

INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



PROYECTO TRANSVERSAL: ESCUELAS SALUDABLES

DOCENTE RESPONSABLE:

MAYRA ZULIMA BETANCOURT AGUDELO

ADRIANA PATRICIA ALVAREZ CAMPUZANO

INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

DOSQUEBRADAS

2021

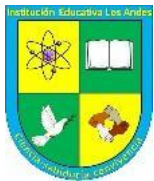
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



IDENTIFICACIÓN DEL PLANTEL

INSTITUCIÓN: EDUCATIVA LOS ANDES

DEPARTAMENTO: RISARALDA

MUNICIPIO: DOSQUEBRADAS

NATURALEZA: MIXTA

JORNADA: DIURNA

CALENDARIO: A

NIVELES: PREESCOLAR, BASICA PRIMARIA, BASICA SECUNDARIA, MEDIA

NÚCLEO:

CÓDIGO DANE:

TOTAL ALUMNOS:

RECTOR:

COORDINACIÓN DEL PROYECTO

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 DANE: 166170003107



INTRODUCCIÓN

El concepto de Escuela Saludable está asociado a los escenarios educativos de bienestar institucional y comunitario, en el cual los alumnos así como los demás miembros de la comunidad educativa pueden lograr un armonioso desarrollo bio-psíquico-social. En este sentido, la institución escolar se convierte en un centro de convergencia en el cual los maestros, 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.

Teniendo en cuenta que los estilos de vida han sido considerados como factores determinantes y condicionantes del estado de salud de un individuo y las colectividades, la promoción de la salud, tiene que ver principalmente 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.

Las instituciones educativas se constituyen como los entornos idóneos para la formación de hábitos y conductas saludables, no sólo de los educandos sino –a través de ellos– también en sus familias. Los niños, niñas y adolescente pueden convertirse en agentes de cambio en cuando estos se apropien y transfieran sus conocimientos, prácticas cotidianas a la salud integral de su familia y de su comunidad.

La escuela se constituye en un centro de convergencia en el cual los maestros, los alumnos, las familias y la comunidad toda trabajan por un fin común: propiciar en los niños el desarrollo de habilidades para la vida que los forme como agentes de desarrollo con alta autoestima, creativos, seguros de sí mismos, innovadores, críticos y con valores cívicos y morales, que los lleven a la búsqueda constante del bienestar individual y colectivo para la promoción del desarrollo humano sostenible.

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



DIAGNÓSTICO DE PARTIDA

En el contexto de los grandes desequilibrios que reducen las posibilidades de calidad de vida de una gran mayoría de la población, la alimentación de problemas asociados a la pobreza, el desempleo, diferentes formas de violencia, maltrato, abandono, conjuntamente con la escasez de alimentos entre otros, los elevados niveles de estrés a las que están sometidos los miembros de la familia siendo estos, se han constituido en su conjunto en factores de riesgo para el desarrollo integral de los niños y adolescentes de nuestro país.

La Institución Educativa los andes, ubicada en carrera 11 entre calles 65 y 66 Bombay, atiende a una población de estudiantes cercana a los 890 estudiantes en los grados de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media académica, que reciben formación en la jornada de la mañana y de la tarde. La mayoría de los educandos provienen de familias situados en estratos 1, 2 y 3.

En el quehacer educativo de la institución Educativa se observan inadecuados hábitos alimenticios, problemas de presentación personal, descuido en la presentación personal, inadecuado manejo del tiempo libre, entre otros; además de la situación de salud pública debido a la pandemia mundial por la que estamos atravesando. La preocupación entre los diferentes estamentos de la Institución por la salud de los educandos exige la implementación de acciones que propendan por el mejoramiento de la calidad de vida los educandos mediante la ejecución de actividades orientadas a un adecuado desarrollo mental y anímico físico y social de los niños niñas y adolescentes, lo que nos invita a llevar prácticas y estilos de vida saludables a los hogares de los estudiantes utilizando metodologías virtuales y de formas accesibles y sencillas para la comunidad en general.

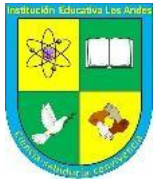
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 DANE: 166170003107



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ❖ Generar condiciones propicias para el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad educativa, promoviendo hábitos saludables en los aspectos nutricionales, higiénicos, físicos, psicológicos y de manejo del tiempo, mediante la implementación de estrategias educativas orientadas al logro de una escuela saludable.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ❖ Realizar el diagnóstico de riesgos en salud existentes en la comunidad educativa.
- ❖ Propiciar espacios de aprendizaje social que permitan la apropiación de hábitos y experiencias de aprendizaje para el desarrollo de conductas saludables entre los educandos.
- ❖ Facilitar información sobre los beneficios que tiene para la salud de los educandos y sus familias, el consumo alimentos sanos como las frutas y verduras y sobre los peligros que representa el consumo indiscriminado de algunas comidas y bebidas.
- ❖ Divulgar conocimientos sobre el cuidado de la propia salud, el autocuidado personal y el manejo creativo del tiempo libre.
- ❖ Coordinar apoyo interinstitucional para la realización de jornadas relacionadas con la prevención del suicidio y toxocomanía.
- ❖ Gestionar con profesionales del deporte actividades físicas virtuales aptas para toda la comunidad educativa.

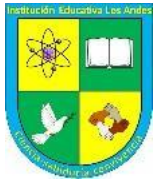
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



- ❖ Elaborar materiales didácticos con soporte en las TIC, para el desarrollo de los diferentes componentes temáticos del Proyecto.
- ❖ Inculcar en los niños el autocuidado y la participación para construir un entorno saludable.
- ❖ Trasversalizar todas las áreas del conocimiento con la Estrategia Escuelas Saludables.
- ❖ Crear un ambiente saludable en la comunidad educativa los Andes.
- ❖ Crear un ambiente laboral saludable.
- ❖ Adecuar el entorno físico de la Institución Educativa Los Andes.

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 DANE: 166170003107



JUSTIFICACIÓN

El enfoque de Escuelas Saludables es una estrategia de promoción de la salud en el ámbito escolar que se desprende de las políticas públicas establecidas en el país en materia de aseguramiento de los derechos a la salud y la educación de la infancia y adolescencia en la perspectiva de desarrollo humano sostenible.

A partir de 1997 en el país se establece una alianza entre los diferentes sectores del desarrollo social: salud, educación y Bienestar Familiar, con el apoyo de Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), con el cual el Gobierno Nacional adoptan la Estrategia Escuelas Saludables” para realizar una intervención intersectorial en torno a la problemática de salud y educación que afectan a los escolares”.

Mediante el Decreto 3039 de Agosto 10 de 2007, el Ministerio de la Protección Social y dentro del Plan Nacional de Políticas Públicas, establece el marco de acción para la promoción de la salud y la calidad de vida, estableciéndose como línea de trabajo prioritaria salud infanto-adolescente.

En este marco, es de importancia fundamental que al interior de las instituciones educativas garanticen entornos educativos saludables, que favorezcan el desarrollo integral de la comunidad educativa, y contribuyan a la formación de capacidades de decisión y participación dentro de los principios de respeto a los derechos humanos.

Teniendo en cuenta la importancia que tiene la aplicación de la estrategia de Escuelas Saludables, para la promoción de una cultura de la salud desde las instituciones educativas, que permita la apropiación de hábitos y estilos de vida saludables, el presente proyecto se sustenta en los lineamientos establecidos por el Gobierno nacional para la Promoción de la Salud física y mental en el contexto escolar.

Con fundamento en el documento de trabajo "Lineamientos para la Educación en Estilos de vida saludables", publicado en 1997, este proyecto apunta a la inclusión de la temática de Estilos de vida dentro del Proyecto Educativo Institucional en coordinación con otras instituciones, para que estudiantes, docentes, administrativos y familias, contribuyan a la construcción de una cultura de la salud y faciliten desde temprana edad, la formación de estilos de vida saludables.

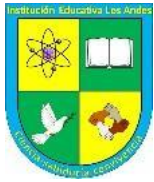
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



En este sentido, el proyecto de Formación de estilos de vida saludable, se constituye como uno de los ejes transversales y dentro del marco de estrategias adoptadas por la Institución Educativa Los Andes en la búsqueda de condiciones pedagógicas, para la apropiación de conocimientos, valores y prácticas esenciales en la promoción de la salud y en la prevención de la enfermedad de la comunidad educativa, desde la articulación de los sectores salud, educación y Bienestar y como componente pilar del Proyecto Educativo Institucional (PEI). Se busca integrar políticas públicas de salud, educación, medio ambiente, bienestar social y espacios de convivencia, que permitan cambios de actitud favorables para el mejoramiento de la calidad de vida de los estudiantes, teniendo en cuenta, que la escuela no debe formar para un conocimiento como un agregado acumulativo de contenidos disciplinares, sino para la aplicación de saberes integrados a la vida cotidiana, como condición de una formación de ciudadanos sanos, productivos y felices.

El proyecto se ha planteado a partir de cinco ejes de articulación:

Componente pedagógico: se propone a partir de una concepción de educación para la salud que involucre conocimientos actualizados, estilos de vida saludables a nivel individual y colectivo y construcción de habilidades para una sana convivencia pacífica, con soporte en una propuesta lúdico-didáctica

El PEI: como un proceso de desarrollo humano e institucional flexible y participativo, que integran intencionalidades y acciones institucionales orientadas primordialmente al mejoramiento de la calidad de vida de todos y cada uno de los miembros de la comunidad educativa.

Entornos saludables: Acondicionamiento de los recursos estructurales y ambientales de la institución para la generación de entornos de aprendizaje propicios para una adecuada interacción entre educandos y sus diferentes ámbitos de desenvolvimiento que el libre desarrollo de la personalidad, las relaciones armónicas y el cuidado de sus entornos vitales.

Integración crítica de las TIC como dispositivos mediáticos del aprendizaje, que garanticen entornos interactivos en red, propicios para la adquisición y apropiación multitextual de conocimientos, de expresión y de contacto con otros actores y experiencias pedagógicas

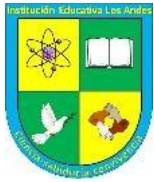
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



Prevención en salud: en coordinación interinstitucional con la Secretaría Municipal de salud, se contemplan acciones preventivas en torno a las problemáticas de salud de mayor frecuencia en la comunidad educativa.

Es así como, con la realización de este proyecto, la institución Educativa los andes asume como uno de sus retos la responsabilidad de establecer una acción pedagógica dirigida al mejoramiento y preservación de la calidad de vida de los niños, niñas y jóvenes que constituyen la razón de ser de la institución, como promoción de hábitos y estilos de vida saludables, con fundamento en los lineamientos generales establecidos por el Ministerio de Salud y el Ministerio de Educación adoptados por la Alcaldía Municipal, de este modo el proyecto pretende responder a las exigencias que se presentan en la actualidad motivo de la pandemia que atraviesa actualmente el país, por tanto se realiza un ajuste de todas las actividades al trabajo virtual y por guías para los estudiantes que no tienen conectividad.

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



ANTECEDENTES

La estrategia de Escuelas Saludables se ha venido desarrollando en diversos países durante la última década para propiciar procesos sociales en el entorno escolar dirigidos principalmente a la atención de las necesidades biopsicosociales de niños y niñas y jóvenes, mediante alianzas y acciones coordinadas que involucran a todos los miembros de la comunidad educativa, para contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de la población actual y futura.

En Colombia la definición de los lineamientos generales de la estrategia en 1997 da marco a la iniciación de un proceso participativo de acción coordinada con entre las instituciones de salud, educación, bienestar, con el auspicio de OPS/OMS.

La comunidad internacional y las autoridades territoriales han acogido la Estrategia de Escuelas Saludables como una opción de alto potencial para intervenir intersectorialmente los problemas educación asociados a la salud que afectan a los escolares.

En la década de los años 90 la Organización Panamericana de la Salud (OPS) empezó a promover la iniciativa de Escuelas Saludables en la región centroamericana. Con una visión integral y amplia, esta iniciativa fomenta la coordinación de esfuerzos de los diferentes sectores, tanto públicos como privados, de las organizaciones locales y de la ciudadanía para el autocuidado de la salud de la comunidad en general y de los niños y los jóvenes en particular.

En Colombia a partir de la implementación de la Ley 100, la población escolar fue claramente identificada como el núcleo al cual deben dirigirse las acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, a través del Plan de Atención Básica (P.A.B.) y del Plan Obligatorio de Salud (P.O.S.)

La estrategia "Escuelas Saludables" se ha establecido como una iniciativa fundamentada en la filosofía de "Municipios y Comunidades Saludables" que se vienen implementando a través de los proyectos transversales que coordina la secretaria de educación municipal.

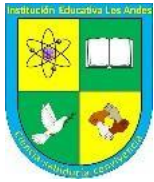
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 DANE: 166170003107



MARCO TEÓRICO Y CONCEPTUAL

La promoción de la salud en la escuela forma parte de una visión integral del ser humano que considera a las personas, y en especial a los niños y a los adolescentes, dentro de su entorno familiar, comunitario y social.

Hablar de Salud es no sólo hablar de ausencia de enfermedad física o mental sino también 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, enriquecido en un sentido positivo de la vida y en una apertura a interrelacionarse constructivamente.

Cuando se hace referencia a la Educación para la Salud se está involucrando a las diferentes dimensiones de la formación del ser en articulación transversal con las diferentes áreas de conocimiento que hacen parte del currículo, de manera que la Educación para la salud, se constituye en un elemento globalizador e interdisciplinar y transdisciplinar dentro del currículo.

Para promocionar la buena salud y prevenir futuras enfermedades es imprescindible educar a nuestros niños y jóvenes en adecuados hábitos alimenticios, autocuidados higiénicos, manejo de las emociones y sentimientos, manejo del tiempo de ocio y divertimento que garanticen unos niveles adecuados de salud y la prevención de enfermedades.

Lograr conductas que favorezcan la salud de las personas requiere de una serie de actividades que posibiliten no sólo el conocimiento sino la práctica de hábitos alimenticios, profilácticos y de relacionamiento en su entorno socio-ambiental. La puesta en marcha de proyectos que busquen lograr estos aprendizajes enfocados estrictamente en el cambio de actitudes requiere de un equipo interdisciplinario capacitado y dotado de conocimientos, sentido de compromiso y capacidades para innovar y contextualizar su quehacer pedagógico, más allá de las parcelas disciplinares.

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



La educación para la salud implica la implementación de actividades de promoción y prevención dirigidas a toda la comunidad educativa tales como salud oral, auditiva, crecimiento y desarrollo, implementación de la actividad física como estilo de vida saludable, prevención del suicidio y la toxicomanía.

La noción de estilos de vida saludables, se desprenden del concepto de Promoción de la Salud definida como "la estrategia para proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma"; en este sentido, el estilo de vida saludable, es la forma como cada uno decide vivir, son las cosas que decidimos hacer y hace mención de las rutinas cotidianas de las personas, el tipo de alimentos que se consumen, las actividades física que se practican, la forma y calidad de las relaciones con los demás y con el entorno, así como el manejo que se hace de las emociones frente a situaciones estresantes y presiones sociales y la actitud que se asume ante los problemas.

ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

Los estilos de vida se constituyen en condiciones y factores determinantes del estado de salud de una persona. La Carta de Ottawa (1986) para la Promoción de la Salud, considera los estilos de vida saludables como componentes importantes de intervención para promover la salud. "La salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo. La salud es el resultado de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud."

La promoción de la salud, implica la apropiación de patrones de vida 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 Sigerest (1945).

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 orden en unos comportamientos deseables que favorecen la preservación de la salud y la prevención de enfermedades de los educandos, 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.

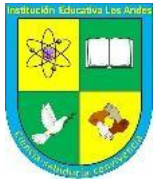
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



EL AUTOCUIDADO.

El concepto de autocuidado se concibe como los cuidados que se provee la persona para asegurar una adecuada calidad de vida en el plano personal, familiar y comunitario. Según Ofelia Tobón Correa (2012), el autocuidado lo determinan factores propios de la persona y factores externos que no dependen de su control; estos determinantes se relacionan con los factores protectores para la salud, tanto como con los factores de riesgo, que generan, según el caso, prácticas favorables o riesgo para la salud.

En la perspectiva teórica de la necesidades planteadas en el desarrollo a escala humana de Manfred Max-neef (1993), uno de los aspectos que define una cultura son los satisfactores que las personas elaboran para resolver sus necesidades, en orden a tres ámbitos de interacción: En relación con la persona misma, en relación con el grupo social y en relación con el medio ambiente. En este sentido, el auto cuidado implica una racionalidad y una subjetividad que atraviesa diversas esferas del ser humano. No desconoce la compleja historia de vida que acompaña a cada persona a través de la cual ha socializado sus afectos, desafectos, intereses, opciones dentro de relaciones en donde el conflicto y la contradicción hacen parte de la cotidianidad de la vida en que ella transcurre (Tobón, 2012). Por lo tanto, la educación para la salud implica un proceso de toma de conciencia y la orientación de una actuación responsable en torno al cuidado de la propia salud y a la estructuración de hábitos y cogniciones que permitan cambios actitudinales en torno en el manejo de situaciones de depresión, neurosis, malos hábitos alimentarios e higiénicos que afectan la salud de los escolares y su desarrollo potencial como seres humano equilibrados.

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



MARCO LEGAL

El proyecto “Formación de estilos de vida saludables” se ha soportado en la reglamentación de la Ley 115 de 1994- Ley General de Educación, la ley 100 de 1993 que reforma el Sistema de Seguridad Social, la ley 99 de 1993 denominada Ley del medio ambiente y la Ley.

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 la formulación de la política de Escuela Saludable.

El artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, establece que “el ejercicio del deporte 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.

El PEI de la Institución Educativa los andes, incluye como componente prospectivo, la creación de espacios de participación democrática en la vida de la comunidad y en las decisiones que afectan el desarrollo humano de los niños, niñas y jóvenes situados en el contexto escolar.

POBLACIÓN OBJETO DEL PROYECTO

La comunidad educativa la Institución educativa los andes municipio de Dosquebradas.

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 DANE: 166170003107



METODOLOGÍA

Se aplicará una metodología activa y virtual centrada en un enfoque de aprendizaje social y contextualizado en la realidad de los estudiantes, sus vivencias y condiciones de salud pública que nos reta a diseñar nuevas prácticas saludables articuladas en la escuela y el hogar en relación con la salud, el adecuado manejo del tiempo libre y actividades físicas que propendan a mejorar prácticas saludables.

De esta modo se empezará a identificar las dificultades de los estudiantes y familias con respecto a su bienestar integral durante el trabajo de manera no presencial, se realizarán encuestas que permitirán identificar y focalizar qué hábitos de vida saludables están implementando en sus casas y de qué forma afrontan el trabajo virtual teniendo en cuenta que los padres de familia son los guías principales de los niños, niñas y adolescentes en casa. Posteriormente se orientará a las familias en el trabajo para fortalecer y superar las dificultades identificadas.

Las actividades a desarrollar con la comunidad educativa los Andes se desarrollaran de forma virtual y con la implementación de guías para los estudiantes que no tienen conectividad de esta forma se garantiza la cobertura de todos los estudiantes pertenecientes a la institución y sus familias, así mismo estarán orientadas al mejoramiento de hábitos y estilos de vida saludables en casa, teniendo en cuenta que la pandemia actual a desmejorado el estado anímico y mental, por tanto se enfatizara en el desarrollando habilidades y destrezas mediante la implementación de teoría y práctica para la construcción de conocimientos. Cabe señalar que la metodología incluye ejes transversales contemplados en el currículo escolar.

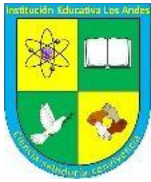
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



CRONOGRAMA 2021. SEMESTRE 1				
MES	DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RESPONSABLES
MARZO		Video educativo. (la importancia de comer frutas y verduras.) https://www.youtube.com/watch?v=ACC7vhoJoVM	Conocer la importancia de las frutas y verduras en la alimentación recomendadas por la OMS.	Docentes.
		Taller.	Incluir las frutas y verduras en la alimentación diaria.	Docentes.
ABRIL	23	Celebración día de la niñez. Encuentro cultural. (virtual)	Realizar la celebración del día de la niñez con el fin de que se recuerden y reconozcan sus derechos.	Docentes.
MAYO	7	Celebración día de la madre.	Promover la expresión de los sentimientos de los niños hacia sus madres o la persona que cumpla el papel en la familia.	Docentes.
JUNIO	18	Celebración día del padre.	Promover la expresión de los sentimientos de los niños hacia sus padres o la persona que cumpla el papel en la familia.	Docentes.

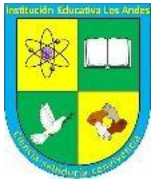
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 DANE: 166170003107



CRONOGRAMA 2021. SEMESTRE 2				
MES	DIA	ACTIVIDAD	OBJETIVO	RESPONSABLES
AGOSTO		Video educativo. (la importancia de la actividad física.) https://www.youtube.com/watch?v=xN1LAdCe7z0	Conocer la importancia de la actividad física.	Docentes.
		Taller.	Incluir la actividad física en la vida diaria.	Docentes.
SEPTIEMBRE	17	Celebración amor y amistad.	Exaltar el valor de la amistad.	Docentes.
OCTUBRE		Celebración Halloween	Recrear a los estudiantes con diferentes actividades lúdicas.	Docentes.

NOTA: cronograma sujeto a cambios de acuerdo a la dinámica y requerimientos institucionales.

RECURSOS

HUMANOS

Rector

Gobierno Escolar

Docentes encargados del proyecto.

Estudiantes.

Padres de familia.

Personal especializado (docentes de actividad física)

ECONÓMICOS

Aportes financiero de la Institución.

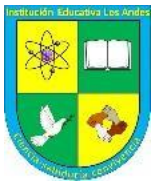
Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



DIDÁCTICOS

videos de youtube

TECNOLÓGICOS

computadores

tablet

celular

PRESUPUESTO

ACTIVIDAD	PRESUPUESTO	CONCEPTO
TODAS	\$50.000	impresión de guías.(estudiantes sin conectividad.

Mayra B. A.

MAYRA ZULIMA BETANCOURT AGUDELO.

P

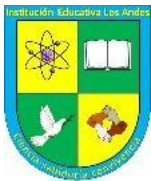
a

Dirección: Cl. 11 entre calles 65 y 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LOS ANDES

Decreto 412 diciembre 17 de 2015

(Antes Institución Educativa Bombay)

Licencia de funcionamiento con resolución No. 434 de Abril 10 de 2013

NIT: 900.608.292-1 **DANE:** 166170003107



ADRIANA PATRICIA ALVAREZ CAMPUZANO

Preescolar – Básica Primaria - Básica Secundaria – Media Académica

Dirección: Cr 11 entre Calles 65 – 66 Bombay III.

E-mail: i.e.losandes@dosquebradas.gov.co

www.ielosandes.edu.co

Teléfono: 3285387