



República de Colombia
Norte de Santander - Municipio De Tibú
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA
*Decreto de Creación 000252 del 12 Abril de 2005, Decreto de conversión
002666 del 14 de Noviembre de 2023.
Licencia de funcionamiento y reconocimiento oficial Resolución N°
009511 del 15 Noviembre de 2024 _ Código Dane 254810000386*



CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTRO	NIT 900122910-6
DIRECCIÓN	PROCESO: GESTIÓN DOCUMENTAL

PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES

1. IDENTIFICACIÓN

1.1. Nombre del proyecto	<i>HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE</i>
1.2. Población	Institución Educativa Bertrania
1.3. Duración	Año 2025
1.4. Responsables	Shirley Guarín Jiménez ,Andrea Basto, Miguel Ángel Caicedo(Docentes titulares)

2. INTRODUCCIÓN

Introducción

La Institución Educativa Bertrania, desarrolla el proyecto transversal estilos de Vida Saludable, que promueve actividades que conlleven al mejoramiento de la salud física, salud social, salud mental y la promoción de hábitos saludables, con el apoyo de entidades gubernamentales. La salud física, mental y el bienestar integral de los estudiantes son prioridad de la Institución educativa por tal motivo se realizan actividades durante todo el año escolar de promoción en salud como brigadas y campañas que vinculan a todas sedes de la institución. Se cuenta con el apoyo de las áreas de Ciencias Naturales, Educación Física, Recreación y Deportes, Ética y Valores y Ciencias sociales, las cuales propician espacios escolares de autocuidado, higiene, sana alimentación y práctica del deporte.

3. JUSTIFICACIÓN

Las Escuelas Saludables son una estrategia de promoción de la salud orientadas por las políticas públicas establecidas en el país en materia de aseguramiento de los derechos a la salud y la educación de la infancia y adolescencia en la perspectiva de desarrollo humano sostenible. A partir de 1997 en Colombia se establecen alianzas entre los diferentes sectores del desarrollo social: Salud, Educación y Bienestar Familiar, con el apoyo de Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), con el cual el Gobierno Nacional adopta las Escuelas Saludables” para realizar una intervención intersectorial en torno a la problemática de salud y educación que afectan a los escolares”. El proyecto transversal Estilos de vida saludable, se constituye como una de las estrategias de la Institución Educativa Bertrania en la búsqueda la apropiación de conocimientos, valores y prácticas esenciales en la promoción de la salud y en la prevención de las enfermedades de la comunidad educativa, articulando los sectores salud, educación y Bienestar y como componente del Proyecto Educativo Institucional (PEI). Se busca integrar políticas públicas de salud, educación, medio ambiente, bienestar social y espacios de convivencia, que permitan cambios de actitud favorables para el mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes, teniendo en cuenta, que la escuela debe formar para la aplicación de saberes integrados a la vida cotidiana, como condición para mejorar la calidad de vida.

4. MARCO TEÓRICO

4.1. MARCO CONCEPTUAL:

Los estilos de 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

	República de Colombia Norte de Santander - Municipio De Tibú INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA <i>Decreto de Creación 000252 del 12 Abril de 2005, Decreto de conversión 002666 del 14 de Noviembre de 2023.</i> <i>Licencia de funcionamiento y reconocimiento oficial Resolución N° 009511 del 15 Noviembre de 2024 _ Código Dane 254810000386</i>	
CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTRO	NIT 900122910-6	
DIRECCIÓN	PROCESO: GESTIÓN DOCUMENTAL	

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. (Graybie, y Smith, 2014).

En el contexto escolar, los estilos de vida se promueven a través de experiencias de aprendizaje que favorecen la adquisición o modificación de hábitos y estilos relacionados con el manejo de la salud en orden en unos comportamientos deseables que favorecen la preservación de la salud y la prevención de enfermedades de los educandos, teniendo en cuenta factores como la herencia social, los patrones culturales de la familia que orientan el manejo de la salud, la calidad de las relaciones humanas, las situaciones socioeconómicas y los niveles de escolaridad.

4.2. MARCO LEGAL:

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

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

En 1997, Colombia adopta la Iniciativa Regional de Escuelas Promotoras de la Salud promovida por la Organización Panamericana de la Salud (OPS). Por otra parte, la Organización Mundial de la Salud (OMS), elabora en 1999 el primer documento de política "Escuela Saludable:

La alegría de vivir en paz", como lineamientos preliminares para la formulación de la política de Escuela Saludable.

El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, establece que "el ejercicio del deporte sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas además de preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano". La Ley del Deporte, Ley 181 de 1995, artículo 2 señala como objetivo especial, la creación del Sistema Nacional del Deporte, la recreación el aprovechamiento del tiempo libre, la educación extraescolar y la educación física.

5. OBJETIVOS

5.1. General	Generar condiciones propias para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad de la Institución Educativa Bertrania, promoviendo hábitos saludables en los aspectos nutricionales, higiénicos, físicos,
--------------	--



República de Colombia
Norte de Santander - Municipio De Tibú
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA
*Decreto de Creación 000252 del 12 Abril de 2005, Decreto de conversión
 002666 del 14 de Noviembre de 2023.*
*Licencia de funcionamiento y reconocimiento oficial Resolución N°
 009511 del 15 Noviembre de 2024 _ Código Dane 254810000386*



CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTRO	NIT 900122910-6
DIRECCIÓN	PROCESO: GESTIÓN DOCUMENTAL

	psicológicos y de manejo del tiempo, mediante la implementación de estrategias educativas orientadas al logro de una escuela saludable.
--	---

- | | |
|-------------------------|--|
| 5.2. Específicos | <ul style="list-style-type: none"> • 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. • Originar rutinas didácticas que permitan mejor los hábitos alimenticios. |
|-------------------------|--|

6. METODOLOGÍA

Se aplicará una metodología activa centrada en un enfoque de aprendizaje social y contextualizado en la realidad de los estudiantes y sus vivencias en relación con el manejo de la salud. El proceso por seguir para lograr el aprendizaje de forma significativa y participativa contempla la aplicación de tres momentos metodológicos vinculados al proceso de enseñanza-aprendizaje: La Observación – la Comprensión – y la Acción.

a) La observación es el primer paso en el aprendizaje, se logra mediante imágenes relacionadas a temas de salud, sobre las que los estudiantes se referencian para expresar sus ideas y establecer asociaciones con su realidad personal, escolar, familiar y comunitaria. La observación de imágenes audiovisuales facilita el conocimiento por medio de la fijación audiovisual y promueve la expresión oral con la participación individual y colectiva. Este proceso se complementa con la observación y toma de imágenes de situaciones reales en sus diferentes entornos cotidianos.

b) La comprensión se logra a partir de la información generada en la observación con preguntas problematizadoras que permitan la asociación de las observaciones y las temáticas abordadas, con el consiguiente análisis y reflexión desde la propia vida cotidiana de los educandos. En este proceso comprensivo, se desarrollan competencias relacionadas con la construcción social de conocimientos, trabajo colaborativo, el respeto a las ideas de los demás, la expresión oral, el pensamiento crítico, de acuerdo con el nivel académico de los estudiantes.

c) La acción, estará orientada al desarrollar habilidades y destrezas mediante la aplicación de un esquema lúdico – recreativo por medio de un cronogramar de actividades a ejecutar por periodo académico.



República de Colombia
Norte de Santander - Municipio De Tibú
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA
*Decreto de Creación 000252 del 12 Abril de 2005, Decreto de conversión
 002666 del 14 de Noviembre de 2023.*
*Licencia de funcionamiento y reconocimiento oficial Resolución N°
 009511 del 15 Noviembre de 2024 _ Código Dane 254810000386*



CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTRO	NIT 900122910-6
DIRECCIÓN	PROCESO: GESTIÓN DOCUMENTAL

7. PROCESOS Y ACTIVIDADES A DESARROLLAR
PLAN DE ACCIÓN
HABITOS Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE
2025

OBJETIVOS	METAS	INDICADOR	ACTIVIDADES	FECHA INICIO	FECHA FINAL
Promover los hábitos y estilos de vida saludable en los estudiantes de la comunidad educativa Bertrania	Conmemorar el día mundial de la actividad física con la comunidad estudiantil a través de actividades físico/recreativa que generen conciencia de la importancia de la actividad física para preservar la salud.	Nivel de satisfacción de la actividad ejecutada. (encuesta)	“DIA MUNIDIAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA”	6 abril 2025	6 abril 2025
Promover los hábitos saludables a través del baile o danza que contribuyan en el desarrollo motor del estudiante y a su vez motiven a generar un habito saludable.	Incentivar a la comunidad estudiantil a vincularse a las actividades dirigidas musicalizadas.	Nivel de satisfacción de la actividad ejecutada. (encuesta)	BAILOTERAPIAS: “COMPARTE TU RITMO” “HALLOWEN PARTY” Se realizará una bailo – terapia por semestre, donde participarán todos los estudiantes, los profesores titulares, estimulando la	13 de junio de 2025 31 de octubre de 2025	13 de junio de 2025 31 de octubre de 2025



República de Colombia
 Norte de Santander - Municipio De Tibú
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA
 Decreto de Creación 000252 del 12 Abril de 2005, Decreto de conversión
 002666 del 14 de Noviembre de 2023.
 Licencia de funcionamiento y reconocimiento oficial Resolución N°
 009511 del 15 Noviembre de 2024 _ Código Dane 254810000386



CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTRO	NIT 900122910-6
DIRECCIÓN	PROCESO: GESTIÓN DOCUMENTAL

			importancia de la danza como habito saludable.		
Fortalecer la importancia del juego cooperativo y tradicional como medio para promover el desarrollo físico, intelectual y social de los NNJA.	Promover el trabajo en equipo entre los estudiantes participando en actividades lúdico-recreativa.	Nivel de satisfacción de la actividad ejecutada. (encuesta)	<p><u>YINCANA BERTRANISTA</u> <u>"Amigo Bertranista"</u></p> <p>Se realizará una actividad lúdico-recreativa con diferentes juegos de habilidades por estaciones donde participaran todos los estudiantes. La actividad estará dividida en 2 sesiones</p> <p>Sesión primaria-Tarde</p> <p>Sesión secundaria-mañana.</p>	29 de agosto de 2025	29 de agosto de 2025

Responsables del Proyecto: SHIRLEY DAYANNA GUARIN – ANDREA BASTO- MIGUEL ANGEL CAICEDO.

8. RECURSOS

8.1. Humanos	Rector, docentes lideres PPT, docentes, estudiantes, padres de familia, alcaldía municipal, ONG.
8.2. Físicos	Cancha de la institución, salones de clase y otros espacios.
8.3. Materiales	Computador, equipo de sonido, video beam, material lúdico.
8.4. Técnicos	Internet.

9. PRESUPUESTO



República de Colombia
Norte de Santander - Municipio De Tibú
INSTITUCIÓN EDUCATIVA BERTRANIA
*Decreto de Creación 000252 del 12 Abril de 2005, Decreto de conversión
002666 del 14 de Noviembre de 2023.
Licencia de funcionamiento y reconocimiento oficial Resolución N°
009511 del 15 Noviembre de 2024 _ Código Dane 254810000386*



CONTROL DE DOCUMENTOS Y REGISTRO	NIT 900122910-6
DIRECCIÓN	PROCESO: GESTIÓN DOCUMENTAL

1.000.000 P/C.	
10. ADMINISTRACIÓN DEL PROYECTO	
10.1. Aprobación	
10.2. Acompañamiento	
10.3. Resultados	
10.4. Evaluación	