

CENTRO EDUCATIVO "CHIQULLADAS"

EDUCACIÓN INTEGRAL Y RECREATIVA

RESOLUCIÓN 03384 DEL 15 DE SEPTIEMBRE 2011
CLL 2 B 27 B - 34 IV CENTENARIO
OCAÑA N. DE S.



CARACTERIZACIÓN DEL PROYECTO

TÍTULO: Estilos de vida saludable	DESTINATARIOS: Comunidad del CE Chiquilladas
RESPONSABLE: Erika Torcoroma Vila Arias	
DIAGNÓSTICO: Fomentar hábitos de vida saludable a los estudiantes del CE Chiquilladas.	
FINALIDAD O PROPÓSITO: Promover hábitos de vida saludable en los de pre-escolar y primaria, enfocándose en la alimentación balanceada, la actividad física regular, el descanso adecuado y el bienestar emocional, con el fin de mejorar su salud integral y fomentar una cultura de autocuidado que les permita desarrollar habilidades para una vida saludable a largo plazo.	

RÉGIMEN OPERACIONAL

PROBLEMA PRIORIZADO 1: En muchos de los estudiantes se observa un consumo elevado de alimentos procesados, azúcares y comidas rápidas, mientras que la ingesta de frutas y alimentos nutritivos es insuficiente. Esto se debe a factores sobre la falta de conocimiento sobre nutrición, la influencia de la publicidad de productos pocos saludables la falta de hábitos alimenticios establecidos en el hogar.
OBJETIVO: Fomentar y fortalecer hábitos de vida saludable en niños de pre-escolar y primaria, promoviendo una alimentación equilibrada, la práctica regular de actividad física, el descanso adecuado y el manejo emocional, con el fin de mejorar su bienestar integral y contribuir a su desarrollo físico, mental y social.
META: Lograr que al menos el 80 % de los estudiantes de pre-escolar y primaria adopten hábitos de alimentación más saludable, participen activamente en actividades físicas diarias y mejoren su bienestar emocional a través de la implementación de programas educativos, talleres prácticos y actividades recreativas dentro de un periodo de 9 meses.
ESTRATEGIA PARA VERIFICAR LA META: Hacer un seguimiento constante de los alimentos que consumen nuestros estudiantes y conversar con ellos sobre qué tipo de actividades físicas practican diariamente.

CENTRO EDUCATIVO "CHIKUILLADAS"

EDUCACIÓN INTEGRAL Y RECREATIVA

RESOLUCIÓN 03384 DEL 15 DE SEPTIEMBRE 2011
CLL 2 B 27 B - 34 IV CENTENARIO
OCAÑA N. DE S.



ACTIVIDADES	RESPONSABLE	TIEMPO O FECHA	POBLACIÓN INTERVENIDA	REQUERIMIENTOS	CUMPLIMIENTO	
					SI	NO
Visualizar un video sobre la importancia de llevar hábitos de vida saludable. https://www.youtube.com/watch?v=qhwyGwNj06E	Docente del proyecto	Primera semana de mayo	Todos los grados	Patio Tv Proyector		
Preparación del plato saludable en material reciclable	Docente del proyecto	Primera semana de mayo	Todos los grados	Patio Tijeras Colbón Cartulina		
Aprenderán una canción sobre las frutas y verduras https://www.youtube.com/watch?v=vk3PqVcQRlc	Docente del proyecto Directora	Primera semana de mayo	Todos los grados	Parlante micrófono.		
Actividad física. Circuito de movimientos: recorrido con estaciones para saltar, correr, lanzar pelotas	Docente del proyecto	Primera semana de mayo	Todos los grados.	Pelotas Lazo		
Higiene personal y bienestar <ul style="list-style-type: none"> - Lavado de manos - Cuidado dental - Cuidado del sueño 	Docente del proyecto	Desde Primera semana de febrero	Todos los grados	Aulas de clase Patio		

EVALUACIÓN:

CENTRO EDUCATIVO “CHIQULLADAS”

EDUCACIÓN INTEGRAL Y RECREATIVA

RESOLUCIÓN 03384 DEL 15 DE SEPTIEMBRE 2011
CLL 2 B 27 B – 34 IV CENTENARIO
OCAÑA N. DE S.



EVIDENCIAS

PROBLEMA PRIORIZADO 2: El aumento del sedentarismo evidenciando que algunos estudiantes que pasan demasiado tiempo frente a pantallas en lugar de realizar actividades físicas, la mala alimentación pues se observa alto consumo de alimentos ricos en azúcares y grasas, esto impacta en la salud, ya que el sedentarismo y la mala alimentación pueden generar obesidad en la población infantil, dificultades de aprendizaje y problemas de autoestima y enfermedades a largo plazo como la diabetes.

OBJETIVO: Promover estilos de vida saludable en estudiantes de preescolar y primaria mediante estrategias educativas, actividades lúdicas y la participación activa de la comunidad escolar, con el fin de fomentar una alimentación balanceada, la actividad física la higiene personal y el bienestar emocional, contribuyendo al desarrollo integral de los niños y la prevención de enfermedades.

META: Que el 100% de los estudiantes de pre-escolar y primaria adopten hábitos saludables en su alimentación, actividades físicas, higiene personal bienestar emocional, a través de estrategias educativas, actividades recreativas y la participación de docentes, familias y la comunidad escolar.

ESTRATEGIA PARA VERIFICAR LA META: Involucrar docentes, familias y la comunidad en la promoción de hábitos saludables implementando un programa educativo sobre nutrición, higiene y ejercicios físicos en el currículo escolar.

ACTIVIDADES	RESPONSABLE	TIEMPO O FECHA	GRADOS EN LOS QUE SE INTERVIENE	REQUERIMIENTOS
Alimentación saludable: taller de cocina saludable y charlas sobre nutrición.	Docentes y padres de familia	De junio a noviembre	Estudiantes de pre-escolar y primaria	Material didáctico de alimentación
Actividad física: juegos al aire libre, baile y ejercicios de relajación.	Docentes y padres de familia	De junio a noviembre	Estudiantes de pre-escolar y primaria	Patio
Higiene y bienestar: campañas sobre el lavado de manos y cuidado dental.	Docentes y padres de familia	De junio a noviembre	Estudiantes de pre-escolar y primaria	Cepillo de dientes Crema dental Jabón
Conciencia ecológica: actividades de reciclaje y caminatas de reciclaje para relacionar salud y medio ambiente.	Docentes y padres de familia	De junio a noviembre	Estudiantes de pre-escolar y primaria	Espacios adecuados para la realización de la actividad espacios

CENTRO EDUCATIVO "CHIKUILLADAS"

EDUCACIÓN INTEGRAL Y RECREATIVA

RESOLUCIÓN 03384 DEL 15 DE SEPTIEMBRE 2011
CLL 2 B 27 B - 34 IV CENTENARIO
OCAÑA N. DE S.



				verdes y abiertos.
--	--	--	--	--------------------

EVALUACIÓN:				
--------------------	--	--	--	--

EVIDENCIAS				
-------------------	--	--	--	--