



CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

“Proyecto estilos de vida saludable”

NOMBRE DEL PROYECTO:

MI VIDA SALUDABLE

ÁREAS RESPONSABLES

CIENCIAS NATURALES-INGLÉS- CIENCIAS
SOCIALES- EDUCACIÓN FÍSICA- LENGUA
CASTELLANA- MATEMÁTICAS

AÑO:

2025

1. REQUISITOS DE LEY:

La promoción de la salud, implica la apropiación de patrones 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, 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 unos comportamientos deseables que favorecen la preservación de la salud y la prevención de enfermedades de los estudiantes, 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.

El Proyecto “Formación de Estilos de Vida Saludables 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.



CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

2.INTRODUCCIÓN:

Las instituciones educativas pueden formar un entorno adecuado para la formación de hábitos saludables en los estudiantes, en las familias y en la comunidad, al formarse como gestores de cambio transfieren sus aprendizajes y prácticas de la salud integral a las personas a su alrededor. El Proyecto Pedagógico Estilos de Vida Saludable, es una propuesta 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 para fortalecer la formación integral de los estudiantes como ciudadanos responsables, con pensamiento crítico y criterios claros que les permita tomar decisiones asertivas sobre su proyecto de vida, su salud y calidad de vida integral.

El concepto de Escuela Saludable está relacionado a los entornos educativos de bienestar institucional y comunitario, donde los estudiantes y toda la comunidad educativa logran un desarrollo de conductas de amor y respeto por el cuerpo, en el cual la institución se convierte en un punto pertinente donde directivos, docentes, estudiantes trabajan por un fin común, lograr niños con alta autoestima, creativos, innovadores, críticos, con valores cívicos y morales que permitan la obtención o transformación de comportamientos y prácticas relacionadas con la búsqueda constante del bienestar individual y colectivo para la promoción del desarrollo humano sostenible a través de los aprendizajes significativos.

Teniendo en cuenta que los estilos de vida es un factor determinante y condicionante del estado de salud de las personas, la promoción de la salud, tiene que ver con el desarrollo de los patrones de vida sanos que garanticen adecuados niveles de bienestar, condiciones óptimas de trabajo y de educación, mediante la realización de una sana rutina de actividad física, hábitos alimentarios equilibrados y espacios para el descanso y la recreación.



CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

3. OBJETIVO GENERAL:

Generar condiciones propicias para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad educativa Santa María del Rosario promoviendo estilos de vida saludables en los aspectos nutricionales, higiénicos, físicos, psicológicos y de manejo del tiempo libre, mediante la implementación de estrategias pedagógicas orientadas al logro de una escuela saludable.

4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Crear espacios de aprendizaje social que permitan la apropiación de hábitos y experiencias de aprendizaje para el desarrollo de conductas saludables entre los estudiantes.
- Facilitar información sobre los beneficios que tiene para la salud de los estudiantes y sus familias, el consumo alimentos sanos como las frutas, verduras y sobre los peligros que representa el consumo indiscriminado de algunas comidas y bebidas.
- Promover los ejercicios, la recreación y los deportes en la utilización del tiempo libre.
- Coordinar apoyo institucional para realizar un salpicón familiar y de esa manera promover la sana alimentación.

5. DESCRIPCIÓN Y DESARROLLO DE LA PROPUESTA-METODOLOGÍA:

Por medio de diálogos reflexivos con los docentes se acordó trabajar desde la interdisciplinariedad, y de acuerdo con las observaciones se logró identificar problemáticas halladas en el contexto y se clasificaron para cada uno de los temas que abordan los proyectos pedagógicos transversales, seguidamente, se determinaron los contenidos que podrían trabajarse alrededor de las problemáticas halladas dentro de cada una de las competencias.

En la primera fase se hablará de la importancia de la buena alimentación y los alimentos que son beneficiosos para el organismo. Para llevar a cabo esta primera fase se realizará un salpicón, cada estudiante llevará una fruta, esto organizado por grados.

En la segunda fase se realizarán actividades físicas como bailoterapias, carreras de costales, gateo, arrastre, circuitos, ejercicios de cardio, baloncesto, fútbol y voleibol

En la tercera fase se socializarán las experiencias de las actividades y buscando en cada espacio crear conciencia y reflexión de la importancia de cuidar nuestro cuerpo y la salud.



CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

Tabla 1: Descripción de actividades por fase del Proyecto Estilos de Vida Saludable

Fases	Grado	Fecha	Actividades
<u>Sensibilización sobre la alimentación sana y la práctica del deporte.</u>	Preescolar Primero Segundo Tercero Cuarto Quinto	Segundo período académico	Se socializará con los estudiantes la importancia que tienen las frutas y otros alimentos. Mencionando sus propiedades y sus características en inglés.
<u>Salpicón familiar Y Más deporte, menos sedentarismo</u>	Preescolar Primero Segundo Tercero Cuarto Quinto	Tercer período	Se realizará el salpicón familiar destacando siempre la importancia de comer frutas. Las actividades físicas y recreativas se llevarán a cabo durante todo el año, el propósito es promover el gusto por el deporte.
<u>Contando nuestras experiencias</u>	Preescolar Primero Segundo Tercero Cuarto Quinto	Cuarto período	Al finalizar el año escolar se socializará las experiencias de las actividades y buscando en cada espacio crear conciencia de la importancia de cuidar nuestro cuerpo y la salud.



CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

6. EJES TEMÁTICOS:

Como contenidos significativos para abordar dentro el PESCC se tienen en cuenta de manera general: Las estrategias pedagógicas para que los estudiantes identifiquen los peligros contra su integridad física en cualquier entorno, además promover el cuidado sobre el cuerpo y el fortalecimiento al amor propio.

Saberes basados de acuerdo a los planes de estudio de cada grado por nivel de educación como se muestra a continuación:

Grado	Saberes y/o contenidos
Preescolar	Dimensión corporal, dimensión socio-afectiva, dimensión comunicativa.
Primero	Transversalización en las áreas Ciencias Naturales, ciencias sociales y Lengua Castellana, inglés y educación física.
Segundo	Transversalización en las áreas Ciencias Naturales, ciencias sociales y Lengua Castellana, inglés y educación física.
Tercero	Transversalización en las áreas Ciencias Naturales, ciencias sociales y Lengua Castellana, inglés y educación física.
Cuarto	Transversalización en las áreas Ciencias Naturales, ciencias sociales y Lengua Castellana, inglés y educación física.
Quinto	Transversalización en las áreas Ciencias Naturales, ciencias sociales y Lengua Castellana, inglés y educación física.

7. CAPACIDADES Y COMPETENCIAS A DESARROLLAR:

En la construcción del proyecto Estilos de vida saludable, se tuvo en cuenta las diferentes problemáticas que encierran la alimentación y estado físico de los estudiantes. Para abordar esta propuesta de proyecto los estudiantes de la comunidad educativa desarrollarán diferentes capacidades y competencias en las áreas de las ciencias naturales, ciencias sociales, lengua castellana, inglés y educación física. Como pilar fundamental, y punto de partida de este proyecto encontramos las capacidades y competencias para abordar situaciones y resolver problemáticas que se puedan presentar.

8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

N.º	FECHA	ACTIVIDAD	RESPONSABLE
-----	-------	-----------	-------------



CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

1.	10 de julio	FASE 1	El área de Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Educación Física e Inglés.
2.	5 de agosto	FASE 2	El área de Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Educación Física e Inglés.
3.	17 de septiembre	FASE 3	El área de Ciencias Naturales, Ciencias Sociales, Educación Física e Inglés.

Daniela Landazábal Acosta
LÍDER DEL PROYECTO

Eddyton Julian Zapata Becerra
LÍDER EDUCACIÓN FÍSICA

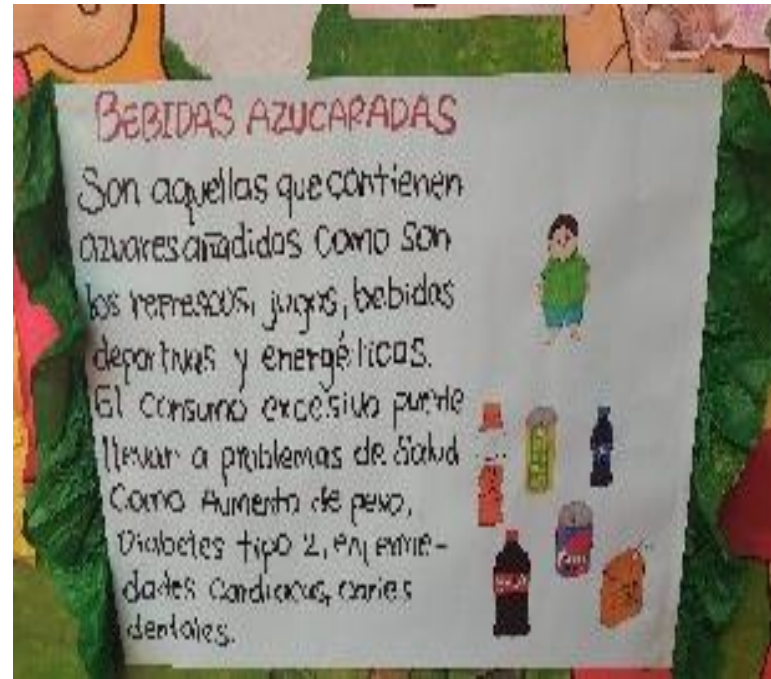
Eddy Issamir Becerra Millan
LÍDER DE CIENCIAS SOCIALES

Jesús Alexis Carrasquilla Lázaro
LIDER DE MATEMÁTICAS



EVIDENCIAS

ANEXO FASE 1





CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7





CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7





CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7





CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7





CENTRO EDUCATIVO SANTA MARIA DEL ROSARIO



Resolución N° 07913 del 15 de septiembre de 2014

DANE: 354874001238 NIT: 37317156-7

