



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



PROYECTO PEDAGOGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Área:

EDUCACION FISICA

**“CREANDO Y FORTALECIENDO ESTILOS Y HABITOS PARA DISFRUTAR DE
UNA VIDA SANA Y SALUDABLE”.**



INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

TIBU- 2025

TABLA DE CONTENIDO

Contenido

| | |
|--|-----------|
| INTRODUCCIÓN | 3 |
| JUSTIFICACIÓN | 4 |
| MARCO LEGAL | 5 |
| MARCO TEÓRICO..... | 6 |
| REFERENTES CONTEXTUALES..... | 6 |
| REFERENTES CONCEPTUALES..... | 6 |
| ORIENTACIONES GENERALES | 8 |
| PROYECTO PEDAGOGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. | 9 |
| OBJETIVOS:..... | 9 |
| Objetivo General: | 9 |
| Objetivos Específicos:..... | 9 |
| ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DEL PROYECTO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE. | 10 |
| ANÁLISIS DEL CONTEXTO | 10 |
| DISEÑO Y COMPONENTES DEL PLAN DE ACCION | 11 |
| MATRÍZ PEDAGÓGICA | 13 |
| RECURSOS | 17 |
| EVALUACION DEL PROYECTO | 17 |
| CONTENIDOS TEMATICOS. | 18 |
| PROCESOS Y ACTIVIDADES | 19 |
| ESTRATEGIAS DIDACTICAS | 21 |
| BIBLIOGRAFIA | 26 |
| ANEXOS | 27 |
| PROYECTO TRANSVERSAL ESTILOS DE VIDA SALUDABLE | 27 |

INTRODUCCIÓN

El Proyecto Pedagógico Estilos de Vida Saludable, se basa en la propuesta y programa del Ministerio de Educación Nacional para orientar desde las secretarías de educación, en coordinación con las secretarías de salud y el trabajo en las instituciones educativas de este programa para fortalecer la formación integral de los estudiantes como ciudadanos éticos y responsables, con criterios claros que les permita tomar decisiones asertivas sobre su proyecto de vida, su salud y calidad de vida integral: en lo físico, psíquico, intelectual, moral, nutricional y espiritual.

El Programa para la Promoción de Estilos de Vida Saludable (PPEVS) surge en el año 2009 como una respuesta articulada entre el Ministerio de Educación Nacional, el Ministerio de Salud y Protección Social para promover los Estilos de Vida Saludable en los establecimientos educativos del país de forma transversal en el desarrollo del currículo, abordando temas como: Alimentación y Nutrición Saludable, Actividad Física, Reducción del consumo de Sustancias Psicoactivas entre otros, fortaleciendo el desarrollo de las competencias ciudadanas en la formación para el ejercicio de la ciudadanía, los derechos sexuales y humanos.

El concepto de Escuela Saludable, está asociado al bienestar bio-psíquico-social de los integrantes de la Comunidad Educativa. En este sentido la institución educativa, se convierte en el centro de convergencia en el cual los docentes, los alumnos, las familias y toda la comunidad trabajan por un fin común: generar experiencias de aprendizaje, que permitan la adquisición o modificación de comportamientos y prácticas relacionadas con el manejo y cuidado de la salud física y mental.

Como proyecto pedagógico transversal, busca desarrollar las competencias ciudadanas y los derechos de los miembros de la comunidad educativa y que desde el ejercicio de la autonomía adopten Estilos de Vida Saludable que propicien bienestar en el hogar, la escuela, la familia y la sociedad.

JUSTIFICACIÓN

El enfoque de Escuelas Saludables, hoy Proyecto de Estilos de Vida Saludable, es una estrategia de promoción de la salud física y mental en el ámbito escolar que se desprende de las Políticas Públicas del Estado Colombiano, con el objetivo de asegurar los derechos fundamentales de la primera infancia y la adolescencia en materia de salud, educación y recreación para el desarrollo humano sostenible. Ley o Código de la Infancia y la Adolescencia 1098 del 2006.

A partir de 1997 en nuestro país se establece una alianza entre los diferentes sectores del desarrollo socio-cultural: Salud, Educación y el Instituto de Bienestar Familiar, con el apoyo de organizaciones de la salud: Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) para adoptar la Estrategia de Escuelas Saludables para satisfacer los problemas de salud de los estudiantes.

La Organización Mundial para la Salud (OMS), define bienestar físico, mental y social”, lo que supone que este concepto va más allá de la existencia o no de una u otra enfermedad. En consecuencia, más que de una vida sana hay que hablar de un estilo de vida saludable del que forman parte la alimentación, el ejercicio físico, la prevención de la salud, el trabajo, la relación con el medio ambiente y la actividad social.

A través del Decreto 3039 de agosto de 2007, el Ministerio de Protección Social establece la promoción y calidad de vida priorizándola en los NNAJ, dentro de las instituciones educativas, fomentando el desarrollo integral y con base a los Lineamientos Nacionales para la Aplicación y el Desarrollo de las Estrategias de Entornos Saludables Escuela Saludable y Vivienda Saludable del Ministerio de la Salud (2006), se garantice eficazmente un promoción incluyente y enfocado en los derechos humanos para la participación de estilos y hábitos de vida saludable de los educandos de la institución.

Con base en lo anterior, es de suma importancia fomentar y establecer los Estilos de Vida Saludable (Hábitos, habilidades y actitudes), pues se quiere contribuir con el desarrollo del máximo potencial en la formación integral de los niños, adolescentes y jóvenes educandos de nuestra Institución Educativa Rural la Serpentina. De la misma manera se focaliza el “Desarrollo Humano Sostenible y calidad de vida; pues se enfatiza el desarrollo humano como un proceso de ampliación de las opciones de las personas, considerando tres opciones esenciales: Llevar una vida saludable, adquirir conocimientos y tener acceso a los recursos necesarios para mantener una vida decente, por lo tanto, se busca que estos parámetros se establezcan como política educativa en la Institución educativa Rural la serpentina.

MARCO LEGAL

El Proyecto “Formación de Estilos de Vida Saludable 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 formulación de la política de Escuela Saludable.

El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, 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.

MARCO TEÓRICO.

REFERENTES CONTEXTUALES.

La institución Educativa Rural la Serpentina está ubicado al Oriente de la Cabecera Municipal de Tibú aproximadamente a 12 km sobre la vía al Corregimiento de la Gabarra.

REFERENTES CONCEPTUALES.

Desde hace varios años, tanto a nivel nacional como internacional se ha venido reconociendo cada vez más la importancia de la promoción de la salud en la escuela, con el propósito de que ésta se constituya en un espacio vital generador de autonomía y creatividad en los niños, que permita desarrollar sus potencialidades físicas, sociales e intelectuales a través de la implementación de espacios adecuados para la recreación, la convivencia, la seguridad y la construcción de conocimientos.

La promoción y puesta en marcha de la salud en la escuela es parte fundamental e integral del ser humano que considera a los individuos, y en especial a los NNAJ eje central de cuidado y fortalecimiento en su estructura psicosocial para un desarrollo exitoso y con estándares altos como lo exige la educación de este milenio.

“Hablar de Salud es no sólo hablar de ausencia de la presencia de un adecuado entorno interpersonal, afectivo y auto - afirmativo, por consiguiente, la salud como bienestar general, integra un buen estado físico, psicológico y espiritual, en un sentido positivo de la vida y en una apertura a interrelacionarse constructivamente”.

Se empieza entonces a definir qué es y para qué los estilos de vida. Un enfoque pertinente sería “...son el conjunto de hábitos, consumos y costumbres insertos en la vida cotidiana, que permanecen en el tiempo y que se manifiestan en lo individual y en lo colectivo, en los diferentes grupos socioculturales, a la vez que se transmiten históricamente...” Debemos convenir que cada contexto sociocultural determina las formas especiales de vivir, actuar y sentir, así como también otros aspectos más cotidianos como el consumo de alimentos, actividades diarias, modos de educación, comportamientos, etcétera, Ofelia Tobón C. y Consuelo Ospina G. en su libro Fundamentos teóricos y metodológicos para el trabajo en salud. Universidad de Caldas, centro editorial, 2004. **HÁBITOS SALUDABLES PARA UNA VIDA MEJOR**

Por otro lado, y manteniendo la idea del proyecto se debe tener en cuenta lo que representa los hábitos y su importancia en la temática del proyecto por consiguiente entendemos como hábito “El hábito (del latín habere; poseer) perfeccionar las modificaciones adquiridas. También: la disposición adquirida y perdurable para reproducir los mismos actos con

facilidad y perfección por consiguiente estos dos enfoques teóricos la salud y el hábito es un recurso para la vida diaria y el objetivo de la vida misma. Se entiende como un proceso dinámico, responsable, participativo y equilibrado que tiene la finalidad de aproximarse a un estado ideal al que siempre nos podemos acercar un poco más, y es ahí donde los estilos de vida saludable en especial para los NNAJ de la Institución Educativa Rural la Serpentina fundamentan una educación multidisciplinar caracterizada al bienestar en todos los niveles.

ORIENTACIONES GENERALES

El proyecto se plantea a partir de cinco (5) ejes de articulación:

1. Componente Pedagógico / Curricular. Se formula a partir de una concepción de educación para la salud que involucre conocimientos actualizados, estilos de vida saludable a nivel individual y colectivo, construcción de habilidades y actitudes para una sana convivencia pacífica, con soporte en una propuesta lúdico-didáctica.
2. El Proyecto Educativo Institucional Rural la serpentina que integra intencionalidades y acciones institucionales orientadas al mejoramiento de la calidad de vida de todos y cada uno de los integrantes de la comunidad educativa.
3. Entornos Saludables: Recursos estructurales y ambientales de la institución educativa que generen aprendizajes significativos propicios para una adecuada integración.
4. Integración de las TIC en su formación integral con experiencias pedagógicas.
5. Prevención en Salud. Articulación del Proyecto de Estilos de Vida Saludable con entidades promotoras de salud que nos puedan apoyar en capacitaciones para la comunidad educativa.

Con la formulación y puesta en marcha del presente proyecto pedagógico la institución educativa, busca garantizar el mejoramiento continuo de la calidad de vida y la calidad educativa en los niños, adolescentes, jóvenes y demás integrantes de la Comunidad Educativa Rural la Serpentina.

PROYECTO PEDAGOGICO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.

OBJETIVOS:

Objetivo General:

Generar condiciones propicias para el mejoramiento de la calidad de vida de los integrantes de la Comunidad Educativa Rural la Serpentina, promoviendo hábitos saludables de nutrición, alimentación saludable, de higiene y aseo personal, actividades físicas, recreativas y deportivas promoción de la salud física y mental, manejo adecuado del tiempo libre escolar y extraescolar, mediante la implementación de estrategias educativas para mejorar la calidad de vida de los educandos.

Objetivos Específicos:

- Propiciar espacios de aprendizaje social que permitan la apropiación de hábitos y experiencias de aprendizaje para el desarrollo de conductas saludables entre los educandos.
- Instruir a la comunidad educativa sobre los beneficios de los hábitos de vida saludable, a través de una alimentación sana y balanceada.
- Valorar nuestra cultura alimenticia tradicional, consumir frutas, verduras, carnes, como fuente de salud y bienestar general.
- Generar espacios de diálogo con la Comunidad, hábitos de vida saludable que se enseñan en la institución educativa, sean replicados en el hogar, la familia y la comunidad.
- Promover los ejercicios, la recreación y los deportes en la utilización del tiempo libre.
- Prevenir el consumo de sustancias psicoactivas.
- Elaborar materiales didácticos con soporte en las TIC'S, para el desarrollo de los diferentes componentes temáticos del proyecto.

ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DEL PROYECTO ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.

ANÁLISIS DEL CONTEXTO

En el contexto de los grandes desequilibrios sociales que reducen las posibilidades de calidad de vida de una gran mayoría de la población, los problemas asociados a la pobreza, el desempleo, diferentes formas de violencia, el desplazamiento, los cultivos ilícitos los elevados niveles de estrés a las que están sometidos los miembros de la familia, son los factores de riesgo para el desarrollo integral de los niños, adolescentes y jóvenes de nuestro departamento y municipio.

La institución Educativa Rural la Serpentina está ubicada al Oriente de la Cabecera Municipal de Tibú aproximadamente a 12 km sobre la vía al Corregimiento de la Gabarra. la población que hace parte de la comunidad educativa es: flotante, un gran número es extranjera.

En el quehacer educativo de nuestra institución educativa, se observan inadecuados hábitos alimenticios, problemas de higiene y presentación personal, problemas de salud oral, problemas de desparasitación, inadecuado manejo del tiempo libre, entre otros. La preocupación entre los diferentes estamentos de nuestra institución educativa por la salud y el bienestar de los educandos exige la implementación de acciones que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida de los educandos y demás integrantes de la Comunidad Educativa mediante la ejecución de programas y actividades orientadas a un adecuado desarrollo mental y anímico físico y social de los niños, adolescentes y jóvenes.

DISEÑO Y COMPONENTES DEL PLAN DE ACCION

El plan de acción se desarrollará con base en una metodología activa centrada en el enfoque de aprendizajes sociales y contextualizados en la realidad de nuestros estudiantes, sus viviendas, su ambiente natural, social y cultural, en relación con el manejo de alimentación, la nutrición, la higiene y la salud en general desde el hogar, el aula de clase y en articulación con Salud Pública Municipal y Departamental. El proceso a seguir para lograr participación y aprendizajes significativos contempla tres momentos metodológicos en el proceso enseñanza aprendizaje:

1. La observación, como primer paso en el aprendizaje.
2. la comprensión a partir de la información generada en la observación con pregunta problematizadoras
3. acción para desarrollar destrezas, habilidades y actitudes (crear hábitos) de Estilos de Vida Saludable.

Con base en lo anterior se implementará una metodología de edu- comunicación, es decir se utilizarán las herramientas educativas con un enfoque comunicacional presencial y también a partir de las TIC'S, y se manejarán tres momentos, establecidos de la siguiente manera:

1. Observando comunicando:
Se utilizará la observación participante como índice interactivo para observar un antes y un después, con el fin de visualizar los beneficios a corto y largo plazo sobre los hábitos de vida saludable, y, comunicar lo aprendido al entorno escolar y familiar.
2. Nuestra red social:
Por medio de las redes sociales de los estudiantes y docentes de la institución Educativa Rural La Serpentina se compartirá ejercicios, “actividades, videos, imágenes, realizados por los participantes del proyecto en hábitos de vida saludable, se entregará de igual manera en físico a aquellos que no cuenten con los medios de comunicación.

3. Fundamentación:

orientada al desarrollo de habilidades y destrezas mediante la aplicación de un esquema práctica - teoría - práctica como construcción colectiva del conocimiento. Cabe señalar que la metodología incluye ejes transversales contemplados en el currículo escolar.

MATRÍZ PEDAGÓGICA

PRIMER PERIODO

PPT: PROYECTO PEDAGOGICO TRASVERSAL ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

CONTEXTO: (FAMILIAR)

| HILO CONDUCTOR O EJE TEMÁTICO | COMPETENCIA GENERAL | COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | OTROS PROYECTOS O ACTIVIDADES ASOCIADOS | ¿CÓMO HACERLO? | ¿CON QUIÉN HACERLO? | ¿CUÁNDO Y DÓNDE? (DÍA, MES, AÑO) INICIO Y FINALIZACIÓN | RECURSOS | RESULTADOS ESPERADOS O PRODUCTO |
|-------------------------------|---|--|---|--|--------------------------------------|--|----------------------|--|
| Alimentación Saludable | Identificar las necesidades alimentarias de los niños en edad escolar | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dieta equilibrada ➤ comida sana nada de fritos y grasas. ➤ Mitos y falsas creencias. ➤ Sobrepeso, causas del sobrepeso y como evitar el sobrepeso | PESCC (otros) | Por medio de espacios brindados por la institución donde se pueda brindar la información a los padres de familia y contestar sus inquietudes | Con los padres de familia y docentes | Se realizara en la primera reunión de padres de familia. | Folletos, Asistencia | lograr que los padres de familia tomen conciencia y se sensibilicen acerca de los hábitos de vida saludable. |

SEGUNDO PERIODO

PPT: PROYECTO PEDAGOGICO TRASVERSAL ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

CONTEXTO: (ESCOLAR)

| HILO CONDUCTOR O EJE TEMÁTICO | COMPETENCIA GENERAL | COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | OTROS PROYECTOS O ACTIVIDADES ASOCIADOS | ¿CÓMO HACERLO ? | ¿CON QUIÉN HACERLO ? | ¿CUÁNDO Y DÓNDE? (DÍA, MES, AÑO) INICIO Y FINALIZACIÓN | RECURSOS | RESULTADO ESPERADO O PRODUCTO |
|-------------------------------|---|--|---|--|---|--|---|---|
| Higiene personal | Reconoce los hábitos de higiene personal para mantenerse saludable. | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Uso de los implementos de aseo personal ➤ Lavo mis manos luego de usar el baño. ➤ Mantengo limpio mi cuerpo. | PESCC (otros) | Por medio de espacios dirigidos a los estudiantes donde se les pueda hablar y orientar acerca de tener buenos hábitos de higiene y cuidado personal. | Con los estudiantes de la institución educativa rural la serpentina | Se realizará iniciando año escolar o dentro del primer semestre del año lectivo. | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Video Beam. ➤ Lista de estudiantes. ➤ Guías de fortalecimiento ➤ Material enviado por el grupo de docentes encargados. | Lograr que los estudiantes amen, cuiden y respeten su cuerpo. |

TERCER PERIODO

PPT: PROYECTO PEDAGOGICO TRASVERSAL ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

CONTEXTO: (ESCOLAR)

| HILO CONDUCTOR O EJE TEMÁTICO | COMPETENCIA GENERAL | COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | OTROS PROYECTOS O ACTIVIDADES ASOCIADOS | ¿CÓMO HACERLO? | ¿CON QUIÉN HACERLO? | ¿CUÁNDO Y DÓNDE? (DÍA, MES, AÑO) INICIO Y FINALIZACIÓN | RECURSOS | RESULTADOS ESPERADOS O PRODUCTO |
|----------------------------------|---|--|---|---|---|--|---|--|
| Aprovechamiento del tiempo libre | Construir el concepto de aprovechamiento del tiempo libre como la implementación de diversas actividades físicas y recreativas que le permitan implementar un plan individual y apropiarse de un estilo de vida sano. | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Juegos recreativos ➤ Deportes ➤ Manualidades ➤ Destrezas artísticas ➤ Danza, teatro. | PESCC (otros) | Con los estudiantes en los espacios de educación física, artística, los estudiantes puedan tener otras opciones para aprovechar el tiempo libre | Con los estudiantes de la institución educativa rural la serpentina | Se realizará iniciando año escolar o dentro del primer semestre del año lectivo. | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Video Beam. ➤ Lista de estudiantes ➤ Guías de fortalecimiento ➤ Material enviado por el grupo de docentes encargados | Lograr que los estudiantes enfoquen su tiempo libre en el aprovechamiento de nuevas destrezas que ayuden en su formación |

CUARTO PERIODO

PPT: PROYECTO PEDAGOGICO TRASVERSAL ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

CONTEXTO: (COMUNITARIO)

| HILO CONDUCTOR O EJE TEMÁTICO | COMPETENCIA GENERAL | COMPETENCIAS ESPECÍFICAS | OTROS PROYECTOS O ACTIVIDADES ASOCIADOS | ¿CÓMO HACERLO ? | ¿CON QUIÉN HACERLO ? | ¿CUÁNDO Y DÓNDE? (DÍA, MES, AÑO) INICIO Y FINALIZACIÓN | RECURSOS | RESULTADO D ESPERADOS O PRODUCTO |
|----------------------------------|---|--|---|---|---|--|--|--|
| La convivencia y la salud mental | Identificar Los diferentes cambios que tiene su cuerpo. | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Crear rutinas diarias. ➤ Buen manejo de las redes sociales ➤ Actividades físicas y de relajación | PESCC (otros) | Con los estudiantes durante las clases realizar pausas activas que ayuden a mejorar los espacios donde se encuentran y así mismo espacios de deporte. | Con los estudiantes de la institución educativa rural la serpentina | Se realizará iniciando año escolar o dentro del primer semestre del año lectivo. | <ul style="list-style-type: none"> ➤ Video Beam. ➤ Lista de estudiantes. ➤ Guías de fortalecimiento ➤ Material enviado por el grupo de docentes encargados | Lograr que los estudiantes tengan tranquilidad y control sobre sí mismos y en el desarrollo de sus actividades cotidianas. |

RECURSOS

| HUMANOS | FISICOS | TECNICOS | ECONOMICOS |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Rector • Consejo Directivo • Consejo Académico • Docentes • Líderes del Proyecto y Docentes de Aula. • Estudiantes de la Institución Educativa Rural la Serpentina • Padres de Familia | <ul style="list-style-type: none"> • Aulas de clase del colegio y sedes educativas anexas. • Sala de Tecnología e informática. • Restaurante Escolar. • Espacios recreativos y deportivos de la institución. • Balones y demás implementos que se necesiten. • Juegos Tradicionales • Carteleras | <ul style="list-style-type: none"> • Computadores • Video Beam. • Micrófono • Sonido • Música | <ul style="list-style-type: none"> • Asignados de los recursos que llegue a la institución Educativa Rural la Serpentina. |

EVALUACION DEL PROYECTO

Se llevará a cabo en tres momentos al iniciar, con el diagnóstico y presaberes que tienen los estudiantes sobre los alimentos, higiene, hábitos y estilos de vida saludables; Durante el desarrollo de actividades académicas y lúdicas y la final para valorar los progresos individuales de los estudiantes y los progresos colectivos de la familia y la sociedad en la construcción de una cultura alimentaria sana y saludable.

CONTENIDOS TEMATICOS.

- Concepto de vida.
- Derechos y deberes.
- Nutrición, alimentación, dieta alimentaria.
- Salud higiene personal.
- Los valores, la educación, las costumbres y los buenos modales.
- Las enfermedades y su prevención.
- Que son los estilos de vida saludable, la alimentación balanceada en el desayuno, almuerzo, media mañana y comida saludable, la digestión.
- La actividad física, la recreación y el deporte
- La utilización del tiempo libre
- La convivencia y la salud mental
- La calidad de vida, el cuidado del medio ambiente
- Prevención del Riesgo y el Autocuidado, entre otros.

PROCESOS Y ACTIVIDADES

| ACTIVIDAD | OBJETIVO | INDICADOR | EVIDENCIA | RESPONSABLE | FECHA |
|--|---|---|---|---|--------------|
| Divulgar el proyecto | Dar a conocer el proyecto en hábitos de vida saludable | Publicar las estrategias y cronogramas establecidos en el proyecto | Asistencia de los docentes | Docentes encargados del proyecto | Enero 2025 |
| Capacitación de hábitos y vida saludable | Orientar la comunidad Educativa sobre los beneficios de los hábitos saludables | Comunidad educativa (docentes y estudiantes) priorizando lo que es y no es saludable | Planilla de asistencia y material de trabajo | Docentes encargados del proyecto y Entidad Municipal | Febrero 2025 |
| Diagnostico en hábitos de vida saludable | Establecer cuáles son los hábitos en vida saludable en la Institución Educativa | Información curricular para la planeación del diagnostico | Documento del diagnostico | Docentes titulares de primaria y secundaria de la institución | Febrero 2025 |
| Publicación de los resultados diagnostico | Priorizar temáticas a desarrollar con estudiantes y padres de familia | Manejo de la información desarrollada con el diagnóstico y la comunidad | Planilla de asistencias, carteleras | Docentes y equipo de trabajo | Febrero 2025 |
| Realización de actividades propuestas por grados con sus respectivas temáticas | Trabajar con los estudiantes las temáticas propuestas | Estrategias | Planilla de asistencia, material de trabajo | Docentes y encargados del proyecto de estilo de vida saludable. | Marzo 2025 |
| Campaña sobre salud y aseo personal | Sensibilizar en la importancia de una excelente salud personal | Conciencia en esta práctica saludable | Asistencia y planilla de trabajo | Docentes y grupo encargados del proyecto de estilo de vida saludable. | Abril 2025 |
| Campeonatos saludables bachillerato y primaria | Fomentar el deporte y los campeonatos hábitos de vida | Participación del 80% de la comunidad | Planillas de inscripción | Docentes encargados del proyecto | Julio 2025 |
| Charla sobre la sana convivencia y salud mental | Prevenir en NNAJ el cuidado de la salud mental | Concientizar a los estudiantes para el manejo de una buena convivencia y salud mental | Planilla de asistencia y material de trabajo | Docentes encargados del proyecto | Agosto 2025 |
| Festival de los hábitos saludables | Realizar un festival con la participación de toda la comunidad educativa | Amplia participación de todos los entes educativos y comunidad en general. | Videos, platos saludables, integración de los padres de familia a la actividad. | Rector, coordinadores, docentes, administrativos, grupo interdisciplinario y padres de familia. | Octubre 2025 |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



ESTRATEGIAS DIDACTICAS

| | | | |
|--|---|--------------------|-------------|
|  Gobernación de Norte de Santander Secretaría de Educación | MACROPROCESO D. GESTIÓN DE LA CALIDAD DEL SERVICIO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN PRE-ESCOLAR, BÁSICA Y MEDIA | FORMATO D02.05.F01 | |
| | PROCESO GARANTIZAR EL MEJORAMIENTO CONTINUO DE LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS | 10/10/2017 | VERSION 3,0 |
| | SUBPROCESO ORIENTACIÓN DE ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES | PAGINA __ DE __ | |

FICHA TECNICA PARA ESTABLECER LINEA DE BASE RESPECTO AL PROCESO DE TRANSVERSALIZACION DE LOS PROGRAMAS PEDAGOGICOS

1. IDENTIFICACIÓN DEL ESTABLECIMIENTO EDUCATIVO

1.1 Nombre del establecimiento educativo: INSTITUCION EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

1.2. Código DANE: 254810000696

2. Desarrolla el programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable: SI (X) NO ()
 (Marcar con X)

3. DE QUE FORMA LOS VIENE DESARROLLANDO: (Marcar con X)
 3.1 Proyecto pedagógico () 3.2 Como asignatura () 3.3 Como transversalidad (X) 3.4 Otra forma () cual:

4. A continuación escriba el nombre de las sedes donde se está implementando Estilos de Vida saludable (HEVS)

| No. | Nombre de la sede | LIDER DEL PROYECTO | TELEFONO | CORREO ELECTRONICO |
|-----|-------------------|--------------------|----------|--------------------|
| 1 | | | | |
| 2. | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |

5. Explique brevemente la situación problemática, Hábitos y Estilos de Vida Saludable, teniendo como base la lectura de contexto: Mediante el diagnóstico de cada una de las sedes de la Institución Educativa Rural La Serpentina, se detectó un bajo déficit en la adecuada dieta alimentaria, actividad física, higiene y descanso.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA


RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



|  <p>Gobernación de Norte de Santander Secretaría de Educación</p> | MACROPROCESO D. GESTIÓN DE LA CALIDAD DEL SERVICIO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN PRE-ESCOLAR, BÁSICA Y MEDIA | FORMATO D02.05.F01 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--------------------|-------------|------------------------|--------------|--|---|--|---|--------------------------------|---|--------------------------------------|---|---|---|---------------------|---|--|---|
| | PROCESO GARANTIZAR EL MEJORAMIENTO CONTINUO DE LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS | 10/10/2017 | VERSION 3,0 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | SUBPROCESO ORIENTACIÓN DE ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES | PAGINA __ DE __ | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| FICHA TECNICA PARA ESTABLECER LINEA DE BASE RESPECTO AL PROCESO DE TRANSVERSALIZACION DE LOS PROGRAMAS PEDAGOGICOS | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>6. Que impacto ha tenido el programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable en la comunidad educativa: 6.1 Disminución de la problemática (), 6.2 Compromiso de la comunidad educativa (X), 6.3 Mejores procesos de formación integral en los estudiantes (X), 6.4 Articulación con entidades y autoridades locales, departamentales () 6.5 Otra () cual:</p> <p>(marcar con x)</p> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| <p>7. Indique las áreas del conocimiento involucradas en el programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Áreas del conocimiento</th> <th>Marque una X</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Ciencias naturales y educación ambiental</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Ciencias sociales, historia, geografía, constitución política y democracia</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Educación artística y cultural</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Educación ética y en valores humanos</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Educación física, recreación y deportes</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Educación religiosa</td> <td>X</td> </tr> <tr> <td>Humanidades, lengua castellana e idiomas extranjeros</td> <td>X</td> </tr> </tbody> </table> | | | | Áreas del conocimiento | Marque una X | Ciencias naturales y educación ambiental | X | Ciencias sociales, historia, geografía, constitución política y democracia | X | Educación artística y cultural | X | Educación ética y en valores humanos | X | Educación física, recreación y deportes | X | Educación religiosa | X | Humanidades, lengua castellana e idiomas extranjeros | X |
| Áreas del conocimiento | Marque una X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ciencias naturales y educación ambiental | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Ciencias sociales, historia, geografía, constitución política y democracia | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Educación artística y cultural | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Educación ética y en valores humanos | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Educación física, recreación y deportes | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Educación religiosa | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Humanidades, lengua castellana e idiomas extranjeros | X | | | | | | | | | | | | | | | | | | |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA


RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



| | | | | |
|---|---|--|--------------------|-------------|
|  Gobernación de Norte de Santander Secretaría de Educación | MACROPROCESO D. GESTIÓN DE LA CALIDAD DEL SERVICIO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN PRE-ESCOLAR, BÁSICA Y MEDIA | | FORMATO D02.05.F01 | |
| | PROCESO GARANTIZAR EL MEJORAMIENTO CONTINUO DE LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS | | 10/10/2017 | VERSION 3,0 |
| | SUBPROCESO ORIENTACIÓN DE ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES | | PAGINA __ DE __ | |

FICHA TECNICA PARA ESTABLECER LINEA DE BASE RESPECTO AL PROCESO DE TRANSVERSALIZACION DE LOS PROGRAMAS PEDAGOGICOS

Matemáticas

X

Tecnología e informática

X

8. ¿Cuál es la principal estrategia implementada para el desarrollo del el programa Estilos de Vida Saludable: (Marque con x)

| Componente | Área | Asignatura | Grupo de trabajo | Club temático | Proyecto pedagógico | Proyecto de aula | Talleres | Charlas | Jornadas Pedagógicas | Otros cuales? |
|------------|------|------------|------------------|---------------|---------------------|------------------|----------|---------|----------------------|---------------|
| HEVS | x | | | | x | x | | | | |

9. Población Involucrada en HEVS (Indique en cantidad - No.)

TDI = Total de docentes involucrados. TEI = Total estudiantes Involucrados

P = Preescolar BP = Basica primaria BS = Básica secundaria M= Media

| Sede No. | TDI | TEI | Docentes involucrados por nivel | | | | Grados escolares involucrados | | | |
|------------|-----|-----|---------------------------------|----|-----|----|---|-----------------------|--------------------|---------------|
| | | | HEVS | | | | Número de estudiantes por rango de edades | | | |
| | | | P | BP | BS | M | Niños y Niñas de 0-5 | Niños y Niñas de 6-12 | Adolescentes 13-17 | Jóvenes 18-25 |
| PRINCIPAL | 11 | 318 | 22 | 96 | 185 | 15 | 22 | 89 | 147 | 6 |
| CAÑO INDIO | 1 | 12 | 2 | 10 | | | 2 | 10 | | |
| CASEZIN | 1 | 26 | 4 | 22 | | | 4 | 22 | | |
| MILAGRO | 2 | 59 | 9 | 50 | | | 9 | 50 | | |
| TALADRO | 1 | 20 | 2 | 18 | | | 2 | 18 | | |
| ORU 7 | 1 | 42 | 6 | 36 | | | 6 | 36 | | |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



| | | | | | | | | | | |
|---|---|-----|---|-----|----|--|----|-----|--------------------|-------------|
|  Gobernación de Norte de Santander Secretaría de Educación | | | MACROPROCESO D. GESTIÓN DE LA CALIDAD DEL SERVICIO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN PRE- ESCOLAR, BÁSICA Y MEDIA | | | | | | FORMATO D02.05.F01 | |
| | | | PROCESO GARANTIZAR EL MEJORAMIENTO CONTINUO DE LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS | | | | | | 10/10/2017 | VERSION 3.0 |
| | | | SUBPROCESO ORIENTACIÓN DE ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES | | | | | | PAGINA __ DE __ | |
| | | | | | | | | | | |
| FICHA TECNICA PARA ESTABLECER LINEA DE BASE RESPECTO AL PROCESO DE TRANSVERSALIZACION DE LOS PROGRAMAS PEDAGOGICOS | | | | | | | | | | |
| P 15 | 1 | 18 | 1 | 17 | | | 1 | 17 | | |
| GALAN | 1 | 11 | 1 | 10 | | | 1 | 10 | | |
| LIBANO | 1 | 27 | 6 | 21 | | | 6 | 21 | | |
| ESMERALDA | 4 | 119 | 10 | 109 | | | 10 | 109 | | |
| LA RAYA | 6 | 185 | 22 | 163 | | | 22 | 161 | 2 | |
| LA SERENA | 1 | 36 | 6 | 30 | | | 6 | 30 | | |
| NUESTRA S B | 1 | 24 | 3 | 21 | | | 3 | 21 | | |
| P 30 | 1 | 13 | 2 | 11 | | | 2 | 13 | | |
| PALMERAS | 1 | 24 | 3 | 21 | | | 3 | 21 | | |
| REFINERIA | 2 | 42 | 1 | 41 | | | 1 | 41 | | |
| SAN ANTONIO | 1 | 40 | 4 | 36 | | | 4 | 36 | | |
| KM 20 | 1 | 27 | 7 | 20 | | | 7 | 20 | | |
| SAN MARTIN | 1 | 22 | 4 | 18 | | | 4 | 18 | | |
| SOCUAVO N | 1 | 30 | 6 | 24 | | | 6 | 24 | | |
| T 25 | 2 | 72 | 10 | 62 | | | 10 | 62 | | |
| SEMILLEROS | 1 | 16 | 1 | 15 | | | 1 | 15 | | |
| UNION VETAS | 1 | 27 | 2 | 25 | | | 2 | 25 | | |
| VETAS CENTRAL | 4 | 151 | 16 | 71 | 64 | | 16 | 71 | 64 | |
| VETAS ORIENTE | 1 | 56 | 8 | 48 | | | 8 | 48 | | |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



| | | | | |
|--|---|----------------------|--------------------|--|
| <p>Gobernación de Norte de Santander Secretaría de Educación</p> | MACROPROCESO D. GESTIÓN DE LA CALIDAD DEL SERVICIO EDUCATIVO EN EDUCACIÓN PRE-ESCOLAR, BÁSICA Y MEDIA | | FORMATO D02.05.F01 | |
| | PROCESO GARANTIZAR EL MEJORAMIENTO CONTINUO DE LOS ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS | | 10/10/2017 | VERSION 3,0 |
| | SUBPROCESO ORIENTACIÓN DE ESTRATEGIAS PARA IMPLEMENTAR PROYECTOS PEDAGÓGICOS TRANSVERSALES | | PAGINA __ DE __ | |
| FICHA TECNICA PARA ESTABLECER LINEA DE BASE RESPECTO AL PROCESO DE TRANSVERSALIZACION DE LOS PROGRAMAS PEDAGOGICOS | | | | |
| LA CHELA | | | | |
| 10.Datos del Rector y/o Director | | | | |
| Nombre | | Dirección | Telefono | Correo electrónico |
| HECTOR MEDINA CAREÑO | | Vereda el Serpentino | 3223670763 | ierlaserpentina@gmail.com |

BIBLIOGRAFIA

- Constitución Política de Colombia de 1991.
- Ley 100 del 23 de diciembre 1993. Por el cual se crea el Sistema de Seguridad Social Integral.
- Ley 115 del 8 de febrero de 1994. Ley General de Educación y sus Decretos y demás
- normas reglamentarias. Decreto 1860 de 1994
- Ley 715 de 2001. Sistema General de Participaciones.
- Documentos del Ministerio de Educación Nacional de la Republica de Colombia. Estilos
- de Vida Saludable. Hábitos y Prácticas Alimentarias.
- Documentos del Ministerio de Salud y de la Protección Social de Colombia.
- Proyecto Educativo Institucional Rural la serpentina
- Consulta web, página del Ministerio de Educación.
- <http://www.mineducacion.gov.co/1621/w3-propertyvalue-51358.html>
- Programa de Naciones Unidas. Informes Mundiales de Desarrollo Humano.
- En: [http://indh.pnud.org.co/pagina.plx?pg=AD Informes Mundiales&mlat=1](http://indh.pnud.org.co/pagina.plx?pg=AD+Informes+Mundiales&mlat=1)
- Lineamientos Nacionales para la Aplicación y el Desarrollo de las Estrategias de Entornos
- Saludables Escuela Saludable y Vivienda Saludable
- Graybie, A. M. y Smith, K. S. (2014). Psicobiología de los hábitos. Investigación y Ciencia,
- 455, ago, 16-21.
- Ofelia Tobón C. y Consuelo Ospina G. en su libro Fundamentos teóricos y
- metodológicos para el trabajo en salud. Universidad de Caldas, centro editorial, 2004.
- 13. Glosario psicoanalítico. Fuente: <http://www.drogaconsulta.com.ar/marcos-glosario.html>.

ANEXOS

PROYECTO TRANSVERSAL ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

| HILOS CONDUCTORES | | | |
|--------------------------|--------------------|---|--|
| PRIMER PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| PRIMERO-TERCERO | Concepto de vida | Reconozco mi propio valor como persona y el de los demás. | Practica actitudes de cooperación, reconociendo su importancia en la vida de las demás personas con quienes comparten. |
| CUARTO-QUINTO | Concepto de vida | Reconozco mi propio valor como persona y el de los demás. | Practica actitudes de cooperación, reconociendo su importancia en la vida de las demás personas con quienes comparten. |
| SEGUNDO PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| PRIMERO-SEGUNDO | Derechos y Deberes | Identifica sus derechos y deberes como niño o niña. | Identifica los derechos Humanos como instrumentos para el respeto de las diferencias, la dignidad humana y la convivencia. |
| CUARTO-QUINTO | Derechos y Deberes | Identifica sus derechos y deberes como niño o niña. | Identifica los derechos Humanos como instrumentos para el respeto de las diferencias, la |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



| | | | |
|-----------------------|------------------------|--|--|
| | | | dignidad humana y la convivencia. |
| TERCER PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| PRIMERO Y SEGUNDO | Higiene personal | Identidad sentido del autocuidado de nuestro cuerpo. | Practico buenos hábitos de higiene que le generan bienestar a mi cuerpo. |
| CUARTO-QUINTO | Higiene personal | Identidad sentido del autocuidado de nuestro cuerpo. | Practico buenos hábitos de higiene que le generan bienestar a mi cuerpo. |
| CUARTO PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| PRIMERO-SEGUNDO | Alimentación Saludable | Identifica las necesidades alimentarias de los niños en edad escolar | Práctica hábitos saludables de alimentación. |
| CUARTO-QUINTO | Alimentación Saludable | Identifica las necesidades alimentarias de los niños en edad escolar | Práctica hábitos saludables de alimentación. |

| HILOS CONDUCTORES | | | |
|----------------------------|--|--|---|
| PRIMER PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| SEXTO SÉPTIMO | Los valores | Identifica los diferentes valores y el significado de cada uno de ellos. | Fomentar la práctica de los valores en el diario vivir. |
| OCTAVO NOVENO | Salud e Higiene personal | Reconoce los hábitos de higiene personal para mantenerse saludable. | Practica y promueve medidas de higiene personal |
| DECIMO UNDECIMO | Las enfermedades y su prevención | Identifica Los diferentes cambios que tiene su cuerpo. | Práctica medidas básicas preventivas y de seguridad para preservar su salud, así como para evitar accidentes y riesgos en la escuela y fuera de ella. |
| SEGUNDO PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| SEXTO SÉPTIMO | Salud e Higiene personal | Reconoce los hábitos de higiene personal para mantenerse saludable. | Practica y promueve medidas de higiene personal |
| OCTAVO NOVENO | Las enfermedades y su prevención | Identifica Los diferentes cambios que tiene su cuerpo. | Práctica medidas básicas preventivas y de seguridad para preservar su salud, así como para evitar accidentes y riesgos en la escuela y fuera de ella. |
| DECIMO UNDECIMO | Que son los estilos de vida saludable (alimentación) | Comprender la importancia de la nutrición para la salud. | Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la |

| | | | |
|----------------------------|--|---|---|
| | | | prevención de enfermedades. |
| TERCER PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| SEXTO SÉPTIMO | Las enfermedades y su prevención | Identifica Los diferentes cambios que tiene su cuerpo. | Práctica medidas básicas preventivas y de seguridad para preservar su salud, así como para evitar accidentes y riesgos en la escuela y fuera de ella. |
| OCTAVO NOVENO | Que son los estilos de vida saludable (alimentación) | Comprender la importancia de la nutrición para la salud. | Generar hábitos saludables en su estilo de vida para garantizar la prevención de enfermedades. |
| DECIMO UNDECIMO | Aprovechamiento del tiempo libre | Construye el concepto de aprovechamiento del tiempo libre como la implementación de diversas actividades físicas y recreativas que le permitan implementar un plan individual y apropiarse de un estilo de vida sano. | Reconoce la actividad física y recreativa como un medio para su desarrollo físico, mental y social. |
| CUARTO PERIODO | | | |
| GRADOS | COMPONENTE | HILO CONDUCTOR | COMPETENCIA |
| SEXTO SÉPTIMO | Las enfermedades y su prevención | Identifica Los diferentes cambios que tiene su cuerpo. | Práctica medidas básicas preventivas y de seguridad para preservar su salud, así como para evitar accidentes y riesgos en la escuela y fuera de ella. |
| OCTAVO NOVENO | Aprovechamiento del tiempo libre | Construye el concepto de | Reconoce la actividad física y recreativa |



INSTITUCIÓN EDUCATIVA RURAL LA SERPENTINA

RESOLUCIÓN DE APROBACIÓN Nro. 004445 DEL 14 DE NOVIEMBRE DE 2008

Decreto Nro. 000398 del 1 de abril de 2022

DANE: 254810000696 – NIT: 900216957-6

Decreto De Creación Institución Educativa 885 Del 1 De Julio De 2022



| | | | |
|----------------------------|----------------------------------|--|--|
| | | aprovechamiento del tiempo libre como la implementación de diversas actividades físicas y recreativas que le permitan implementar un plan individual y apropiarse de un estilo de vida sano. | como un medio para su desarrollo físico, mental y social. |
| DECIMO UNDECIMO | La convivencia y la salud mental | Promoción de la salud mental y la convivencia | Fomentar la cultura del auto cuidado y la corresponsabilidad social entorno a la salud mental. |