



	11 de julio	Charlas sobre salud mental y manejo del estrés: "Mi mente sana"
	01 de agosto	Reto saludable mensual: Agradecimiento diario 01 de agosto
	10 de septiembre	Reto saludable mensual: Reducir tiempo de pantalla
Recursos necesarios:	<ul style="list-style-type: none">- Materiales educativos: Recursos y materiales sobre salud y bienestar.- Expertos en salud: Profesionales que puedan impartir talleres y asesorar en la implementación del proyecto.- Espacios para la implementación: Espacios adecuados para la implementación de las actividades del proyecto.	
Responsables de ejecución:	Docentes, estudiantes, directivos, comunidad.	

4. Evaluación y Seguimiento

Indicadores de logro:	<p>Indicadores de Logro:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aumento en la práctica regular de actividad física y ejercicio.- Mejora en la alimentación y la nutrición de los estudiantes.- Reducción del estrés y la ansiedad en los estudiantes.
Instrumentos de evaluación:	<ul style="list-style-type: none">- Encuestas: Para evaluar los hábitos y estilos de vida de los estudiantes.- Registros de asistencia: Para evaluar la participación en las actividades del proyecto.- Evaluaciones de salud: Para evaluar la salud y el bienestar de los estudiantes
Resultados obtenidos:	<ul style="list-style-type: none">- Aumento significativo en la práctica regular de actividad física y ejercicio.- Mejora en la alimentación y la nutrición de los estudiantes.- Reducción del estrés y la ansiedad en los estudiantes.
Dificultades encontradas:	Resistencia al cambio: Dificultad para involucrar a algunos estudiantes en la implementación del proyecto
Propuestas de mejora:	<ul style="list-style-type: none">- Capacitación continua: Ofrecer capacitación continua a los docentes para apoyar su desarrollo profesional en la promoción de hábitos y estilos de vida saludable.- Involucramiento de la comunidad: Involucrar a la comunidad en el proyecto a través de charlas y talleres.- Monitoreo y evaluación continua: Realizar un seguimiento continuo del proyecto para identificar áreas de mejora y realizar ajustes necesarios.

1. Evidencias

	
¿Qué conlleva una vida saludable? (Socialización del proyecto)	Alimentos que benefician y que NO benefician (Video)

	
Reconocimiento de alimentos saludables (Dibujo Frutas y vegetales)	Taller de alimentación saludable: "Creando un plato equilibrado"
	
Reto saludable mensual: Reducir tiempo de pantalla	Reto saludable mensual: Ejercicio diario
	
Plato saludable	RETO SALUDABLE --- TRANSFORMA TU VIDA EN 30 DIAS
	
RETO SALUDABLE MENSUAL, EJERCICIO DIARIO	CHARLAS SOBRE SALUD MENTAL Y MANEJO DEL ESTRÉS "MI MENTE SANA"



Taller de alimentación saludable: "Creando un plato equilibrado"



Taller de alimentación saludable: "Creando un plato equilibrado"



RETO SALUDABLE MENSUAL, EJERCICIO DIARIO



RETO SALUDABLE --- TRANSFORMA TU VIDA EN 30 DIAS



Reto saludable mensual: Reducir tiempo de pantalla



Reto saludable mensual: Reducir tiempo de pantalla



Reto saludable mensual: Agradecimiento diario

 <div>REPUBLICA DE COLOMBIA DEPARTAMENTO NORTE DE SANTANDER MUNICIPIO EL CARMEN CENTRO EDUCATIVO RURAL LA BOGOTANA RESOLUCION NO. 009426 DEL 13 DE NOVIEMBRE DE 2024 CÓDIGO DANE: 254245001292 NIT: 901636860-6</div> 	CODIGO: G.A.
	VERSION: 01
	20/01/2025

