendimiento académico, la permanencia escolar y la convivencia pacífica	Agosto 2022	Cancha. Balones Lazos Conos Música	Docentes. Estudiantes grado octavo y Noveno
Elaboración del periódico mural sobre alimentación saludable.  Organización de la campaña “No más drogas”	Participar en la construcción de ambientes escolares que permitan la posibilidad de acceder a: 1)Espacios libres de la presencia de sustancias psicoactivas, 2) una alimentación saludable 3) Espacios que permitan la realización de actividad física.	Agosto 2022  Septiembre 2022	Carteles. Imágenes Marcadores. Colores Cinta Pegante Revistas	Docentes. Estudiantes grado décimo y undécimo



<p>Jornadas deportivas.</p> <p>Organización del Foro estilos de vida saludable, sustancias psicoactivas y derechos sexuales y reproductivos.</p>		<p>Septiembre 2022</p> <p>Octubre 2022</p>	<p>Cancha Balones Lazos Aeróbicos</p> <p>Pc Video beam Folletos Presentación Cronograma Escritos</p>	
<p>Realización de campañas de aseo e higiene personal</p> <p>Organización de la feria "alimentación saludable"</p>	<p>Tomar decisiones sobre alimentación saludable en su entorno escolar, familiar y social.</p>	<p>Octubre 2022</p> <p>Noviembre 2022</p>	<p>Lecturas Cepillo Crema Jabón Shampoo</p> <p>Aula Mesas Alimentos saludables (frutas, jugos, etc.)</p>	<p>Docentes. Estudiantes grado décimo y undécimo</p>



## 5.3 Matriz pedagógica

### MATRIZ PEDAGÓGICA GRADO SEXTO Y SÉPTIMO

**PROBLEMÁTICA IDENTIFICADA:** carencia de decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana, y en la preocupación por el bien común que plantea la cotidianidad frente a los estilos de vida.

Hilo Conductor	Lo que queremos lograr	Competencias Ciudadanas y Científicas	Otros proyectos o actividades	¿Cómo hacerlo?	Recursos	Productos	Evidencias
Alimentación saludable.	Comprendo que el estilo de vida adoptado repercute sobre mi bienestar y el de los demás; me entiendo como agente de bienestar y seguridad en los contextos públicos en donde participo ( Vías públicas, parques, escuela, entre otros)	<p><b>Ciudadanas:</b> Comprendo que todas las familias tienen derecho al trabajo, la salud, la vivienda, la propiedad, la educación y la recreación.</p> <p><b>Lengua castellana:</b> Formulo una hipótesis para demostrarla en un texto oral con fines argumentativos.</p> <p><b>Matemáticas</b> Comparo e interpreto datos provenientes de diversas fuentes (prensa, revistas, televisión, experimentos, consultas, entrevistas).</p>	<p>Proyecto cuido mi cuerpo.</p> <p>Periódico mural.</p> <p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Proponer debates sobre las causas y consecuencias de la forma de alimentación y cuidados del cuerpo.</p> <p>Realizar escritos de tipo argumentativo que evidencien su postura frente a las actuaciones que permiten preservar y promocionar la propia salud.</p>	<p><b>Humanos</b> Docente Estudiantes</p> <p><b>Físicos</b> Aula de clases. Textos. Cuaderno. Pc, periódicos o revistas. Carteleras. Folletos. Espacios de recreación. Cartulina Tijeras Pegante Marcadores Cinta pegante</p>	El 80% de los estudiantes evidencian posturas críticas y asertivas de preservar y promocionar la propia salud.	Fotografías Escritos. Conversatorios



		<p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Participo en debates y discusiones: asumo una posición, la confronto, la defiendo y soy capaz de modificar mis posturas cuando reconozco mayor peso en los argumentos de otras personas.</p> <p><b>Ciencias naturales</b></p> <p>Escucho activamente a mis compañeros y compañeras, reconozco otros puntos de vista, los comparo con los míos y puedo modificar lo que pienso ante argumentos más sólidos.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Reconozco la</p>	<p>carteleras como resultado de la aplicación, análisis, tabulación e interpretación de información de su entorno y los presentes en los diferentes medios de comunicación sobre la toma de decisiones autónomas, informadas y responsables que permite la propia salud y la de los demás.</p> <p>Elaboración de folletos con información que permita la práctica de una alimentación saludable y cuidado del cuerpo.</p>			
--	--	--	---	--	--	--



		<p>actividad física como factor que contribuye a la preservación de la salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Cuido y protejo mi cuerpo como obra de Dios.</p> <p><b>Educación artística.</b></p> <p>Elaboro folletos con información que permite conocer y comprender los factores que inciden en una buena alimentación.</p>		<p>Ejercitación y participación en actividades físicas, lúdicas creativas brindadas por la I.E.</p>			
Actividad física	<p>Tengo en cuenta los factores relevantes en el momento de decidir cuál es la mejor opción a seguir cuando me enfrento a un dilema relacionado con mi bienestar y mi</p>	<p><b>Competencias ciudadanas</b></p> <p>Comprendo la importancia de brindar apoyo a la gente que está en una situación difícil. (Por ejemplo, por razones emocionales, económicas, de salud o sociales)</p>	<p>PESSC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo</p>	<p>Organización y representación de obras teatrales donde se evidencien situaciones de solidaridad por el otro.</p>	<p><b>humanos</b></p> <p>Docente</p> <p>Estudiantes</p> <p><b>físicos</b></p> <p>Cartulina</p> <p>Revistas</p> <p>Tijeras</p> <p>Pegante</p> <p>Marcadores</p> <p>Cinta pegante</p> <p>Espacio recreativo( cancha)</p>	<p>90% de estudiantes con la capacidad de tomar decisiones que contribuyen positivamente su salud y calidad de vida, así como la de su familia y comunidad</p>	<p>Fotografías</p> <p>Escritos</p> <p>Material lúdico</p> <p>Avisos publicitarios</p>



	<p>salud física y mental.</p>	<p><b>Lengua castellana</b>            Caracterizo el contexto cultural del otro y lo comparo con el mío.</p> <p><b>Matemáticas</b>            Predigo y justifico razonamientos y conclusiones usando información estadística.</p> <p><b>Ciencias sociales</b>            Tomo decisiones responsables frente al cuidado de mi cuerpo y de mis relaciones con los demás (drogas, relaciones sexuales...)</p> <p><b>Ciencias naturales</b>            Establezco relaciones entre deporte y salud física y mental.</p>	<p>libre.</p>	<p>Construcción de textos comparativos basados en situaciones del desarrollo integral y disfrute del cuerpo humano.</p> <p>Realización de exposiciones basadas en la socialización de estudios de casos sobre ambientes pluralistas, en los que todos los miembros de la comunidad pueden elegir libremente estilos de vida sin discriminación, riesgos, amenazas o coerciones.</p> <p>Análisis de estudios de casos sobre el consumo de sustancias psicoactivas y otros hábitos no saludables como el consumo de drogas, una alimentación inadecuada, irrespeto a las</p>	<p>Textos.            Materiales varios.</p>		
--	-------------------------------	--	---------------	--	--	--	--



		<p><b>Educación física</b></p> <p>Reconozco la actividad física como factor que contribuye a la preservación de la salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Comprendo la importancia de cuidar y preservar mi cuerpo como producto del amor divino.</p> <p><b>Educación artística</b></p> <p>Participo en la elaboración de material lúdico para la práctica del deporte y disfrute del cuerpo humano.</p>		<p>normas de tránsito, la no realización de actividad física, entre otras que la comunidad identifique y defina) y sus consecuencias sociales como violencia, deterioro de la calidad de vida de la población e inseguridad, entre otras, y construyo relaciones que favorecen la vida en comunidad.</p> <p>Participación de una charla basada en estilos de vida no saludables como el consumo de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas), como puede llevar a la exclusión social y como puedo implementar acciones y acuerdos para evitarla.</p> <p>Elaboración de material lúdico recreativo para la ejercitación física</p>		
--	--	---	--	---	--	--



				<p>y mental.</p> <p>Elaboración de anuncios publicitarios con mensajes alusivos al cuidado del cuerpo y no consumo de sustancias psicoactivas.</p>			
<p>Prácticas claves de higiene.</p>	<p>Entiendo y acepto mi cuerpo como fuente de bienestar, lo cuido y opto por estilos de vida saludables.</p>	<p><b>Competencias ciudadanas</b></p> <p>Respeto y defiendo las libertades de las personas: libertad de expresión, de conciencia, de pensamiento, de culto y de libre desarrollo de la personalidad.</p> <p><b>Lengua castellana</b></p> <p>Caracterizo el contexto cultural del otro y lo comparo con el mío.</p> <p><b>Matemáticas</b></p> <p>Comparo e interpreto datos provenientes de</p>	<p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Realización de talleres basados en las acciones y comportamientos que deben adquirir las personas en su cuidado diario.</p> <p>Elaboración de su proyecto de vida</p>	<p><b>humanos</b> Docente Estudiantes</p> <p><b>físicos</b> Lectura guía. Charlas Cartulina Colores Marcadores Revistas Fotografías</p>	<p>100% de estudiantes capaces de comprender la importancia de tener un cuerpo sano y el uso de estrategias para mantenerse sano y sana, física y mentalmente.</p>	<p>Fotografías Escritos Carteleros Actas</p>



		<p>diversas fuentes (prensa, revistas, televisión, experimentos, consultas, entrevistas).</p> <p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Analizo los resultados y saco conclusiones.</p> <p><b>Ciencias Naturales</b></p> <p>Identifico y acepto diferencias en las formas de vivir, pensar, solucionar problemas o aplicar conocimientos.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Práctico normas y hábitos de higiene con el objetivo de preservar mi salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación</b></p>		<p>basado el libre desarrollo de su personalidad, a partir de sus proyectos y aquellos que construye con otros.</p> <p>Realización de dinámicas enfocadas a los hábitos de higiene.</p> <p>Charlas y exposiciones.</p>			
--	--	--	--	--	--	--	--



		<p><b>religiosa</b></p> <p>Entiendo y acepto mi cuerpo como fuente de bienestar, lo cuido y opto por estilos de vida saludables.</p> <p><b>Educación artística</b></p> <p>Oriento mi vida para mantener y fortalecer mi salud y la de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.</p>					
--	--	---	--	--	--	--	--

**MATRIZ PEDAGÓGICA GRADO OCTAVO Y NOVENO**

**PROBLEMÁTICA IDENTIFICADA:** carencia de decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana, y en la preocupación por el bien común que plantea la cotidianidad frente a los estilos de vida.

Hilo Conductor	Lo que queremos lograr	Competencias Ciudadanas y	Otros proyectos o	¿Cómo hacerlo?	Recursos	Productos	Evidencias
----------------	------------------------	---------------------------	-------------------	----------------	----------	-----------	------------



<p>Alimentación saludable.</p>	<p>Me reconozco como un ser valioso y único, que merece ser respetada/respetado y valorada/valorado. Recorro a las instituciones y personas adecuadas que pueden ayudarme a defender mis derechos cuando estos son vulnerados.</p>	<p><b>Científicas</b>  <b>Ciudadanas:</b>          Comprendo las características del Estado de Derecho y del Estado Social de Derecho y su importancia.  <b>Lengua castellana</b>          Comprendo el sentido global de cada uno de los textos que leo, la intención de quien lo produce y las características del contexto en el que se produce.  <b>Matemáticas</b>          Reconozco cómo diferentes maneras de presentación de información pueden <b>originar</b> distintas interpretaciones.  <b>Ciencias sociales</b>          Tomo decisiones</p>	<p>actividades</p> <p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Charlas a estudiantes sobre la adopción de estilos de vida saludables.</p> <p>Elaboración de carteles con información que permita la práctica de una alimentación saludable y cuidado del cuerpo.</p> <p>Ejercitación y participación en actividades físicas, lúdico creativas</p>	<p><b>Humanos</b>          Docente          Estudiantes</p> <p><b>Físicos</b>          Aula de clases.          Textos.          Cuaderno.          Pc, periódicos o revistas.          Carteleros.          Espacios de recreación.          Cartulina          Tijeras          Pegante          Marcadores          Cinta pegante</p>	<p>El 80% de los estudiantes que comprenden diferentes hábitos de alimentación que aportan a su salud.</p>	<p>Fotografías          Escritos.          Conversatorios          Carteles</p>
--------------------------------	--	---	---	---	--	--	---



		<p>responsables frente al cuidado de mi cuerpo y mis relaciones con los demás</p> <p><b>Ciencias naturales</b></p> <p>Escucho activamente a mis compañeros y compañeras, reconozco otros puntos de vista, los comparo con los míos y puedo modificar lo que pienso ante argumentos más sólidos.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Reconozco la actividad física como factor que contribuye a la preservación de la salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Cuido y protejo mi cuerpo como obra de Dios.</p>		<p>brindadas por la I.E.</p> <p>Organización de jornadas con el comité de salud para la prevención del sobrepeso, obesidad e HTA</p> <p>Desarrollar programas de motivación para adolescentes con dificultades de toma de decisiones autónomas frente a su vida y su salud</p>			
--	--	---	--	--	--	--	--



		<p><b>Educación artística.</b></p> <p>Elaboro carteles con información que permite conocer y comprender los factores que inciden en una buena alimentación.</p>					
Actividad física	Cuido, respeto y exijo respeto por mi cuerpo y por los cambios corporales que estoy viviendo y que viven las demás personas.	<p><b>Competencias ciudadanas</b></p> <p>Entiendo la importancia de mantener expresiones de afecto y cuidado mutuo con mis familiares, amigos, amigas y pareja, a pesar de las diferencias, disgustos o conflictos</p> <p><b>Lengua castellana</b></p> <p>Utilizo el discurso oral para establecer acuerdos a partir del reconocimiento de los argumentos de</p>	<p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Realización de una jornada de vida saludable.</p> <p>Presentación de una Obra de teatro basada en la transformación personal tras conocer y usa hábitos de estilos de vida saludable.</p> <p>Aplicación de</p>	<p><b>humanos</b> Docente Estudiantes</p> <p><b>Físicos</b></p> <p>Espacio abierto, cancha o polideportivos.</p> <p>Aula de clases.</p> <p>Material para circuito: pelotas, lazos, balones, conos etc.</p> <p>Talleres.</p> <p>Material reciclable.</p>	<p>90% de estudiantes capaces de Identificar, analizar y cuestionar mitos, creencias y costumbres de su familia, escuela, barrio, comunidad, Municipio, departamento y/o país que representan un modelo en la promoción de estilos de vida saludable.</p>	Fotografías Talleres



		<p>mis interlocutores y la fuerza de mis propios argumentos.</p> <p><b>Matemáticas</b> Interpreto analítica y críticamente información estadística proveniente de diversas fuentes (prensa, revistas, televisión, experimentos, consultas, entrevistas.</p> <p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Tomo decisiones responsables frente al cuidado de mi cuerpo y mis relaciones con los demás</p> <p><b>Ciencias naturales</b> Cuido, respeto y exijo respeto por mi cuerpo y por los cambios corporales que estoy viviendo y que viven las demás personas.</p>		<p>Talleres de análisis sobre incremento de enfermedades físicas, emocionales.</p> <p>Organización de una mesa redonda cuyo punto de encuentro sea la actividad física como uno de los hábitos de estilos de vida saludable.</p> <p>Realización de cuestionario a integrantes de la comunidad educativo sobre su alimentación y ejercitación para proseguir con su respectiva tabulación, análisis y presentación de resultados.</p>			
--	--	---	--	--	--	--	--



		<p><b>Educación física</b></p> <p>Pongo en práctica acciones y comportamientos para proteger su salud y mejorar su calidad de vida.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Comprendo la importancia de cuidar y preservar mi cuerpo como producto del amor divino.</p> <p><b>Educación artística</b></p> <p>Elaboro folletos con información que permite conocer y comprender los factores que inciden en una buena alimentación.</p>		<p>Elaboración de circuitos con diversas actividades o ejercicios físicos.</p> <p>Construcción de una pirámide alimenticia con material reciclable.</p>		
--	--	---	--	---	--	--



Prácticas claves de higiene.	Participo en actividades saludables que favorecen el rendimiento académico, la permanencia escolar y la convivencia pacífica.	<p><b>Competencias ciudadanas</b></p> <p>Preveo las consecuencias, a corto y largo plazo, de mis acciones y evito aquellas que pueden causarme sufrimiento o hacérselo a otras personas, cercanas o lejanas</p> <p><b>Lengua castellana</b></p> <p>Caracterizo los medios de comunicación masiva a partir de aspectos como: de qué manera(s) difunden la información, cuál es su cobertura y alcance, y a qué tipo de audiencia se dirigen, entre otros.</p>	<p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Realización de actividades deportivas con estudiantes y profesores cuyo propósito es promover el estilo de vida saludable dentro del colegio, con el objeto de favorecer una mejor calidad de vida.</p> <p>Taller de sensibilización de la importancia de las prácticas de higiene.</p> <p>Desarrollo del Philips 66.</p> <p>Redacción de un</p>	<p><b>humanos</b></p> <p>Docente Estudiantes</p> <p><b>Físicos</b></p> <p>Cancha Cepillo Crema dental Cera dental Aula de clases. Textos. Lápiz. Cuaderno Pc. Cámara.</p>	100 % de estudiantes que comprenden que todas las personas tienen derecho a participar en las decisiones relacionadas con la construcción de ambientes saludables.	Fotografías Entrevista. Carteleros con resultados.



		<p><b>Matemáticas</b></p> <p>Selecciono y uso algunos métodos estadísticos adecuados al tipo de problema, de información y al nivel de la escala en la que esta se representa (nominal, ordinal, de intervalo o de razón).</p> <p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Participo en discusiones y debates académicos</p> <p><b>Ciencias Naturales.</b></p> <p>Establezco relaciones entre el deporte y la salud física y mental.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Práctico normas</p>		<p>escrito de tipo informativo sobre los autocuidados, derechos y deberes sobre nuestro cuerpo.</p> <p>Entrevista a estudiantes y docentes sobre los hábitos de higiene más utilizados, el deporte y el consumo de alimentos que implementan en su vida diaria.</p> <p>Análisis de entrevista y presentación de resultados a docentes y estudiantes.</p>		
--	--	---	--	--	--	--



		<p>y hábitos de higiene con el objetivo de preservar mi salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Entiendo y acepto mi cuerpo como fuente de bienestar, lo cuido y opto por estilos de vida saludables.</p> <p><b>Educación artística</b></p> <p>Oriento mi vida para mantener y fortalecer mi salud y la de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.</p>					
--	--	--	--	--	--	--	--



**MATRIZ PEDAGÓGICA GRADO DÉCIMO Y UNDÉCIMO**

**PROBLEMÁTICA IDENTIFICADA:** carencia de decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana, y en la preocupación por el bien común que plantea la cotidianidad frente a los estilos de vida.

Hilo Conductor	Lo que queremos lograr	Competencias Ciudadanas y Científicas	Otros proyectos o actividades	¿Cómo hacerlo?	Recursos	Productos	Evidencias
Alimentación saludable.	Participo en la construcción de ambientes escolares que permitan la posibilidad de acceder a: 1) Espacios libres de la presencia de sustancias psicoactivas, 2) una alimentación saludable 3) Espacios que permitan la realización de actividad física.	<b>Ciudadanas:</b> Utilizo distintas formas de expresión para promover y defender los derechos humanos en mi contexto escolar y comunitario.  <b>Lengua castellana:</b> Utilizo el diálogo y la argumentación para superar enfrentamientos y posiciones antagónicas.  <b>Matemáticas</b> Interpreto nociones básicas relacionadas con el manejo de información Como población, muestra, variable aleatoria, distribución de frecuencias, parámetros y estadígrafos).	PESCC.  Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.  Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.	Organización de Philips 66  Elaboración del periódico mural sobre alimentación saludable.  Organización de la campaña “No más drogas”  Talleres de análisis cuidado del cuerpo.	<b>Humanos</b> Docente Estudiantes  <b>Físicos</b>  Aula de clases. Carteles. Anuncios Talleres Periódico mural. Aula máxima.	80% de estudiantes constructores de ambientes escolares libres de sustancias psicoactivas, empoderados en una alimentación saludable y actividad física.	Fotografías Actas



		<p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Propongo la realización de eventos académicos (foros, mesas redondas, paneles...)</p> <p><b>Ciencias naturales</b></p> <p>Escucho activamente a mis compañeros y compañeras, reconozco otros puntos de vista, los comparo con los míos y puedo modificar lo que pienso ante argumentos más sólidos.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Reconozco la actividad física como factor que contribuye a la preservación de la salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p>		<p>Foro estilos de vida saludable, sustancias psicoactivas y derechos sexuales y reproductivos.</p> <p>Jornadas deportivas.</p> <p>Realización del día “ lonchera saludable”</p> <p>Elaboración de pictogramas y ubicación de estos mismos dentro del área educativa.</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--



		<p>Cuido y protejo mi cuerpo como obra de Dios.</p> <p><b>Educación artística.</b></p> <p>Elaboro carteles con información que permite conocer y comprender los factores que inciden en una buena alimentación.</p>					
Actividad física	<p>Expongo mis puntos de vista sobre adoptar estilos de vida saludables y los contrasto con los de otras personas. Explico cómo he llegado a mis conclusiones y a tomar decisiones al respecto.</p>	<p><b>Competencias ciudadanas</b></p> <p>Identifico dilemas de la vida en las que entran en conflicto el bien general y el bien particular; analizo opciones de solución, considerando sus aspectos positivos y negativos.</p> <p><b>Lengua castellana</b></p> <p>Argumento, en forma oral y escrita, acerca de temas y</p>	<p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Concurso coplas y poesías sobre el cuidado del cuerpo.</p> <p>Taller de autocuidado, relajación y hábitos de vida saludables.</p>	<p><b>humanos</b> Docente Estudiantes</p> <p><b>Físicos</b> Aula máxima Aula de clases Lapiceros, lápiz Cuaderno Textos. Talleres Videos Video beam</p>	<p>90% de estudiantes capaces de exponer sus puntos de vista sobre los diferentes aspectos que involucra el cuidado del cuerpo y la influencia de estos en la toma de decisiones.</p>	<p>Fotografías Producciones escritas.</p>



		<p>problemáticas que puedan ser objeto de intolerancia, segregación, señalamientos, etc.</p> <p><b>Matemáticas</b></p> <p>Resuelvo y planteo problemas usando conceptos básicos de conteo y probabilidad (combinaciones, permutaciones, espacio muestral, muestreo aleatorio, muestreo con replazo).</p> <p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Tomo decisiones responsables frente al cuidado de mi cuerpo y de mis relaciones con otras personas.</p> <p><b>Ciencias naturales</b></p>		<p>Análisis de Estudios de caso a través de la comprensión de datos estadísticos encontrados en diversas fuentes de documentación.</p> <p>Realización del día recreativo con actividades de autocuidado, relajación y hábitos de vida saludable.</p> <p>Elaboración y puesta en marcha del calendario saludable.</p> <p>Organización días de bailo-terapia.</p>			
--	--	--	--	---	--	--	--



		<p>Reconozco y acepto el escepticismo de mis compañeros y compañeras ante la información que presento.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Pongo en práctica acciones y comportamientos para proteger su salud y mejorar su calidad de vida.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Comprendo la importancia de cuidar y preservar mi cuerpo como producto del amor divino.</p> <p><b>Educación artística</b></p> <p>Elaboro folletos con información que permite conocer y</p>		<p>Elaboración de pendones alusivos al cuidado de cuerpo.</p> <p>Charlas dirigidas por expertos sobre la importancia de Una adecuada alimentación, actividad física e higiene.</p> <p>Análisis de videos educativos.</p>			
--	--	---	--	--	--	--	--



		comprender los factores que inciden en una buena alimentación.					
Prácticas claves de higiene.	Tomo decisiones sobre alimentación saludable en mi entorno escolar, familiar y social.	<p><b>Competencias ciudadanas</b></p> <p>Analizo críticamente la situación de los derechos humanos en Colombia y en el mundo y propongo alternativas para su promoción y defensa.</p> <p><b>Lengua castellana</b></p> <p>Produzco textos, empleando lenguaje verbal o no verbal, para exponer mis ideas o para recrear realidades, con sentido crítico.</p> <p><b>Matemáticas</b></p> <p>Propongo inferencias a partir del estudio</p>	<p>PESCC.</p> <p>Educación para la paz, la justicia, la democracia y los derechos humanos.</p> <p>Recreación, deportes y utilización del tiempo libre.</p>	<p>Realización de campañas de aseo e higiene personal.</p> <p>Solicitud de brigadas de salud.</p> <p>Folletos y guías para estudiantes y padres de familia.</p> <p>Producción de textos</p>	<p><b>humanos</b></p> <p>Docente Estudiantes Padres de familia</p> <p><b>Físicos</b></p> <p>Folletos Guías Solicitudes Pc Carteles</p>	100% de estudiantes capaces de cuidar, respetar y exigir respeto por su cuerpo	<p>Fotografías</p> <p>Solicitudes</p> <p>Videos</p>



		<p>de muestras probabilísticas.</p> <p><b>Ciencias sociales</b></p> <p>Apoyo a mis amigos y amigas en la Toma responsable de decisiones sobre el cuidado de su cuerpo.</p> <p><b>Ciencias Naturales</b></p> <p>Cuido, respeto y exijo respeto por mi cuerpo y por el de las demás personas.</p> <p><b>Educación física</b></p> <p>Práctico normas y hábitos de higiene con el objetivo de preservar mi salud física y mental.</p> <p><b>Ética y valores y educación religiosa</b></p> <p>Entiendo y acepto mi cuerpo como fuente de</p>		<p>argumentativos sobre la toma de decisiones sobre el cuidado de su cuerpo.</p> <p>Exposiciones de temáticas referidas al cuidado y respeto por el cuerpo.</p> <p>Elaboración de videos educativos.</p> <p>Elaboración de material pedagógico para el desarrollo de las clases de educación física.</p>			
--	--	---	--	--	--	--	--



		<p>bienestar, lo cuido y opto por estilos de vida saludables.</p> <p><b>Educación artística</b></p> <p>Oriento mi vida para mantener y fortalecer mi salud y la de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.</p>		<p>Organización de la feria "alimentación saludable"</p>		
--	--	--	--	--	--	--



## 6. RECURSOS DISPONIBLES

La Corporación Pedagógica Colombiana cuenta con el equipo de trabajo necesario para desarrollar las actividades pedagógicas planteadas en la matriz para los ciclos de 6° (sexto) a 11° (undécimo). Las gestiones en caso de requerir de especialistas en el tema se llevarán a cabo a través de solicitudes presentadas por la rectora y el jefe del proyecto pedagógico transversal *Estilos De Vida Saludable*.

## 7. EVALUACIÓN

Se llevará a cabo en tres momentos al iniciar, diagnóstica y de pre saberes que tienen los estudiantes sobre los alimentos, higiene, hábitos, estilos de vida saludables; Durante el desarrollo de actividades académicas y lúdicas y finalmente se valorará los progresos individuales de los estudiantes, colectivos de la familia y la sociedad en la construcción de una cultura crítica frente a fenómenos que atentan contra la vida, la integridad física, la salud, la alimentación equilibrada, el cuidado, la recreación y la libre expresión de los niños, niñas y jóvenes



## BIBLIOGRAFIA

Constitución Política de Colombia de 1991.

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&mlat=1](http://indh.pnud.org.co/pagina.plx?pg=AD+Informes+Mundiales&mlat=1)

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

Graybie, A. M. y Smith, K. S. (2014). Psicobiología de los hábitos. Investigación y Ciencia, 455, ago, 16-21.

12. 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.

13. Glosario psicoanalítico. Fuente: <http://www.drogaconsulta.com.ar/marcos-glosario.html>.