



## INFORME EJECUTIVO: PROYECTO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

El proyecto transversal “Estilos de Vida Saludable” desarrollado en el Centro Educativo Rural El Farache busca promover en la comunidad educativa la adopción de hábitos que favorezcan el bienestar físico, mental, social y emocional de los estudiantes. A través de actividades pedagógicas, lúdicas y reflexivas, se pretende fomentar la importancia de la alimentación balanceada, la práctica regular de la actividad física, la higiene personal, el autocuidado y la prevención de enfermedades.

Este proyecto se enmarca dentro de la formación integral que ofrece el CER Farache articulado a las diferentes áreas del conocimiento con el propósito de fortalecer valores, actitudes y comportamientos que contribuyan al desarrollo de una vida sana y equilibrada. De esta manera, se busca generar conciencia en los estudiantes y en la comunidad Educativa en general, sobre la responsabilidad que cada uno tiene frente al cuidado de su cuerpo, su entorno y su salud, promoviendo así una cultura de bienestar y calidad de vida de todos sus integrantes.

Este proyecto se ha transversalizado en áreas como:

### Ciencias Naturales:

- Reconociendo la importancia de los alimentos sanos en las etapas del desarrollo y crecimiento
- Practicando hábitos de vida saludable para prevenir enfermedades.
- Relacionando la talla y peso con una adecuada nutrición
- Promoviendo la importancia de una alimentación sostenible y respetuosa con el medio ambiente.
- Fomentando el consumo de frutas de temporada propias de la región
- Valorando el cuerpo , su funcionamiento y sus cuidados.

### Ética y valores:



REP. DE COLOMBIA, DPTO. NORTE DESANTANDER, MUPIO. DE TEORMA

CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE

Dec. Creación No. 000339 de 11 de agosto de 2004. Arts. 188 y 189

Dec. Modificación No. 00252 de 12 de abril de 2005. Art. 224 y 225

Lic. de funcionamiento y aprobación de Estudios. Res. No. 009431 de 13 de noviembre de 2024

NIT: 900177462-4 y DANE:25480000108

- Fomentando valores como la responsabilidad, el autocuidado, la autoestima, el respeto y la solidaridad a través de acciones que promuevan el cuidado de la salud propia y de los demás.

#### Sociales:

- Enseñando sobre el derecho de todas las personas a una alimentación adecuada y saludable, y destacar la importancia de garantizar el acceso equitativo a frutas y otros alimentos nutritivos para todos.(Beneficiarios del PAE)

#### Educación física:

Enseñando a los estudiantes sobre la relación entre la alimentación y la salud, prevenir enfermedades y mantener un peso saludable.

Importancia del ejercicio físico para la salud

Implementación de bailoterapia.

#### Matemáticas

- Los estudiantes recopilan datos sobre el consumo de frutas en la escuela, como la cantidad y variedad de frutas consumidas en la lonchera, realizan estadísticas y graficas con las frutas y verduras se su preferencia.

#### Religión:

- Cuidando y valorando la vida en todas las manifestaciones:

## REGISTRO FOTOGRÁFICO





REP. DE COLOMBIA, DPTO. NORTE DESANTANDER, MUPIO. DE TEORAMA

CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE

Dec. Creación No. 000339 de 11 de agosto de 2004. Arts. 188 y 189

Dec. Modificación No. 00252 de 12 de abril de 2005. Art. 224 y 225

Lic. de funcionamiento y aprobación de Estudios. Res. No. 009431 de 13 de noviembre de 2024

NIT: 900177462-4 y DANE:25480000108





REP. DE COLOMBIA, DPTO. NORTE DESANTANDER, MUPIO. DE TEORAMA

CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE

Dec. Creación No. 000339 de 11 de agosto de 2004. Arts. 188 y 189

Dec. Modificación No. 00252 de 12 de abril de 2005. Art. 224 y 225

Lic. de funcionamiento y aprobación de Estudios. Res. No. 009431 de 13 de noviembre de 2024

NIT: 900177462-4 y DANE:25480000108





REP. DE COLOMBIA, DPTO. NORTE DESANTANDER, MUPIO. DE TEORAMA

CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE

Dec. Creación No. 000339 de 11 de agosto de 2004. Arts. 188 y 189

Dec. Modificación No. 00252 de 12 de abril de 2005. Art. 224 y 225

Lic. de funcionamiento y aprobación de Estudios. Res. No. 009431 de 13 de noviembre de 2024

NIT: 900177462-4 y DANE:25480000108





REP. DE COLOMBIA, DPTO. NORTE DESANTANDER, MUPIO. DE TEORMA

CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE

Dec. Creación No. 000339 de 11 de agosto de 2004. Arts. 188 y 189

Dec. Modificación No. 00252 de 12 de abril de 2005. Art. 224 y 225

Lic. de funcionamiento y aprobación de Estudios. Res. No. 009431 de 13 de noviembre de 2024

NIT: 900177462-4 y DANE:25480000108





REP. DE COLOMBIA, DPTO. NORTE DESANTANDER, MUPIO. DE TEORAMA  
CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE  
Dec. Creación No. 000339 de 11 de agosto de 2004. Arts. 188 y 189  
Dec. Modificación No. 00252 de 12 de abril de 2005. Art. 224 y 225  
Lic. de funcionamiento y aprobación de Estudios. Res. No. 009431 de 13 de noviembre de 2024  
NIT: 900177462-4 y DANE:25480000108

## CENTRO EDUCATIVO EL FARACHE

EDUCANDO, SEMBRAMOS FUTURO



Docentes Responsables del Proyecto:

NIDIA ROSA GARCIA PORTILLO

GERARDO ANTONIO ANGARITA