



ESTILOS DE VIDA SALUDABLE
“LA PRACTICA DE UNA VIDA SANA Y LA RECREACION PARA EL DISFRUTE
DE UNA BUENA SALUD”

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Incentivar los estilos de vida saludable en los estudiantes, a través del tiempo libre o por medio de actividades transversales dentro de las jornadas educativas, que promuevan el consumo de alimentos nutritivos y la práctica de ejercicios corporales como estrategias para el mejoramiento de los hábitos de alimentación y cuidado del cuerpo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Crear conciencia sobre los problemas de salud que acarrea una mala alimentación.
- Capacitar a la población escolar sobre el valor nutritivo de los alimentos.
- Promover la buena alimentación para evitar los trastornos alimenticios.
- Practicar el cuidado del cuerpo por medio de la buena alimentación y la actividad física.



ANEXOS 2026





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432





CENTRO EDUCATIVO RUGRATS

Educación En Valores Para Formar Personas Superiores

Resolución de Aprobación No. 005879 de 21 de Octubre de 2022

DANE 354172000432

