

CONCEPCIÓN - 2019

PROYECTO VIDA SANA

COLEGIO
LA PROVIDENCIA
Concepción
Formación de calidad, tradición y excelencia.





I.- IDENTIFICACIÓN GENERAL:

Título del Proyecto / Actividad :	Vida Sana
Responsable del Proyecto / Actividad :	Cristian Berríos / Sergio Fuentes / Nadia Sepúlveda
Asignatura, Departamento, Área:	Educación Física y Salud
Número de Beneficiarios:	Alumnos de pre kinder a IV° medio
Periodo de Ejecución:	22/05/2019 a 29 de noviembre del 2019
Fecha de Presentación:	22/05/2019

II. NECESIDAD Y OBJETIVOS DEL PROYECTO

1.- Necesidad: Formule el problema que origina la intervención. Poco conocimiento de los alumnos acerca de los hábitos de vida saludable ya sea en alimentación, higiene, beneficios de la actividad física o consecuencias de vicios como lo son el cigarro, alcohol o mala alimentación, es por esto que queremos realizar actividades en las clases de educación física y fuera de ellas, las cuales proporcionen información relevante a los alumnos acerca de los beneficios y la importancia de tener una vida sana.	2.- Justificación de la Necesidad: Explique, brevemente, la importancia y las razones que llevan a plantear el proyecto o taller. Es importante generar instancias en donde los alumnos puedan adquirir conocimientos acerca de los beneficios de adoptar una vida saludable, así también que puedan conocer las consecuencias que podrían traer una mala alimentación, falta de higiene o sedentarismo.
3.- Descripción General del Proyecto: Señale en qué consiste el proyecto y a quien está dirigido.	- 1° a 4° básico: Trabajo con libro de educación física los cuales proporcionan a los alumnos información acerca del funcionamiento de nuestro organismo, hábitos de higiene, buena alimentación, cuidado del medio ambiente y beneficios de la actividad física. Se dejará en

	evidencia el trabajo con estos alumnos a través de material fotográfico y afiches informativo en sus respectivos diarios murales con lo que se ha trabajado en clases.
- <u>5° a 6° básico:</u> implementación de la bolsa de útiles de aseo, con lo que se pretende generar hábitos de higiene en estos alumnos, debido que a su edad ya son notorios los efectos que provoca la clase de educación física en sus cuerpos. Los implementos que debe contener la bolsa de aseo son: - <u>Polera de cambio:</u> debido a la transpiración es importante tener una polera de cambio la cual evitara resfrios u otras enfermedades. - <u>Jabón y toalla:</u> debido al contacto con balones, suelo u otros implementos es de suma importancia contar con un jabón el cual permita al alumno lavarse para así eliminar posibles bacterias que puedan provocar alguna enfermedad. - <u>Botella de agua:</u> es importante contar con una botella de agua para la hidratación de los alumnos durante y después de las clases de educación física.	<u>Pre kínder a IV° medio (se realizará en la clase de educación física de cada nivel).</u> - <u>Día de la botella de agua:</u> Se les solicitará a los alumnos que traigan de sus casas una botella de agua, al finalizar la clase de educación física se reunirán a todos los alumnos y se les explicará el beneficio que trae el consumo de agua y la importancia de su cuidado en el medio ambiente. - <u>Día de la fruta:</u> Se les solicitará a los alumnos que traigan de sus casas una fruta, al finalizar la clase de educación física se reunirán a todos los alumnos y se les explicará los beneficios del consumo de frutas y de una alimentación saludable, consumiendo todos juntos la fruta. Estas actividades se evidenciarán a través de material fotográfico el cual se expondrá en los diarios murales de los pasillos del establecimiento.
4.- Objetivos del Proyecto - Promover y generar hábitos de vida saludable en nuestros alumnos y alumnas.	5.- Objetivos Específicos del Proyecto. Señalar a que área de desarrollo corresponde, por ejemplo: Formación, Convivencia Escolar, Académica, Cultural, Deportivas, etc.
- Realizar actividades relacionadas con los hábitos de vida saludable dentro y fuera de las clases de educación física.	

- Incorporar a la comunidad estudiantil por medio de actividades que promuevan un estilo de vida saludable.

6.- Resultados Esperados: Señale los resultados que espera obtener con la ejecución del proyecto.

Se espera que este proyecto provoque un cambio significativo en los alumnos y que adquieran un estilo de vida saludable, ya sea alimentándose bien, prefiriendo agua en vez de bebidas azucaradas, realizando actividad física regularmente, etc. Además, se espera seguir realizando actividades de este tipo en donde se pueda incorporar a toda la comunidad providencia.

7.- Indicadores de logro: Señale algunas conductas, aprendizajes, actitudes, actividades o cualidades que permitan sostener que los objetivos fueron logrados.

- Incorporan a su vida diaria escolar el uso de la bolsa de aseo para su beneficio propio.

- Prefieren el consumo del agua por sobre cualquier bebida azucarada.

- Prefieren el consumo de frutas por sobre snack o comida chatarra en los recreos.

III. FUNDAMENTACIÓN DE LA PROPUESTA:

Implementar este proyecto nos dará la posibilidad de hacer que los niños tengan la posibilidad de conocer todos los beneficios que trae adoptar una vida saludable, ya sea en su alimentación, en sus hábitos de higiene y en la práctica de actividad física, generando así hábitos de vida saludable los cuales perduren toda su vida.

IV.- PLAN DE TRABAJO: Señale actividades y realice un cronograma que contemple las etapas y actividades que debiera comprender la ejecución completa del proyecto, hasta entregar el informe final del mismo.

Actividad	Plazos	Responsables	Meta Esperada
Confección de proyecto	Abril	Cristian Berríos, Sergio Fuentes, Nadia Sepúlveda.	
Aprobación de proyecto	Mayo	Equipo directivo.	
Ejecución proyecto	22 de mayo a 29 de noviembre	Sergio Fuentes Cristian Berríos Nadia Sepúlveda	

V.- RECURSOS:

1.- Materiales	
2.- Humanos	Profesores de educación física.
3.- Económicos	

VI.- PRESUPUESTO:

ITEM	MONTO