



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLES**

**Mónica Liliana Leal Molina**

**Enrique Vera Freytter**

**Melissa Bacca**

**Lesly Yaneth Duarte**

**COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN**

**CONVENCIÓN**

**2025**



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **TABLA DE CONTENIDO**

<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>3</b>
<b>JUSTIFICACIÓN .....</b>	<b>4</b>
<b>CARACTERIZACIÓN Y LECTURA DE CONTEXTO .....</b>	<b>5</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>7</b>
<b>MARCO TEÓRICO (CONCEPTUAL) Y NORMATIVO.....</b>	<b>9</b>
<b>ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS Y METODOLÓGICAS FORMATIVAS A IMPLEMENTAR.....</b>	<b>12</b>
<b>PROPUESTA PEDAGÓGICA. ....</b>	<b>12</b>
<b>ACTORES Y PARTICIPACIÓN.....</b>	<b>15</b>
<b>PLAN OPERATIVO DE ACCIÓN (POA) .....</b>	<b>16</b>
<b>EVALUACIÓN DEL PROYECTO .....</b>	<b>20</b>
<b>CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2025 .....</b>	<b>23</b>
<b>REGISTRO FOTOGRÁFICO .....</b>	<b>24</b>



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **INTRODUCCIÓN**

El proyecto transversal de Hábitos y Estilos de Vida Saludables de la Institución Educativa Colegio Guillermo Quintero Calderón tiene como propósito promover prácticas que contribuyan al bienestar integral de los estudiantes, docentes y la comunidad educativa en general. Este enfoque está alineado con el compromiso de la institución de formar ciudadanos responsables, autónomos y conscientes de la importancia de adoptar hábitos que favorezcan su salud física, mental y social, mientras se fomenta la calidad de vida en todos los aspectos: físico, psíquico, intelectual, moral y espiritual.

Este proyecto se fundamenta en los lineamientos del Programa para la Promoción de Estilos de Vida Saludable (PPEVS), lanzado en 2009 como una articulación entre el Ministerio de Educación Nacional y el Ministerio de Salud y Protección Social. Este programa busca integrar de manera transversal temas clave en el desarrollo del currículo, como la alimentación y nutrición saludable, la actividad física, la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y la promoción de los derechos sexuales y humanos. Estas temáticas fortalecen las competencias ciudadanas necesarias para la formación ética y la toma de decisiones responsables sobre el proyecto de vida y el bienestar integral de los estudiantes.

En cumplimiento del Decreto 1860 de 1994, que establece la integración de proyectos pedagógicos transversales en el currículo, y de la Ley 115 de 1994, que resalta la formación integral del estudiante, esta iniciativa busca articularse con las directrices del Ministerio de Educación Nacional y las políticas de salud pública nacionales, como la Resolución 412 de 2000, que enfatiza la promoción de la salud y la prevención de riesgos.

El concepto de "Escuela Saludable" asociado al bienestar bio-psíquico-social de la comunidad educativa, cobra relevancia en este contexto. La institución educativa se convierte en un espacio de convergencia en el que docentes, estudiantes, familias y toda la comunidad trabajan conjuntamente para generar experiencias de aprendizaje que modifiquen o consoliden comportamientos relacionados con el manejo y cuidado de la salud física y mental.

Como proyecto pedagógico transversal, esta iniciativa no solo busca promover el bienestar integral, sino también desarrollar competencias ciudadanas y derechos de los miembros de la comunidad educativa. Desde el ejercicio de la autonomía, se pretende que los estudiantes adopten estilos de vida saludables que propicien bienestar en el hogar, la escuela, el barrio y la sociedad.



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## JUSTIFICACIÓN

El proyecto transversal de *Hábitos y Estilos de Vida Saludables* se justifica como una respuesta integral a las necesidades educativas, sociales y de salud que enfrentan los estudiantes y la comunidad educativa en la actualidad. La incidencia de problemas como el sedentarismo, la mala alimentación, el estrés, el consumo de sustancias psicoactivas y la falta de conocimiento sobre derechos sexuales y humanos pone en evidencia la urgencia de implementar acciones pedagógicas que fomenten el bienestar integral y el desarrollo de estilos de vida saludables.

La Ley 115 de 1994 y el Decreto 1860 de 1994 establecen que las instituciones educativas tienen la responsabilidad de formar a los estudiantes en competencias integrales que les permitan afrontar los desafíos de la vida de manera ética y responsable. En este sentido, el proyecto está alineado con las políticas públicas que promueven la educación para la salud, tales como la Resolución 412 de 2000, que enfatiza la promoción de la salud como un eje fundamental del desarrollo social, y el Programa para la Promoción de Estilos de Vida Saludable (PPEVS) del Ministerio de Educación Nacional, que plantea la integración de estas temáticas en el currículo educativo.

La Institución Educativa Colegio Guillermo Quintero Calderón reconoce que los hábitos y estilos de vida saludables no solo impactan la calidad de vida de los estudiantes en el presente, sino que también son determinantes para su futuro como ciudadanos productivos, éticos y responsables. Por ello, el proyecto busca incidir de manera directa en el mejoramiento de las condiciones físicas, emocionales y sociales de los estudiantes, promoviendo cambios sostenibles en su entorno familiar, escolar y comunitario.

El enfoque transversal del proyecto permite abordar de manera interdisciplinaria aspectos fundamentales como la alimentación balanceada, la actividad física, la salud mental, la prevención de enfermedades y el fortalecimiento de los valores éticos y ciudadanos. Estas acciones, orientadas por los principios del concepto de "Escuela Saludable", buscan transformar la institución educativa en un espacio donde se vivencien prácticas de autocuidado, convivencia armónica y bienestar integral.

En este contexto, la implementación de este proyecto no solo responde a las directrices gubernamentales, sino también a la misión de la institución de formar estudiantes con competencias para la vida, capaces de tomar decisiones asertivas y de construir un proyecto de vida saludable, coherente con los valores humanos, la sostenibilidad social y el desarrollo comunitario.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **CARACTERIZACIÓN Y LECTURA DE CONTEXTO**

La Institución Educativa Colegio Guillermo Quintero Calderón se encuentra ubicada en un entorno socioeducativo diverso que enfrenta múltiples desafíos relacionados con la promoción de hábitos y estilos de vida saludables. Esta comunidad educativa está compuesta por estudiantes de diferentes contextos socioeconómicos, culturales y familiares, lo que representa una oportunidad para trabajar desde un enfoque inclusivo que abarque las dimensiones física, emocional, social y espiritual del bienestar.

En términos de salud, se han identificado problemáticas comunes entre los estudiantes, como el sedentarismo, la mala alimentación, el consumo de alimentos ultra procesados y un conocimiento limitado sobre prácticas de autocuidado y salud mental. Estas realidades se ven influenciadas por factores externos como el limitado acceso a espacios recreativos seguros, la influencia de la publicidad de productos no saludables y dinámicas familiares que en algunos casos no priorizan hábitos saludables.

Por otro lado, la incidencia del uso de sustancias psicoactivas, aunque baja, representa una preocupación en la comunidad educativa. Esto subraya la necesidad de fortalecer los procesos de sensibilización y prevención, especialmente en los adolescentes, quienes son más vulnerables a las influencias externas y a la presión social.

Desde el ámbito educativo, la institución cuenta con un equipo docente comprometido y consciente de la importancia de abordar estos temas desde un enfoque transversal, integrando los hábitos y estilos de vida saludables en las diferentes áreas del currículo. Las áreas de Educación Física, Ciencias Naturales, Religión e incluso Matemáticas e Informática, pueden ser escenarios para desarrollar actividades que promuevan el autocuidado, la conciencia corporal y el análisis crítico de los factores que impactan la salud.

La lectura del contexto también evidencia fortalezas significativas, como el interés de las familias y los estudiantes por participar en proyectos que promuevan el bienestar. La institución tiene un historial positivo en la realización de actividades extracurriculares, como jornadas deportivas, talleres de alimentación saludable y campañas de sensibilización, que han demostrado ser herramientas efectivas para involucrar a la comunidad.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

En este marco, el proyecto de Hábitos y Estilos de Vida Saludables se convierte en una respuesta integral para atender las necesidades identificadas, maximizando las oportunidades de aprendizaje y participación, e impactando positivamente en la calidad de vida de la comunidad educativa.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

En la Institución Educativa Colegio Guillermo Quintero Calderón, aunque existe una articulación entre las áreas del currículo y se cuenta con el Programa de Alimentación Escolar (PAE), persisten desafíos relacionados con la consolidación de hábitos y estilos de vida saludables en la comunidad educativa. A pesar de los esfuerzos realizados para integrar la promoción de la salud en los procesos pedagógicos, se han identificado comportamientos y prácticas que limitan el bienestar integral de los estudiantes, tales como el consumo inadecuado de alimentos, la insuficiente actividad física y la falta de atención al cuidado de la salud mental.

El PAE proporciona una base sólida para garantizar una alimentación balanceada en el entorno escolar; sin embargo, este esfuerzo no siempre se ve reforzado en los hogares, donde algunos estudiantes mantienen hábitos alimenticios poco saludables que contrarrestan los beneficios del programa. Asimismo, aunque las diferentes áreas del currículo, como Ciencias Naturales, Educación Física y Ética, abordan de manera articulada temas relacionados con la salud y el bienestar, los resultados no siempre reflejan cambios sostenibles en los estilos de vida de los estudiantes, debido a la influencia de factores externos como el entorno social, las dinámicas familiares y los mensajes contradictorios que reciben a través de medios digitales y redes sociales.

Otro desafío relevante es la necesidad de fortalecer el enfoque en la salud mental. Aunque se reconoce su importancia como parte del bienestar integral, los estudiantes a menudo carecen de estrategias efectivas para manejar el estrés, las emociones y las relaciones interpersonales de manera saludable. Esto se ve agravado por la presión social y los retos que enfrentan en esta etapa de formación personal y académica.

Además, aunque existe una integración de áreas y proyectos transversales, como el PPEVS, es necesario potenciar la participación activa de las familias y de toda la comunidad educativa en actividades que fomenten hábitos saludables tanto dentro como fuera del entorno escolar. Es crucial que estas iniciativas trasciendan las actividades aisladas y promuevan un cambio cultural que impacte positivamente en la calidad de vida de los estudiantes y sus entornos inmediatos.

En este contexto, el proyecto transversal de Hábitos y Estilos de Vida Saludables busca responder a estas necesidades mediante la consolidación de estrategias pedagógicas, participativas e inclusivas que promuevan el autocuidado, la actividad física, una alimentación adecuada y el fortalecimiento de la salud mental. Este proyecto, alineado



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.

con las políticas nacionales y los recursos disponibles, tiene como objetivo no solo generar aprendizajes significativos, sino también propiciar transformaciones sostenibles en los hábitos y prácticas de la comunidad educativa.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **MARCO TEÓRICO (CONCEPTUAL) Y NORMATIVO.**

El marco teórico del proyecto transversal Hábitos y Estilos de Vida Saludables está fundamentado en los principios conceptuales que sustentan la promoción de la salud, el bienestar integral y el papel de la educación en la formación de ciudadanos responsables y autónomos. Estos elementos proporcionan las bases para comprender la relevancia de fomentar estilos de vida saludables en el contexto escolar.

### **1. Salud y Estilos de Vida Saludables**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades". Bajo esta perspectiva, los estilos de vida saludables comprenden un conjunto de comportamientos y prácticas orientados al mantenimiento del bienestar integral, tales como una alimentación balanceada, la práctica regular de actividad física, el descanso adecuado, la gestión emocional y la prevención de conductas de riesgo, como el consumo de sustancias psicoactivas.

### **2. Educación para la Salud**

La educación para la salud, de acuerdo con la OMS, tiene como objetivo "empoderar a las personas con herramientas y conocimientos que les permitan tomar decisiones informadas y responsables respecto a su salud". En el ámbito escolar, este enfoque se integra como un eje transversal que busca formar competencias asociadas al autocuidado, la convivencia armónica y la construcción de un proyecto de vida basado en el bienestar integral.

### **3. Concepto de Escuela Saludable**

El término escuela saludable hace referencia a instituciones educativas que promueven el bienestar bio-psicosocial de la comunidad educativa. Según el Programa para la Promoción de Estilos de Vida Saludable (PPEVS), una escuela saludable fomenta valores, conocimientos y prácticas que inciden favorablemente en la calidad de vida de estudiantes, docentes y familias, consolidando un entorno que propicia la adquisición de hábitos saludables.

### **4. Alimentación Escolar y su Impacto en el Aprendizaje**

La alimentación balanceada es un factor determinante en el desarrollo físico y cognitivo de los estudiantes. En el contexto escolar, el Programa de Alimentación Escolar (PAE)



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

constituye una herramienta fundamental para garantizar el acceso a una nutrición adecuada, lo cual repercute directamente en el rendimiento académico, la concentración y la participación activa de los educandos en las diversas actividades escolares.

## **5. Competencias Ciudadanas**

La promoción de estilos de vida saludables está estrechamente vinculada con el desarrollo de competencias ciudadanas que promuevan la toma de decisiones responsables, la autonomía, la convivencia pacífica y el ejercicio pleno de derechos y deberes. Estas competencias fortalecen a los estudiantes como agentes transformadores de su entorno familiar y comunitario.

## **Marco normativo**

El marco normativo del proyecto se sustenta en las disposiciones legales nacionales e internacionales que promueven la educación para la salud y la calidad de vida, garantizando la coherencia entre las acciones institucionales y las políticas públicas vigentes.

### **1. Ley General de Educación (Ley 115 de 1994)**

Establece que la educación debe garantizar la formación integral del individuo, fomentando competencias, valores y habilidades que promuevan el bienestar físico, emocional e intelectual. Asimismo, dispone la implementación de proyectos pedagógicos transversales que aborden problemáticas sociales, como la promoción de la salud.

### **2. Decreto 1860 de 1994**

Reglamenta la organización del currículo en las instituciones educativas y señala la importancia de los proyectos pedagógicos transversales como herramientas para enfrentar desafíos sociales y fortalecer la formación integral de los estudiantes.

### **3. Resolución 412 de 2000**

Estipula las acciones de promoción y prevención en salud que deben implementarse en el sistema educativo, priorizando la prevención de enfermedades y la adopción de hábitos saludables desde edades tempranas.

### **4. Ley 1355 de 2009**

Declara la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles como una prioridad de salud pública en Colombia, promoviendo políticas encaminadas a fomentar una alimentación saludable y la práctica de actividad física.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **5. Programa para la Promoción de Estilos de Vida Saludable (PPEVS)**

Propuesta liderada por el Ministerio de Educación Nacional y el Ministerio de Salud y Protección Social, que establece lineamientos claros para la inclusión de estrategias de promoción de la salud en el currículo escolar.

## **6. Constitución Política de Colombia (1991)**

En su Artículo 44, consagra los derechos fundamentales de los niños, entre ellos, el derecho a la salud, la educación y la alimentación equilibrada, los cuales son esenciales para garantizar su desarrollo integral.

Este marco normativo, en conjunto con el sustento conceptual, legitima y orienta las acciones del proyecto, contribuyendo al cumplimiento de los objetivos institucionales y nacionales en materia de salud y educación.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **ESTRATEGIAS PEDAGÓGICAS Y METODOLÓGICAS FORMATIVAS A IMPLEMENTAR**

### **PROPUESTA PEDAGÓGICA.**

La implementación del proyecto transversal Hábitos y Estilos de Vida Saludables en la Institución Educativa Colegio Guillermo Quintero Calderón se fundamenta en estrategias pedagógicas y metodológicas que promuevan aprendizajes significativos, experiencias prácticas y el compromiso activo de toda la comunidad educativa. Estas estrategias se articulan con el currículo institucional y buscan fomentar la participación, el trabajo colaborativo y el desarrollo integral de los estudiantes.

#### **Estrategias Pedagógicas**

##### **Articulación Curricular:**

Integrar los contenidos relacionados con estilos de vida saludables en las diferentes áreas del currículo, fomentando la interdisciplinariedad y el abordaje transversal de temas como la alimentación balanceada, la actividad física, la salud mental y la prevención de riesgos.

##### **Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP):**

Implementar proyectos en los que los estudiantes identifiquen problemáticas relacionadas con su entorno y propongan soluciones creativas para promover hábitos saludables, fortaleciendo sus competencias ciudadanas y científicas.

##### **Estrategias Participativas:**

Involucrar a estudiantes, docentes, familias y la comunidad en actividades dinámicas como talleres, campañas educativas y eventos recreativos que permitan aprender haciendo y generar cambios sostenibles en el comportamiento.

##### **Uso de las TIC:**

Incorporar tecnologías de la información y la comunicación para difundir mensajes educativos, realizar actividades interactivas y promover el aprendizaje colaborativo sobre hábitos saludables.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **Propuesta Pedagógica**

Para materializar el propósito del proyecto, se proponen las siguientes actividades y metodologías:

### **1. Capacitaciones con Salud Pública:**

Organizar jornadas de formación en alianza con entidades de salud pública para sensibilizar a estudiantes, docentes y padres de familia sobre temas como nutrición, prevención de enfermedades, salud mental y actividad física. Estas capacitaciones estarán orientadas a fortalecer el conocimiento y las competencias de autocuidado.

### **2. Juegos Inter-clases e Inter-colegiados:**

Promover actividades deportivas como torneos de fútbol, baloncesto, voleibol y atletismo entre los grados de la institución y con otras instituciones educativas. Estas competencias fomentan el trabajo en equipo, la sana competencia y el ejercicio físico regular.

### **3. Día del Estudiante:**

Celebrar esta jornada con actividades recreativas, culturales y deportivas que promuevan el bienestar integral, incluyendo estaciones de alimentación saludable, charlas motivacionales y dinámicas de grupo enfocadas en la salud emocional.

### **4. Festival de la Cometa:**

Realizar un evento donde los estudiantes construyan y vuelen cometas, incentivando la creatividad, la actividad física al aire libre y el fortalecimiento de los lazos familiares y comunitarios.

### **5. Olimpiadas de Matemáticas:**

Diseñar una competencia académica en la que los estudiantes resuelvan problemas matemáticos relacionados con hábitos saludables, como cálculos calóricos, proporciones en dietas balanceadas y mediciones relacionadas con la actividad física.

### **6. Semana Saludable:**

Desarrollar una semana temática con actividades como caminatas ecológicas, pausas activas, talleres sobre alimentación saludable, ferias pedagógicas, charlas sobre prevención de adicciones y dinámicas que refuercen la importancia del bienestar físico y mental.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **Metodologías Formativas**

### **1. Metodología Activa:**

Fomentar la participación de los estudiantes como protagonistas de su aprendizaje, promoviendo el análisis crítico, la reflexión y la toma de decisiones responsables en torno a su salud y bienestar.

### **2. Trabajo Colaborativo:**

Estimular el aprendizaje grupal mediante actividades en equipo que permitan compartir conocimientos, desarrollar habilidades sociales y resolver problemas de manera conjunta.

### **3. Metodología Lúdica:**

Incorporar el juego y la recreación como herramientas pedagógicas para motivar a los estudiantes y facilitar el aprendizaje de manera amena y significativa.

### **4. Metodología Vivencial:**

Generar espacios de aprendizaje práctico, como la preparación de recetas saludables, prácticas deportivas y simulaciones, que permitan a los estudiantes experimentar y aplicar los conceptos aprendidos en su vida cotidiana.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **ACTORES Y PARTICIPACIÓN**

<b>HUMANOS</b>	<b>ECONÓMICOS</b>	<b>FÍSICOS</b>	<b>DIDÁCTICOS</b>
Rector Docentes Gobierno escolar Padres de familia Entidades de salud	Aportes financiados por la institución, entidades externas y estudiantes.	Sala de audiovisuales Canchas deportivas Sala de informática	Implementos deportivos Periódico mural Útiles escolares



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## PLAN OPERATIVO DE ACCIÓN (POA)

ACTIVIDAD	LOGROS	ESTRATEGIAS	RECURSOS	RESPONSABLES
Socialización del proyecto	Socializar a la comunidad educativa el proyecto transversal hábitos y estilo de vida saludable.	Reunir a la comunidad educativa para realizar la presentación del proyecto.	Humanos físicos tecnológicos	Equipo proyecto transversal
Capacitación por salud pública	Capacitar a la comunidad educativa sobre buenos hábitos saludables	Solicitar acompañamiento de agentes externos que brinden apoyo sobre buenas prácticas de hábitos saludables.	Humanos físicos tecnológicos	Salud pública
Pausas activas	Realizar pausas activas dentro de la jornada académica.	Establecer horario específico para la realización de una pausa activa por grupo con el docente a cargo de la clase.	Humanos físicos tecnológicos	Docente que este a cargo del aula en el momento de la pausa
Inter-clases (secundaria)	Fomentar la integración estudiantil, la práctica deportiva y los valores a través de las competencias internas	Diseñar cronograma de partidos promoviendo el aprovechamiento del tiempo libre en la jornada académica.	Humanos Físicos Económicos	Área de educación física



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

<b>Inter-clases (primaria)</b>	<b>Fomentar la integración estudiantil, la práctica deportiva y los valores a través de las competencias internas</b>	<b>Diseñar cronograma de partidos promoviendo el aprovechamiento del tiempo libre en la jornada académica.</b>	<b>Humanos Físicos Económicos</b>	<b>Área de educación física</b>
<b>Inter-colegiados Juegos supérate</b>	<b>Representar a la institución en los juegos inter-colegiados promoviendo el desarrollo deportivo y competitivo.</b>	<b>Organizar y planificar el cronograma de actividades y la formación de los equipos.</b>	<b>Humanos Físicos Económicos</b>	<b>Área de educación física</b>
<b>Olimpiadas de matemáticas (primaria - secundaria)</b>	<b>Fomentar el desarrollo del pensamiento lógico matemático, la creatividad y la resolución de problemas en los estudiantes, mediante actividades lúdicas que promueven el aprendizaje significativo, trabajo en equipo y motivación hacia las matemáticas</b>	<b>Diseñar mediante circuitos estrategias que permitan al estudiante mediante el juego realizar cálculos matemáticos.</b>	<b>Humanos Físicos Económicos</b>	<b>Área de matemáticas</b>



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

<b>Día del estudiante</b>	<b>Celebrar y promover la integración, participación y bienestar de los estudiantes mediante actividades recreativas, culturales y deportivas que fomenten valores y la sana convivencia.</b>	<b>Realización de actividades lúdico-deportivas y culturales, que busquen la integración de la comunidad estudiantil.</b>	<b>Humanos Físicos Económicos</b>	<b>Comité día del estudiante</b>
<b>La semana saludable</b>	<b>Fomentar hábitos de vida saludables en la comunidad educativa a través de actividades educativas, deportivas, recreativas y culturales que promuevan el bienestar físico, mental y social.</b>	<b>Diseñar un cronograma donde se estipulen actividades diarias en las horas de descanso que permitan a los estudiantes adquirir nuevos hábitos saludables.</b>	<b>Humanos Físicos Económicos</b>	<b>Equipo proyecto transversal</b>
<b>Festival de las cometas</b>	<b>Promover la integración escolar, la creatividad y la sana convivencia a través del</b>	<b>Diseñar desde el área de artística las cometas con un distintivo por grado, así mismo el área de educación física</b>	<b>Humanos Físicos Económicos</b>	<b>Área de artística y educación física</b>



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

	<b>diseño y vuelo de cometas.</b>	<b>se encarga de la logística del evento.</b>		
--	---------------------------------------	---	--	--



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## **EVALUACIÓN DEL PROYECTO**

La evaluación del proyecto transversal Hábitos y Estilos de Vida Saludables tiene como objetivo medir el impacto de las estrategias implementadas, identificar los logros alcanzados y reconocer las áreas de oportunidad para mejorar en futuras ediciones del proyecto. Para ello, se utilizarán diversos instrumentos de evaluación que permitan una valoración integral de los procesos, resultados y aprendizajes obtenidos por los estudiantes, docentes y la comunidad educativa en general.

### **Objetivos de la Evaluación**

- Medir el grado de conocimiento y la apropiación de los contenidos relacionados con hábitos saludables por parte de los estudiantes.
- Evaluar la efectividad de las actividades pedagógicas en la modificación de comportamientos y actitudes hacia la salud.
- Determinar el nivel de participación de los diferentes actores de la comunidad educativa (estudiantes, docentes, familias) en las actividades propuestas.
- Identificar las fortalezas y debilidades en la implementación de las estrategias pedagógicas y metodológicas.
- Proponer recomendaciones para la mejora continua del proyecto en su próxima implementación.

### **Instrumentos de Evaluación**

#### **1. Rúbricas de Evaluación:**

Las rúbricas se utilizarán para evaluar las actividades y proyectos realizados por los estudiantes, tales como trabajos en grupo, presentaciones, proyectos sobre nutrición y salud mental, entre otros. Las rúbricas permitirán calificar los logros alcanzados en función de criterios específicos como la claridad de la presentación, la calidad del contenido, la creatividad y la aplicación de los conceptos de salud.

#### **2. Encuestas de Satisfacción:**

Se realizarán encuestas a estudiantes, docentes y padres de familia para conocer su percepción sobre las actividades realizadas, el impacto del proyecto en su vida diaria y el grado de satisfacción con los resultados obtenidos. Las encuestas incluirán preguntas cerradas y abiertas para obtener tanto datos cuantitativos como cualitativos.



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaría de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

### **3. Observación Directa:**

Se llevará a cabo una observación directa en las actividades propuestas, como los juegos inter-clases, el Festival de la Cometa, las capacitaciones con salud pública, entre otras. A través de esta herramienta, los docentes podrán valorar la participación activa de los estudiantes, el comportamiento durante las actividades físicas y recreativas, y la actitud frente a los temas de salud.

### **4. Portafolios de Aprendizaje:**

Los estudiantes mantendrán un portafolio de aprendizaje donde registrarán las actividades realizadas, las reflexiones personales sobre su cambio de hábitos y los avances logrados en relación con el proyecto. Este portafolio será una herramienta valiosa para autoevaluarse y ser evaluados de forma continua, permitiendo a los docentes hacer un seguimiento del proceso de aprendizaje de cada estudiante.

### **5. Exámenes y Pruebas Cortas:**

Se aplicarán exámenes o pruebas cortas para medir el conocimiento adquirido por los estudiantes sobre temas específicos del proyecto, tales como nutrición saludable, beneficios de la actividad física, manejo del estrés, entre otros. Las pruebas también incluirán preguntas de aplicación que permitan evaluar la capacidad de los estudiantes para tomar decisiones informadas sobre su salud.

### **6. Evaluación de Participación en Eventos:**

Se evaluará la participación de los estudiantes y la comunidad educativa en eventos como las olimpiadas de matemáticas, los juegos inter-colegiados, el Día del Estudiante, y la Semana Saludable. Esta evaluación se basará en la asistencia, el nivel de involucramiento en las actividades y la actitud positiva hacia el proyecto.

### **7. Informe Final de Evaluación:**

Al final de cada ciclo del proyecto, se elaborará un informe de evaluación que sintetice los resultados de las distintas herramientas de evaluación. Este informe incluirá una descripción detallada de los logros alcanzados, las dificultades encontradas y las recomendaciones para mejorar la implementación del proyecto en el futuro.

## **Plan de retroalimentación**

Una vez obtenidos los resultados de las evaluaciones, se organizarán sesiones de retroalimentación con los estudiantes, docentes y familias para compartir los avances logrados y discutir las oportunidades de mejora. Además, se promoverá un espacio de



# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.

reflexión sobre cómo los estudiantes pueden seguir incorporando hábitos saludables en su vida diaria más allá del ámbito escolar.

Este proceso de retroalimentación también servirá para ajustar las estrategias y actividades del proyecto en función de las sugerencias y necesidades de los participantes.



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES 2025

MES	ACTIVIDAD	RESPONSABLE
Febrero	Socialización de proyecto transversal ( <b>Hábitos y estilos de vida saludables</b> )	Equipo del proyecto transversal
Febrero	Socialización pausas activas a cuerpo docente	Docentes a cargo del aula
Marzo-Junio	Juegos inter-clases e inter-sedes	Área de educación física
Abril	Capacitación salud pública (buenos hábitos de vida saludable)	Salud pública
Mayo	Día del estudiante	Comité día del estudiante
Junio	Olimpiadas de matemáticas-primaria	Área de matemáticas
Agosto	Semana saludable	Equipo del proyecto transversal
Agosto	Festival de cometas	Área de artística y educación física
Septiembre	Inter-colegiados	Área de educación física
Octubre	Olimpiadas de matemáticas-secundaria	Área de matemáticas



# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código ICFES diurno 012377 Convención N S.

## REGISTRO FOTOGRÁFICO

Año: 2024





# INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.





# *INSTITUCIÓN EDUCATIVA "COLEGIO GUILLERMO QUINTERO CALDERÓN"*

Resolución N° 007373 del 07 de octubre de 2024 de la Secretaria de Educación Departamental. Código  
ICFES diurno 012377 Convención N S.