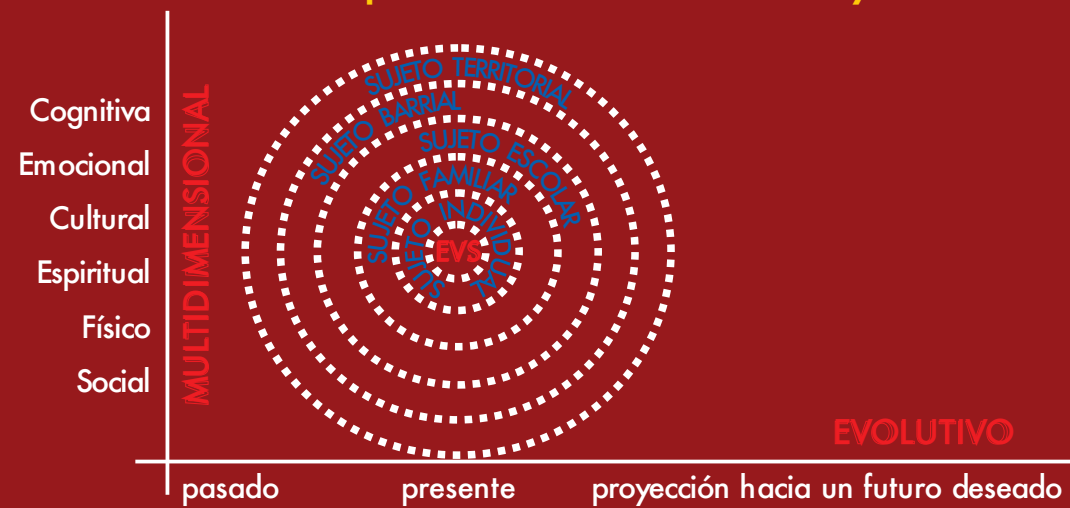


ESTILOS de VIDA SALUDABLES

un concepto multidimensional y evolutivo



2011
 Ministerio de Educación Nacional
 Calle 43 No. 57 - 14
 Centro Administrativo Nacional, CAN
 Bogotá D.C., Colombia
 Computador: (+ 571) 222 2800
 Fax: (+ 571) 222 4953

Línea gratuita fuera de Bogotá:
 01 8000 910122
 Línea gratuita Bogotá:
 (+ 571) 222 0206

www.mineducacion.gov.co

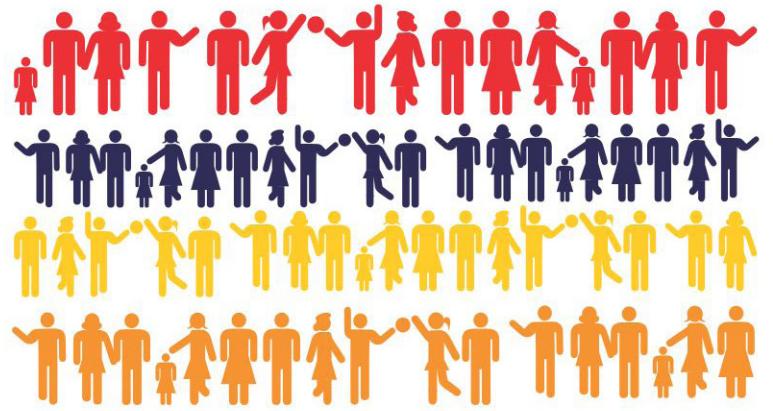
Módulo de ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS para la PROMOCIÓN de ESTILOS de VIDA SALUDABLES

ESTRATEGIA

para la PROMOCIÓN de

ESTILOS de VIDA SALUDABLES





MÓDULO
de ORIENTACIONES PEDAGÓGICAS
para la PROMOCIÓN de
ESTILOS de VIDA
SALUDABLES



Tabla de contenido

5 ○ PALABRAS DE LA MINISTRA

7 ○ I. PRESENTACIÓN

11 ○ II. COMPONENTE CONCEPTUAL

2.1	¿Qué son estilos de vida saludables?	11
2.2.	¿Qué caracteriza la toma de decisiones en los estilos de vida saludables?	12
2.3	¿Cuáles son los tipos de decisiones que se toman en los estilos de vida saludables?	12
2.4	¿Cuáles son los marcos sobre los que se basa esta conceptualización?.....	12
2.5	¿Cuál es la misión del sector educativo para promover estilos de vida saludables desde un enfoque de desarrollo humano y de derechos?	15
2.6	¿Cuál es el encuentro entre educación y salud para la promoción de estilos de vida saludables?	16
2.7	¿Cuáles son los principios que orientan la implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables?	17

19 ○ III. COMPONENTE PEDAGÓGICO Y DIDÁCTICO

3.1.	¿Qué es un proyecto pedagógico?	19
3.2.	¿En qué consiste la ruta didáctica P- E- N-S-A-R?	20
3.3.	¿Cuáles son las herramientas pedagógicas que permiten desarrollar la ruta didáctica?	21
3.4.	¿Qué son Hilos Conductores?	21
3.5.	¿Cuáles son los hilos conductores en educación para la Promoción de Estilos de vida saludables?	23

- 3.6. ¿Existe autonomía para la selección y adaptación de hilos conductores?27
- 3.7. Ejemplo de utilización de Hilos Conductores27
- 3.8. ¿Cómo organizar las acciones desde cada área en el objetivo de promocionar estilos de vida saludables?32

37

IV. COMPONENTE OPERATIVO

- 4.1. ¿Cómo articular la Estrategia al Proyecto Educativo Institucional - PEI - y al Plan de Mejoramiento Institucional -PMI?38
- 4.2. ¿Cómo construir ambientes democráticos de aprendizaje favorables para la adopción de estilos de vida saludables?39
- 4.3. ¿Cómo fortalecer la capacidad técnica de los actores políticos, institucionales y comunitarios?40

43

V. COMPONENTE DE EVALUACIÓN

- 5.1. ¿Cómo evaluamos y monitoreamos lo que hacemos?43
- 5.2. ¿Qué vamos a evaluar?43
- 5.3. ¿Cómo se utiliza el Instrumento de evaluación?45

55

VI. COMPONENTE DE CONCERTACIÓN INTRASECTORIAL E INTERESCTORIAL

59

VII. RECOMENDACIONES PARA LA IMPLEMENTACIÓN DE LA ESTRATEGIA PARA LA PROMOCIÓN DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

61

BIBLIOGRAFÍA



Palabras de la Ministra



Presentación

Estas orientaciones son un aporte al eje estratégico de formación para la ciudadanía de la política sectorial 2010-2014 denominada: “*Educación de calidad, el camino hacia la prosperidad*”, en su objetivo de formar “mejores seres humanos, **ciudadanos** con valores democráticos, respetuosos de lo público, que ejercen los derechos humanos, cumplen sus responsabilidades sociales y conviven en paz.”

El “Módulo de Orientaciones Pedagógicas para la Promoción de Estilos de Vida Saludables” es una iniciativa del Ministerio de Educación Nacional, Ministerio de Salud y Protección Social y de otros organismos del Estado (Ver anexo normatividad), que ofrece a las entidades territoriales orientaciones conceptuales, pedagógicas y operativas para guiar a los establecimientos educativos en la construcción de proyectos pedagógicos¹, los cuáles deben cumplir con siguientes características:

1. Que sean pertinentes al contexto escolar.
2. Que permitan la estructuración de ambientes de aprendizajes para el desarrollo de competencias básicas con énfasis en ciudadanía y orientadas hacia la promoción de la salud.

3. Que sean contruidos para el alcance de un bienestar consensuado entre los miembros que hacen parte de la comunidad educativa (padres y madres, docentes, directivas docentes, estudiantes y representantes del entorno inmediato en donde se encuentra ubicado el establecimiento educativo).

El módulo en su primera versión tiene sus antecedentes en el año 2009 cuando el Ministerio de Educación Nacional y el Ministerio de Salud y Protección Social, realizaron dos talleres consultivos con doce entidades territoriales, para que las y los participantes enriquecieran y validaran la propuesta inicial. El resultado fue la ruta para la puesta en práctica de Proyectos Pedagógicos para la Promoción de Estilos de Vida Saludables en 250 establecimientos educativos de cinco entidades territoriales (Secretarías de Educación certificadas): Antioquia, Tolima, Neiva, Risaralda y Cundinamarca. Esta experiencia es la que hoy permite tener una estrategia aplicada, validada y ajustada.

El proceso de implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables en estas entidades se dio a través de las siguientes fases:

¹ “El proyecto pedagógico es una actividad dentro del plan de estudio que de manera planificada ejercita al educando en la solución de problemas cotidianos, seleccionados por tener relación directa con el entorno social, cultural, científico y tecnológico del alumno. Cumple la función de correlacionar, integrar y hacer activos los conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores logrados en el desarrollo de diversas áreas, así como de la experiencia acumulada...” Decreto 1860 de agosto 3 de 1994, artículo 36.



Gráfica No. 1

Fases del proceso de implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables



Todo el proceso de implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables viene permeada por los siguientes principios pedagógicos que la orientan. Estos son coherentes con los enfoques de derechos humanos y de desarrollo humano sostenible y se definirán en el componente conceptual:

- Corresponsabilidad
- Libre escogencia.
- Participación respetuosa
- Valoración de la pluralidad
- Diálogo apreciativo
- Proyección de consecuencias

El documento está estructurado por los siguientes componentes:

- a) Componente conceptual que incluye los tres referentes centrales del módulo: Dignidad del ser humano, competencias ciudadanas y estilos de vida saludables.
- b) Componente pedagógico y didáctico en donde se proponen herramientas

para el diseño de proyectos encaminados hacia la promoción de estilos de vida saludables coherentes con los principios orientadores. Asimismo se ofrecen pautas didácticas para el diseño e implementación de ambientes de aprendizaje basado en problemas, retos o dilemas.

- c) Componente operativo en el que se presenta tres procesos paralelos y básicos que se requieren para lograr la apropiación y transformación institucional. Estos son: Articulación del proyecto pedagógico para la Promoción de Estilos de Vida Saludables al Proyecto Educativo Institucional –PEI–, articulación al Plan de Mejoramiento Institucional –PMI– y fortalecimiento de la capacidad técnica de los actores políticos, institucionales y comunitarios.
- d) Componente de evaluación y monitoreo, el cual se refiere al sistema de indicadores para apoyar y realizar el seguimiento de los tres procesos operativos. Los indicadores de proceso tienen una estructura que

le permite al establecimiento educativo ubicarse en uno de los cuatro niveles (existencia, apropiación, pertinencia o mejoramiento continuo) y conocer hacia qué nivel puede seguir avanzando.

- e) Componente de concertación intrasectorial e intersectorial, donde se incluye la propuesta para for-

talear las acciones de articulación, ya sea mediante la conformación de mesas de trabajo con un equipo técnico territorial que lidere acciones para la promoción de estilos de vida saludables, o a partir de la incidencia en espacios de interlocución institucional ya existentes como las Mesas de Entornos Saludables







Componente conceptual

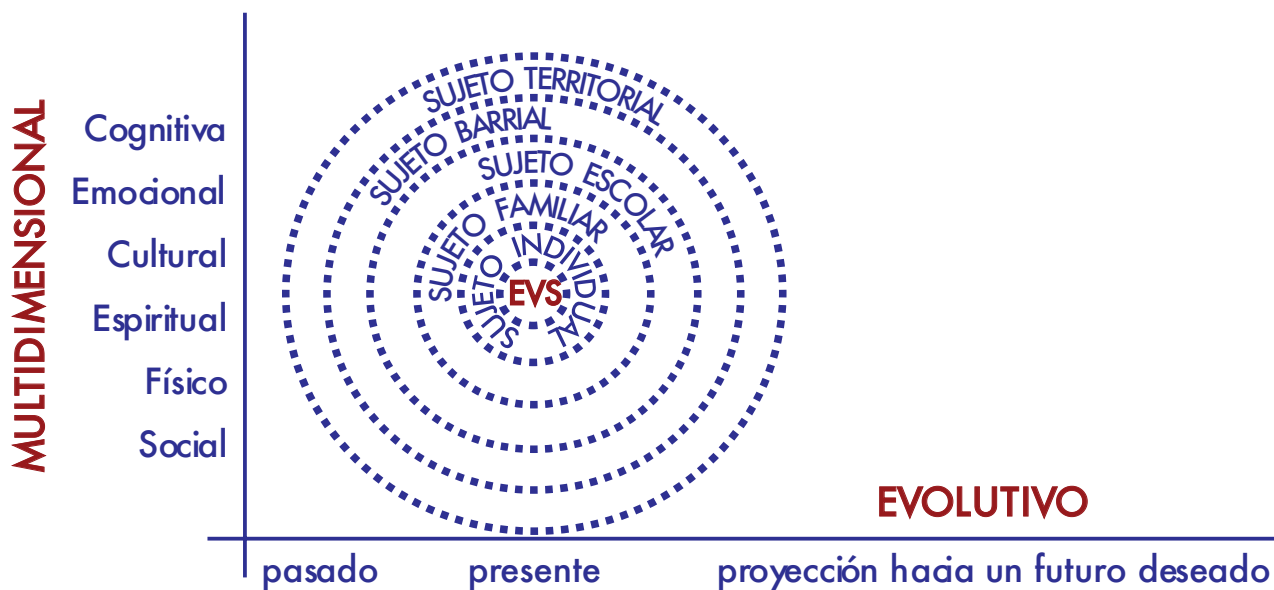
Este componente se desarrollará a través de preguntas cuyas respuestas definirán el concepto de estilos de vida saludables, el enfoque sobre el que se basa y la misión del sector educativo en el tema.

→ ¿Qué son estilos de vida saludables?



Gráfica No. 2

Diagrama comprensivo del concepto de Estilos de Vida Saludables



La experiencia en la implementación de proyectos pedagógicos mostró un concepto de estilos de vida saludable estructurado por los siguientes aspectos:

1. Aspecto multidimensional: En tanto que un estilo de vida se expresa en todas las dimensiones del

desarrollo de las personas (cognitivas, emocionales, espirituales, culturales, físicas y sociales).

2. Aspecto temporal o diacrónico:

En tanto que un estilo de vida es producto de la propia historia de cada individuo, que tiene un significado en el presente y que debe proyectar-

se en el futuro para el alcance de un bienestar colectivo acordado.

- 3. Aspecto contextual:** En tanto que un estilo de vida reconoce que el individuo se desarrolla en múltiples escenarios donde sus actuaciones repercuten sobre diversos individuos.



Los estilos de vida saludables son la manera como las personas se asumen como sujetos sociales con capacidades para construir un bienestar propio y colectivo, se estructuran con base en las experiencias vividas y se manifiestan en las acciones cotidianas.

Dicho de otra forma los estilos de vida saludables son aquellas formas críticas y asertivas de ser y actuar, que permiten preservar y promocionar la propia salud y la de las demás personas, a partir de la toma de decisiones autónomas, informadas y responsables; estas decisiones son guiadas por el respeto a la dignidad inherente a todo ser humano de manera que aporten a su autorrealización.

¿Qué caracteriza la toma de decisiones en los estilos de vida saludables?

Responsabilidad, información y autonomía son tres condiciones interdependientes para la toma de decisiones en estilos de vida saludables.

¿Cuáles son los tipos de decisiones que se toman en los estilos de vida saludables?

Los tipos de decisiones son:

a) Decisiones responsables aquellas que tienen presente las consecuencias de los actos y el compromiso de asumirlas, de forma que se eviten las que van en contra de la dignidad de las personas.

b) Decisiones informadas aquellas que promueven competencias de manejo de la información (acceso y ubicación de fuentes de información, valoración de las fuentes, análisis y selección, entre otras) y por ende el mayor y mejor conocimiento posible, esto es requisito para que las decisiones tengan un mayor nivel de libertad.

c) Decisiones autónomas aquellas que se valoran y permiten la libre escogencia de opciones que dan sentido a la propia existencia y que permiten el desarrollo como ser humano. Autonomía significa gobernarse a sí misma o a sí mismo, es lo contrario de heteronomía, que significa ser gobernado por los demás (Kamii, 1982). Es la capacidad de autodeterminación que todos tenemos, es decir, la posibilidad de dictar nuestras propias normas y desarrollar planes propios de vida, siempre y cuando no afecten derechos de terceros.

¿Cuáles son los marcos sobre el que se basa está conceptualización?



Gráfica No. 3

Diagrama comprensivo para dar entender el enfoque conceptual de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables



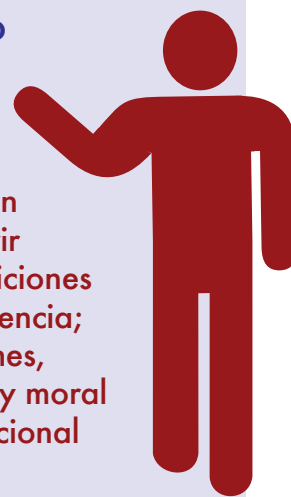
Los marcos en los que se basa el concepto de estilos de vida saludables son:

- Derechos humanos.
- Desarrollo humano sostenible.

Al hablar de un marco de Derechos Humanos se hace referencia en dar cumplimiento al deber de respetar, proteger, hacer efectivas y posibilitar el ejercicio de las libertades de cualquier ser humano, se pone en primer lugar a la persona y lo esencial en ella, su dignidad², entendida ésta por tres aspectos interrelacionados:

Se reconoce que la dignidad de cada individuo es el punto de encuentro de la humanidad en términos de igualdad.

Primero, vivir como uno quiera, es decir la dignidad entendida como la autonomía o la posibilidad de diseñar un plan de vida propio. Segundo, vivir bien, tener unas ciertas condiciones materiales y sociales de existencia; y tercero, vivir sin humillaciones, poder tener integridad física y moral (Ministerio de Educación Nacional [MEN], 2007:7).³



Cuando se concibe al otro y a la otra en su dignidad, se ve como persona y como miembro de la especie hu-

² La dignidad se refiere al valor intrínseco del ser humano como miembro de la especie humana más allá de toda diferencia de nacionalidad, raza, religión, nivel de inteligencia o de moralidad, de sexo; la noción de dignidad sirve como hilo conductor para descubrir nuevos derechos y organizar los ya reconocidos (MEN, 2007:7)

³ Véase sentencia de tutela T-881-02. Magistrado ponente, Eduardo Montealegre Lynett.

mana. A partir de esa concepción los individuos son equiparados y reconocidos en términos de igualdad por su condición de ser humano, así cada uno puede desarrollarse y actuar de modo autónomo, en una búsqueda constante de sentido de vida, establecer relaciones, y construir y reconstruir su vida siempre que reconozca y respete la dignidad de las otras personas, que es la única manera de no afectar los derechos de terceros⁴.

El marco de Desarrollo Humano Sostenible “tiene como propósito promover el bienestar y la libertad sobre la base de la dignidad y la igualdad inalienables de todas las personas. El objetivo del desarrollo humano es el disfrute por todas las personas de todas las libertades fundamentales” (Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos [OHCHR], 2007: 7). En coherencia con el postulado sobre desarrollo humano de las Naciones Unidas, la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables, orienta a las comunidades educativas para que consensuen un futuro colectivo deseado y acuerden acciones que les permitan alcanzar el bienestar anhelado con el límite que le exige el derecho de las demás personas. De acuerdo con la Declaración de las Naciones Unidas, de 1986, se asume que el desarrollo humano sostenible, por centrarse en el ser humano, es un derecho inalienable que se compone de varios derechos, a saber:

- Derecho de participación, entiende la participación de las personas de forma activa, libre y significativa.
- Derecho a asumir al sujeto como centro del desarrollo, desde el mejoramiento constante del bienestar humano.
- Derecho a la distribución justa.
- Derecho a la no discriminación en el desarrollo, sin distinción de raza, etnia, sexo, religión, estrato social u otra condición.
- Derecho a la libre determinación, el derecho inalienable a la plena autonomía.
- Derecho a la realización libre y plena del ser humano, el respeto de sus derechos humanos y las libertades fundamentales.

Con base en lo anterior, es en el individuo en donde los marcos de Desarrollo Humano Sostenible y de Derechos Humanos adquieren sentido, dado que se le reconoce como un sujeto social activo con las cualidades para transformar su realidad, porque “tanto el paradigma del desarrollo humano, como el de los derechos humanos, enfatizan la importancia de ejercer plenamente la ciudadanía, señalan que no basta con enunciar los derechos, sino que se requieren mecanismos que dinamicen y materialicen dicho ejercicio, por ejemplo, a través de la participación y la responsabilidad compartida” (OHCHR, 2007: 13).

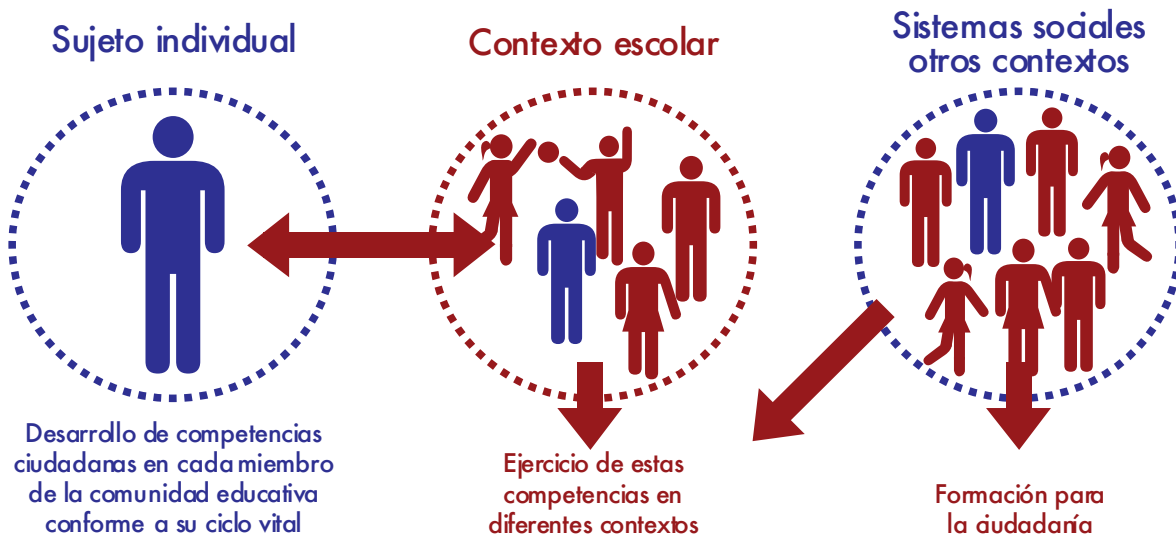
4 “Al adoptar por consenso la Declaración y Programa de Acción de Viena, la Conferencia Mundial (1993) reafirmó la importancia fundamental de la Declaración Universal para la protección de los derechos humanos y reconoció por primera vez, unánimemente, que el derecho al desarrollo era un derecho inalienable y un componente integral de los instrumentos internacionales de derechos humanos. La Conferencia también subrayó que todos los derechos humanos debían promoverse en pie de igualdad, ya que eran universales e indivisibles, interrelacionados e interdependientes. Los representantes rechazaron argumentos de que algunos derechos humanos eran opcionales o que estaban subordinados a las tradiciones y prácticas culturales”. En <http://www.un.org/spanish/hr/HRToday/declar.htm>. Consultado en Diciembre de 2009.



Gráfica No. 4

¿Cuál es la misión del sector educativo para promocionar estilos de vida saludables desde un marco de desarrollo humano y de derechos?

MISIÓN DE LA ESCUELA



La misión del sector educativo para este efecto está en formar para el ejercicio de la ciudadanía, esta tarea requiere necesariamente que los miembros de la comunidad educativa (padres, madres, docentes, estudiantes y directivas docentes) se reconozcan como individuos, es decir, personas con características e historias únicas, que hacen parte de un colectivo particular y que se quiera o no, con su interacción con los demás, perpetúan o cambian las dinámicas de estos grupos. El objetivo finalmente es concientizar a las personas acerca de su rol como ciudadano, para esto el Ministerio de Educación Nacional ha orientado a los establecimientos educativos en el desarrollo de competencias ciudadanas,

propósito que busca fortalecer los aprendizajes de niños, niñas y jóvenes de manera que cuenten con las capacidades y habilidades para transformar sus realidades y les permita mejorar su calidad de vida.

Ahora bien, las competencias ciudadanas son los referentes para la formación de los sujetos desde el respeto, la defensa y promoción de los derechos humanos, enmarcados en el desarrollo de conocimientos, competencias cognitivas, emocionales y comunicativas, que integradas entre sí, hacen posible ejercer la ciudadanía⁵ de manera constructiva en cuanto a la participación democrática, la convivencia y la valoración del pluralismo

⁵ El concepto de ciudadanía es el mismo que está en la base de los estándares de competencias ciudadanas en donde se parte de la premisa que entiende al ser humano inmerso en una red de relaciones que le permiten sobrevivir y darle sentido a su existencia.

Se debe resaltar que los conocimientos son importantes para desarrollar competencias ciudadanas⁶, pero no son por sí solos suficientes. En aras de resolver con sentido y flexibilidad los retos y problemas para ejercer la ciudadanía se requiere, además, la integración de competencias para expresar, entender y negociar hábilmente con otros (competencias comunicativas), las cuales ayudan a reflexionar críticamente sobre la realidad y a descenderse, es decir, salirse de su perspectiva y poder mirar las de los demás, para saber incluirlas en la propia vida (competencias cognitivas), que permiten identificar, expresar y manejar las emociones propias y las de otros y otras (competencias emocionales).

Debe aclararse que la formación ciudadana no sólo sucede en el aula, sino en cada uno de los escenarios de la vida, cuando se entra en interacción cotidiana con otras personas. El Ministerio de Educación Nacional entiende la educación como una aproximación pedagógica que promueve la construcción de conocimiento con sentido. Es decir, de un conocimiento que adquiere significado a partir de una razón de ser, una utilidad en la vida práctica y una finalidad evidente para quienes se educan.

¿Cuál es el encuentro entre educación y salud para la promoción de estilos de vida saludables?

La Organización Panamericana de la Salud (OPS), afirma que la promoción de la salud se refiere tanto a la prevención y control de la enfermedad cuanto a un proceso que permite que las personas y las comunidades puedan mantener y mejorar su calidad de vida en el sentido más amplio, es decir en lo que se refiere al bienestar físico y mental, a las relaciones con las demás personas, a la creatividad y productividad, a las satisfacciones personales; y desde ahí, la promoción de la salud se convierte en un instrumento para alcanzar el más alto nivel de bienestar social e individual de las poblaciones

La educación es, sin duda, uno de los caminos para lograr los objetivos propuestos en salud. El fin último de la formación para el ejercicio de la ciudadanía es avanzar en la transformación de la sociedad y sus metas son tanto individuales como colectivas porque, como es claro, los individuos –actuando solos o en conjunto– son quienes construyen la sociedad, y es a partir de sus herramientas personales como ésta se transforma. Se trata de metas que promueven “desarrollo humano, el enfoque de derechos y el ejercicio ciudadano, como apuesta para lograr calidad de vida, bienestar y reducir las condiciones de vulnerabilidad” (OHCHR, 2007: 13) frente a fenómenos que atentan contra la vida, la integridad física, la salud, la alimentación equilibrada, el cuidado, la recreación y la libre expresión de niños, niñas y jóvenes tal

⁶ Se entienden por competencias ciudadanas aquellas habilidades, destrezas y actitudes que permiten a los miembros de la comunidad educativa (docentes, estudiantes, directivos docentes y representantes del entorno inmediato del establecimiento educativo) resolver conflictos de manera pacífica, superar la exclusión social lograr relaciones armoniosas en las instituciones educativas y en general en todos los espacios en donde participan.

y como lo dice el artículo 44 de la Constitución Nacional de Colombia.

Por otra parte existen coincidencias en el concepto de habilidades para la vida manejada por el sector salud y el de desarrollo de competencias manejado por el sector educativo, sin embargo las distinciones entre estos debe ser una discusión que se debe dar entre ambos sectores.

En estas orientaciones las habilidades para la vida tal como las clasifica la Organización Panamericana para la Salud, se conciben como un componente de lo que el sector educativo ha definido por competencias básicas y ciudadanas. Ambos conceptos en el marco de la promoción de estilos de vida saludables se orientan en la búsqueda de un bienestar integral a través de la toma de decisiones responsables, informadas y autónomas frente a los dilemas y retos que propone la vida diaria.

¿Cuáles son los principios que orientan la implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables?

Uno de los retos principales del Ministerio de Educación Nacional y de los Programas Transversales es brindar la posibilidad a las comunidades educativas para que desarrollen estrategias que den respuesta pedagógica a situaciones propias de la vida de las y los estudiantes en el escenario escolar. Así, la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables contempla unos principios que se constituyen en el soporte primordial para que toda acción tenga el impacto deseado y garantice su perma-

nencia en el tiempo. Estos principios orientadores son:

El diálogo apreciativo: Representa el RECONOCIMIENTO del saber previo que todo ser humano tiene producto de su historia de vida y que expresa los modos de pensar de los individuos. Significa que, desde los escenarios en donde participa la estrategia, todas las opiniones deben ser escuchadas y comprendidas en la mayor medida posible. Esto quiere decir que los argumentos siempre serán valorados y puestos en juego para la toma de decisiones.

La salud se refiere tanto a la prevención y control de la enfermedad cuanto a un proceso que permite que las personas y las comunidades puedan mantener y mejorar su calidad de vida



La pluralidad: Todo diálogo será constructivo en la medida en que exista diversidad y que esta diversidad sea tolerada y las diferencias sean reconocidas en la búsqueda de consensos. En los escenarios en donde esté presente la estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables, se promoverá la participación de actores que representen diversas instancias.

La libre escogencia: Está relacionada con la posibilidad que tienen tanto

7 Decreto 1860, artículo 36.

las instituciones como las personas de evaluar la pertinencia de implementar la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables. Toda decisión informada y autónoma tendrá mayor nivel de apropiación.

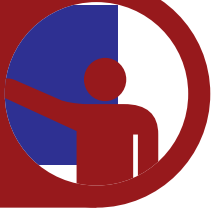
La corresponsabilidad: El desarrollo de toda actividad implica el esfuerzo de varias personas desde el rol que se asumen en un grupo orientados a un objetivo común. Así todos los miembros de una comunidad son imprescindibles para el alcance de lo que se ha consensuado, y se deben poner en evidencia permanentemente y se debe desarrollar la capacidad para ajustar dichas responsabilidades a las condiciones particulares de cada contexto. Las acciones de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables promulgará la

participación de los diferentes actores de la comunidad, con responsabilidades coherentes a su rol.

La proyección de consecuencias: Todo escenario de planeación en el que participa la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables debe proyectar los posibles impactos que tiene cada una de las decisiones que se toman. La proyección de consecuencias se relaciona con ver el mundo en prospectiva, de evidenciar futuros posibles, en pensar en repercusiones a mediano y largo plazo a partir de experiencias ya vividas.

Con fundamento en estos principios orientadores se puede dar inicio a un proceso construcción de proyectos pedagógicos que tengan incluidos estilos de vida de tipo saludable.





Componente pedagógico y didáctico

Se dará a conocer la manera como se entienden los Proyectos Pedagógicos Transversales y se ofrecerán orientaciones e instrumentos didácticos coherentes con el desarrollo por competencias, que contribuyan al enriquecimiento de las prácticas pedagógicas para que la entidad territorial y la comunidad educativa guíen, diseñen y desarrollen la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables.

➔ ¿Qué es un proyecto pedagógico?

Es primordial recordar que “El Proyecto Pedagógico es una actividad dentro del plan de estudios que de manera planificada ejercita al educando en la solución de problemas cotidianos, seleccionados por tener relación directa con el entorno social, cultural, científico y tecnológico del alumno. Cumple la función de correlacionar, integrar y hacer activos los conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes y valores logrados en el desarrollo de diversas áreas, así como de la experiencia acumulada”. Como se ve, los Proyectos Pedagógicos son la manera como la comunidad educativa aborda aquellos temas, situaciones y circunstancias de la vida cotidiana, conectándolas con las áreas curriculares obligatorias.

En efecto la propuesta pedagógica del presente módulo se fundamenta en Proyectos Pedagógicos Transversales basados en problemas, dilemas o retos,

identificados en el contexto cotidiano. Estos proyectos están orientados en todo caso hacia el desarrollo de Competencias Básicas con énfasis en las Competencias Ciudadanas, que permitan la promoción y adopción de estilos de vidas saludables.

El documento de Estándares Básicos de Competencias (MEN, 2006) señala que lo que verdaderamente hace posible desarrollar habilidades, destrezas, capacidades y actitudes, es la generación de situaciones de aprendizaje significativo, estructuradas por los siguientes componentes:

- La formulación de problemas, retos o metas
- La búsqueda de respuestas a ellos, la construcción de planes para sortear el desafío o alcanzar la meta
- La valoración de los aprendizajes adquiridos previamente
- El estudio de referentes teóricos
- El debate apreciativo y argumentado
- La evaluación permanente

En coherencia con lo anterior, la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables propone una ruta didáctica flexible, fundamentada en el Aprendizaje Basado en Problemas (Usón, 2012) a la que se ha denominado P-E-N-S-A-R-. Esta propuesta se orienta hacia la toma de decisiones asertivas, infor-

madras, autónomas y responsables sobre la promoción y apropiación de estilos de vida saludables.

Cabe señalar que en ningún caso se trata de una ruta didáctica única o impuesta, ni mucho menos de una intervención externa, sino de un conjunto de orientaciones para facilitar en el establecimiento educativo, la construcción o fortalecimiento de proyectos pedagógicos transversales, en el marco del desarrollo de competencias.

→ ¿En qué consiste la ruta didáctica P- E- N-S-A-R ?

Cada letra de esta ruta representa una fase del proceso, es una sigla que al pronunciarla da a entender una de las acciones necesarias para el aprendizaje. Los momentos de esta son:

■ PROBLEMATIZACIÓN

Se trata de que las instancias territoriales (Secretarías de Educación, de Salud, entre otras) y la comunidad educativa, **especialmente las y los estudiantes**, a través de un proceso de lectura de contexto, identifiquen problemas, dilemas y retos pertinentes a su realidad, particularmente en lo referido a los estilos de vida que inciden en su estado de salud.

Ello significa, problematizar los estilos de vida cotidianos de la comunidad educativa, incluso, aquellos que con frecuencia damos por “normales”. Se trata de cuestionar la propia cotidianidad a través del planteamiento de escenarios problemáticos con dilemas y de retos, donde se generen cierta tensión afectiva y cognitiva que estimule propositivamente los procesos de pensamiento y de resolución, centrados en la opor-

tunidad de re-construir y promocionar de manera asertiva, autónoma, responsable e informada estilos de vida más saludables. Esto es, estilos que puedan impactar al individuo y a su entorno.

Entre las variadas temáticas, donde cabe la problematización de estilos de vida saludables, se encuentran, entre otros asuntos, la alimentación mucho más equilibrada, el desarrollo de una actividad física propicia, la prevención del consumo de sustancias psicoactivas lícitas e ilícitas, el manejo crítico y propositivo de las emociones y en general el desarrollo de unas actitudes de convivencia y seguridad en el ejercicio de la ciudadanía.

En la selección y definición de la situación problemática o retos para afrontar en el Proyecto Pedagógico, es muy importante tener en cuenta la jerarquización o priorización que hacen las comunidades educativas.

■ EXPLICITACIÓN DE SABERES PREVIOS

Se trata de expresar claramente en un ambiente de libertad y profundo respeto hacia el otro y la otra, lo que cada miembro de la comunidad educativa comprende sobre el problema identificado y sus propios proyectos y/o estrategias de resolución.

Cada actor de la comunidad educativa, tiene su propia comprensión parcial de la problemática y sus posibles proyectos de solución, que puede o no coincidir con la de los demás. En cualquier caso, dicha comprensión es de carácter individual y es fruto de su experiencia personal.

Esta fase es esencial para lograr aprendizajes significativos, esto es, que puedan

enriquecerse y, por ende, ser transferibles y útiles en su vida cotidiana.

■ **NEGOCIACIÓN COLABORATIVA**

Se busca generar un proceso de intercambio respetuoso de propuestas, reconociendo los aprendizajes previos de quienes participan, consultando y valorando nueva información, con el fin de acordar planteamientos de solución o alcance, mucho más potentes y representativos para la comunidad.

■ **SOCIALIZACIÓN Y EJECUCIÓN COOPERATIVA DE LA PROPUESTA DE SOLUCIÓN**

Se trata de compartir con la totalidad de los miembros de la comunidad educativa el consenso y establecer un Proyecto Pedagógico que se debe implementar de manera cooperativa, aprovechando las fortalezas, las habilidades y el rol propio de cada uno de los miembros de la comunidad educativa.

■ **AUTORREGULACIÓN**

Se trata de implementar a lo largo de toda la ruta didáctica, estrategias de autoevaluación permanente y continua de las responsabilidades y aprendizajes. Ello implica reconocer y valorar, por ejemplo, “lo que antes se pensaba y se hacía” con lo que ahora “se piensa y se hace”. Preguntarse ¿En qué medida y en qué aspectos, es decir, en qué dimensiones han cambiado los estilos de vida actuales con respecto a los de antes? ¿Qué consecuencias tienen estos aprendizajes en el futuro? ¿Cómo desde el rol particular se aporta a la construcción de escenarios propicios para la adopción de estilos de vida saludables? Entre otras preguntas.

■ **RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS**

Los Proyectos Pedagógicos para la Promoción de Estilos de Vida Saludables no son productos acabados, sino en contin-

ua construcción, los aprendizajes adquiridos por la comunidad educativa deben ser útiles y transferibles para afrontar nuevos retos. Lo importante no está en la supuesta solución “definitiva”, sino en la búsqueda de cada vez mayores niveles de apropiación, que permitan a la comunidad educativa afrontar con mayor autonomía y pertinencia problemáticas, retos y dilemas siempre cambiantes.



→ **¿Cuáles son las herramientas pedagógicas que permiten desarrollar la ruta didáctica?**

Las herramientas pedagógicas validadas a través de la sistematización, son los hilos conductores de los proyectos pedagógicos orientados hacia la promoción de estilos de vida saludables y la matriz para el diseño de actividades pedagógicas.

→ **¿Qué son Hilos Conductores?**

Los hilos conductores son las comprensiones que se quieren alcanzar en el estudiante, se convierten en ejes ar-

ticuladores porque en torno a ellos se integran las competencias básicas y ciudadanas, no se trata de contenidos

adicionales para las áreas del currículo, pero su identificación, implica hacer redefiniciones al currículo.



Gráfica No. 5

Diagrama comprensivo para entender la función de los hilos conductores

INQUIETUDES Y NECESIDADES DE LOS ESTUDIANTES



Redefinición de currículos, imaginarios, mitos y actitudes

Los hilos conductores pueden ser identificados por la propia comunidad educativa, generalmente nacen de las priorizaciones, necesidades e intereses identificados en los diagnósticos y las lecturas de contextos, por lo tanto no pueden ser concebidos como temas o meros problemas, ya que no se hacen manifiestos de manera evidente o rara vez se enuncian. Pueden ser identificados durante las fases propuestas por la ruta didáctica P-E-N-S-A-R, especialmente en las tres primeras (Problematización, Explicitación de aprendizajes previos y Negociación).

La efectiva escogencia de un hilo conductor convoca –necesariamente– a que las diferentes áreas y todos los miembros de la comunidad educativa, orienten su quehacer para su logro. Así, y con base en la situación identificada como problema o reto, algunas preguntas que pueden guiar la construcción de los hilos conductores son:

- ¿Qué queremos que la comunidad educativa o las y los estudiantes conozcan, hagan y comprendan?

- ¿Qué de lo que se expresa en la fase de explicitación de saberes previos está manteniendo a la comunidad educativa en la situación actual o le impide alcanzar lo que desea?

→ ¿Cuáles son los hilos conductores en educación para la Promoción de Estilos de vida saludables?

Para el caso de la implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables, se **sugieren a manera de ejemplo** algunos hilos que han servido para que los establecimientos educativos estructuren Proyectos Pedagógicos orientados para promocionar estilos de vida saludables, los cuales se

fundamentan en los estándares básicos de competencias ciudadanas.

Los hilos conductores que presentamos en la siguiente tabla son una sugerencia abierta y flexible, que debe ser adaptada para el contexto de cada establecimiento educativo. En cualquier caso, sea cual sea el hilo conductor o un grupo de ellos seleccionados, deben penetrar en toda la institución educativa a fin de orientar los aspectos que integran el proyecto pedagógico transversal.

Estos hilos conductores están estructurados por dos componentes:

- 1) La denominación del hilo
- 2) Lo que se espera alcanzar como meta de comprensión en cada uno de los miembros de la comunidad educativa y especialmente en los estudiantes.





Tabla No. 1

Hilos conductores en educación para la Promoción de Estilos de Vida Saludables

Hilo Conductor

	<p>Responsabilidad microsocia: Comprendo que el estilo de vida adoptado repercute sobre mi bienestar y el de los demás; me entiendo como agente de bienestar y seguridad en los contextos públicos en donde participo (vías públicas, parques, escuela, entre otros).</p>
	<p>Responsabilidad macrosocia: Comprendo que el consumo de sustancias psicoactivas y otros hábitos no saludables como el consumo de drogas, una alimentación inadecuada, irrespeto a las normas de tránsito, la no realización de actividad física u otras que la comunidad identifique y defina tienen consecuencias sociales como violencia, deterioro de la calidad de vida de la población e inseguridad y construyo relaciones que favorecen la vida en comunidad.</p>
	<p>Inclusión social: Reconozco que estilos de vida no saludables como el consumo de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas) puede llevar a la exclusión social y participo en acciones y acuerdos para evitarla.</p>
	<p>Derecho a la información: Reconozco que cuando cuento con la información, las habilidades y los medios apropiados, tengo la capacidad de tomar decisiones que afecten positivamente mi salud y calidad de vida, así como la de mi familia y mi comunidad.</p>
	<p>Derecho a la salud: Comprendo que la salud y el acceso a los servicios de salud propician un estado de bienestar mental, físico, y social, y no simplemente la ausencia de alguna enfermedad o dolencia y emprendo acciones dirigidas a lograrlo.</p>
	<p>Derecho a la seguridad personal: Comprendo que tengo derecho a tener ambientes escolares, sociales y familiares saludables, democráticos, libres de la presencia de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas), con la posibilidad de acceder a una alimentación saludable, realizar actividad física y transitar con seguridad en la vías públicas. Participo en la construcción de dichos ambientes.</p>
	<p>Responsabilidad Democrática: Participo en la construcción de ambientes escolares que permitan la posibilidad de acceder a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Espacios libres de la presencia de sustancias psicoactivas, una alimentación saludable • Espacios que permitan la realización de actividad física.
	<p>Derecho a la Educación: Entiendo que tengo derecho a una educación pertinente y de calidad, que me permita tomar decisiones autónomas, informadas, acertadas y responsables sobre la adopción de estilo de vida saludable.</p>
	<p>Derecho a la libertad de expresión: Comprendo que tengo derecho a la libertad de expresión y que ese derecho incluye la libertad de indagar, recibir y difundir informaciones e ideas de todo tipo, sin consideración de fronteras, ya sea oralmente, por escrito o impresas, en forma artística o por cualquier otro medio que yo elija.</p> <p>Conocimientos sobre entornos saludables: Comprendo que la calidad del agua y del aire son esenciales para mi salud y las de los demás. Emprendo acciones y comportamientos que permiten su cuidado y una mejor relación con el entorno.</p>

<p>Conocimiento sobre servicios de salud: Conozco las instituciones prestadoras de salud que me pueden brindar apoyo y ayuda en caso de que yo, o alguien cercano a mí, requiramos de sus servicios.</p>	
<p>Conocimiento y respeto a las normas en vías públicas: Promuevo el respeto a la vida, frente a riesgos, como ignorar señales de tránsito para los actores de vía pública, (Conductores, peatones...), portar armas de fuego.</p>	
<p>Responsabilidad microsocia: Participo en actividades saludables que favorecen el rendimiento académico, la permanencia escolar y la convivencia pacífica.</p>	
<p>Responsabilidad macrosocia: Comprendo que las acciones de cuidado propio tienen repercusión sobre el bienestar y la calidad de vida de los demás.</p>	
<p>Identidad cultural: Identifico, analizo y cuestiono mitos, creencias y costumbres de mi familia, escuela, barrio, comunidad, Municipio, departamento y/o país que representan un modelo en la promoción de estilos de vida saludable.</p>	
<p>Desarrollo de juicio moral: Tomo decisiones cada vez más autónomas, basadas en el respeto a la dignidad humana, y en la preocupación por el bien común, que parten del análisis, la argumentación y el diálogo que propenden sobre dilemas que plantea la cotidianidad frente a los estilos de vida.</p>	
<p>Valoración de la diversidad: Comprendo que todas las personas tienen derecho a participar en las decisiones relacionadas con la construcción de ambientes saludables. Aprecio e incluyo los aportes de todos los miembros de la comunidad en la toma de decisiones. No discrimino, ni excluyo, ni rechazo a ninguna persona porque piense o actúe diferente.</p>	
<p>Libre desarrollo de la personalidad: Comprendo que todas las personas tenemos derecho al libre desarrollo de la personalidad y actúo dentro de la limitación que impone el derecho de los demás y el orden jurídico. Cuando dicha limitación atenta contra mi dignidad o la de otras personas, uso los mecanismos democráticos, participativos y jurídicos para su transformación.</p>	
<p>Proyecto de vida: Oriento mi vida para mantener y fortalecer mi salud y la de las demás personas, y tomo decisiones que me permiten el libre desarrollo de mi personalidad, a partir de mis proyectos y aquellos que construyo con otros.</p>	
<p>Responsabilidad individual: Reconozco que el consumo de sustancias psicoactivas (tabaco, alcohol y drogas), una alimentación poco saludable y el sedentarismo (entre otros que identifique la comunidad) tienen repercusión sobre mi salud física y/o mental, ocasionándome enfermedades, incapacidad y/o muerte (en términos de infecciones transmisibles por vía sanguínea como VIH y Hepatitis B/C, sobredosis, daños físicos ocasionados por el intercambio de jeringas contaminadas y por comportamientos sexuales de riesgo, entre otras).</p>	
<p>Presión de grupo: Reconozco que soy libre de tomar mis propias decisiones, aun sintiendo presión por parte de mis amigos o amigas y que, en caso de sentirme presionado o presionada, debo reevaluar la situación y pensar por mí misma o mi mismo cuál es la decisión más adecuada.</p>	
<p>Autonomía emocional: Tengo en cuenta los factores relevantes en el momento de decidir cuál es la mejor opción a seguir cuando me enfrento a un dilema relacionado con mi bienestar y mi salud física y mental.</p>	
<p>Autonomía intelectual: Expongo mis puntos de vista sobre adoptar estilos de vida saludables y los contrasto con los de otras personas. Explico cómo he llegado a mis conclusiones y a tomar decisiones al respecto.</p>	

	Construcción de ambientes de respeto: Participo en la construcción de ambientes pluralistas, en los que todos los miembros de la comunidad pueden elegir libremente estilos de vida sin discriminación, riesgos, amenazas o coerciones.
	Vida saludable: Comprendo la importancia de tener un cuerpo sano, utilizo estrategias para mantenerme sano y sana, física y mentalmente.
	Toma de decisiones: Tomo decisiones autónomas frente a mi vida y mi salud, frente al consumo de sustancias psicoactivas y/o una alimentación poco saludable y asumo un estilo de vida saludable.
	Reconocimiento de la dignidad; Comprendo que todas las personas son un fin en sí mismas y por tanto, valiosas por ser seres humanos y, emprendo acciones para que esto sea realidad en mí, mi familia y en la sociedad.
	Valoración de sí mismo/ sí misma: Me reconozco como un ser valioso y único, que merece ser respetada/respetado y valorada/valorado. Recorro a las instituciones y personas adecuadas que pueden ayudarme a defender mis derechos cuando estos son vulnerados.
	Valoración de la diversidad: Comprendo que todas las personas tienen derecho a participar en las decisiones que pueden afectarlas. Aprecio e incluyo los aportes de todos los miembros de la comunidad en la toma de decisiones.
	El cuerpo como fuente de bienestar: Entiendo y acepto mi cuerpo como fuente de bienestar, lo cuido y opto por estilos de vida saludables.
	Práctica de la recreación, actividad física y/o deporte formativo: Tomo decisiones sobre hábitos saludables practicando actividad física, deporte formativo y/o participo de actividades recreativas.
	Nutrición saludable: Tomo decisiones sobre alimentación saludable en mi entorno escolar, familiar y social.
	Identificación, expresión y manejo de las emociones: Identifico mis emociones y las expreso de forma asertiva. Siento empatía con las emociones de las demás personas y esto me permite, por ejemplo, alegrarme con los triunfos ajenos, sentirme mal cuando se hace daño a otro, ofrecer disculpas y emprender acciones reparadoras cuando las situaciones lo requieren.
	Cuidado del cuerpo: Cuido, respeto y exijo respeto por mi cuerpo y por los cambios corporales que estoy viviendo y que viven las demás personas.
	Estilos de vida saludables: Comprendo que la nutrición saludable, práctica del deporte formativo, la participación de actividades recreativas me ayudan a tomar decisiones sobre la adopción de un estilo de vida saludable.
	Conocimientos sobre sustancias tóxicas y psicoactivas: Reconozco diferentes tipos de sustancias tóxicas y psicoactivas, y comprendo que cuando se consumen, afectan negativamente mi cuerpo y mi mente de diferentes maneras.
	Alimentación Saludable: Comprendo que consumir cinco frutas y/o verduras al día es un hábito que ayuda para mi salud.
	Conozco las normas de seguridad vial: Conozco las normas en seguridad vial.
	Conozco mis derechos: Comprendo cuál es el sentido de los derechos humanos en las interacciones que mantengo cotidianamente.

Coherencia horizontal

En los hilos conductores todos los elementos se relacionan entre sí, por lo que es deber de comunidad educativa seleccionar las conexiones que existen entre unos y otros, y que son más relevantes para ella.

Coherencia vertical

Teniendo en cuenta que los hilos definen las comprensiones que debe tener toda persona al finalizar su paso por la escuela, es importante que la comunidad educativa en general y las y los docentes reflexionen, sobre las necesidades de formación e información de las y los estudiantes para cada hilo en cada uno de los grados y edades. Sólo esto generará la coherencia vertical en la formación, que podremos ver al finalizar el ciclo escolar.

Para lograr lo anterior se requiere desarrollar competencias específicas en cada uno de los momentos del ciclo vital de los y las estudiantes, que pueden ser definidas por un equipo de trabajo institucional, considerando conocimientos, actitudes y habilidades emocionales, comunicativas y cognitivas que permitan la toma de decisiones que lleven a tener estilos de vida saludables y aporten al bienestar integral de las personas. En ese sentido, es importante tener en cuenta, por ejemplo, las diferencias existentes, en términos de desarrollo cognitivo, físico y emocional, entre la niñez, la pubertad, la adolescencia y la adultez temprana.

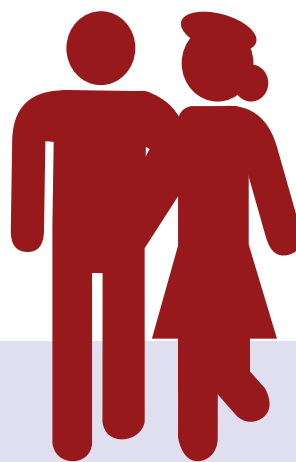
→ ¿Existe autonomía para la selección y adaptación de hilos conductores?

Es importante anotar que cada institución educativa tiene autonomía para escoger los hilos conductores a desarrollar, sin embargo

es favorable que cada comunidad educativa construya los hilos adecuados a su contexto con base en la situación reto que identifique en su cotidianidad.

Se sugieren los siguientes pasos para la utilización de los hilos conductores:

1. Identificar una situación reto o problema que se evidencie en la cotidianidad del establecimiento educativo, a través de una lectura de contexto y/o diagnóstico.
2. Construir o escoger dentro de los sugeridos en este módulo, un hilo conductor o hilos conductores que apunten al alcance del reto o solución del problema.
3. Definir cómo desde lo definido en los estándares básicos de competencias se aporta para el alcance de lo definido por hilo.
4. Organizar esta información en la matriz pedagógica.



→ Ejemplo de utilización de Hilos Conductores

A continuación se presenta, a manera de ejemplo, una matriz de planeación utilizada.

➔ MATRIZ PARA LA PLANEACIÓN DE PROYECTOS PEDAGÓGICOS:

Estrategias didácticas en estilos de vida saludables

Hilos Conductores	Lo que queremos lograr: Que el estudiante...	Competencias científicas, lenguaje, matemáticas y ciudadanas que desarrolla: El estudiante...	¿Otros proyectos relacionados?
Responsabilidad macro social	Comprenda que el consumo de SPA tiene consecuencias sociales como violencia, deterioro de la calidad de vida de la población e inseguridad, entre otras, y construye relaciones que favorecen la vida en comunidad.	<p>Caracteriza los medios de comunicación y selecciona la información que emiten, para utilizarla en la creación de nuevos textos:</p> <p>Reconoce las características de los diferentes medios de comunicación.</p> <p>Selecciona y clasifica la información emitida por los diferentes medios de comunicación.</p>	
Autonomía moral	Tenga en cuenta los factores relevantes en el momento de decidir cuál es la mejor opción a seguir cuando se enfrente a un dilema.	Elabora planes textuales con la información seleccionada de los medios de comunicación.	
Autonomía intelectual	Exponga sus puntos de vista sobre el consumo de SPA y los contraste con los de otras personas. Explique cómo ha llegado a sus respuestas y a sus propias posiciones al respecto.	<p>Produce textos orales y escritos con base en planes en los que utiliza la información recogida de los medios.</p> <p>Identifica los puntos de vista de la gente poniéndose en su lugar.</p> <p>Expone sus posiciones y escucha las posiciones ajenas.</p>	
Conocimientos sobre SPA	Reconozca que aunque el cigarrillo y el alcohol son legales, siguen siendo SPA que tienen efectos físicos negativos en su salud.	<p>Conoce los derechos fundamentales de los niños y las niñas. (Al cuidado, amor, salud, educación, recreación, alimentación y libre expresión...). Identifica las instituciones y autoridades a las que puede acudir para pedir la protección y defensa de los derechos de los niños y las niñas y busca apoyo, cuando es necesario.</p> <p>Reconoce el valor de las normas y los acuerdos para la convivencia en la familia, en el medio escolar y en otras situaciones.</p>	

Aspecto de la vida cotidiana de nuestro contexto que activa estas estrategias: En nuestra comunidad hay muchos argumentos para hacer ver bien el abuso de licor y otras sustancias (Validación cultural del consumo de SPA)

5° Grado de Educación Básica.

¿Cómo lo vamos a hacer?	¿Con quiénes?	¿Cuándo y dónde?	¿Con qué recursos contamos?	¿Cómo sabemos que se ha logrado?
<p>Los estudiantes buscarán en prensa, revistas, televisión y radio (programas o publicidad) frases, expresiones o imágenes relacionadas al consumo de alcohol y tabaco. También preguntarán a amigos y familia frases o dichos relacionados con el alcohol, el tabaco y su consumo. Ejemplos: "Toma y refájate". "Los niños y los borrachos siempre dicen la verdad". "El aguardiente es un embellecedor".</p> <p>Revisar, por medio de un ejercicio de investigación utilizando enciclopedias, libros especializados e Internet, la veracidad de las frases, imágenes, expresiones y dichos encontrados en las clases de Ciencias Sociales y Lenguajes. Para lograr esto, los estudiantes se concentrarán en una frase (o imagen) y plantearán una pregunta sobre la veracidad de ésta y la responderán utilizando diferentes fuentes bibliográficas. Para responder la pregunta, los estudiantes deberán tomar notas, desarrollar la estructura de su texto y finalmente entregar un texto en el que se citen las fuentes utilizadas.</p> <p>Por medio de una encuesta diseñada con sociales y lenguaje obtiene información sobre los hábitos de consumo de alcohol y tabaco (frecuencia, cantidades, edades, etc.) en su entorno familiar y en su cuadra. Organizan esta información y representan los datos por medio de cuadros y gráficas.</p> <p>Después de haber realizado la actividad de Ciencias Naturales en la que los estudiantes se dan cuenta que las propagandas y dichos que encontraron no son ciertos, se inventarán nuevos dichos o</p>	<p>Grados 5°</p> <p>Docentes de Lenguaje, Sociales, Ciencias Naturales</p> <p>Matemáticas.</p> <p>Alcaldía</p> <p>Policía Centro de Salud</p>	<p>Segundo Bimestre</p> <p>La Institución Educativa</p> <p>El parque.</p>		<p>Los estudiantes producen propagandas y decoraciones con los conceptos científicos sobre el consumo y efectos del alcohol y el tabaco y lo relacionan con los datos "estadísticos" obtenidos.</p> <p>Diseñan, organizan y hacen la Rumba Zana con publicidad e información adecuada y con la participación de las directivas, las familias, la alcaldesa, la policía y el centro de salud.</p>

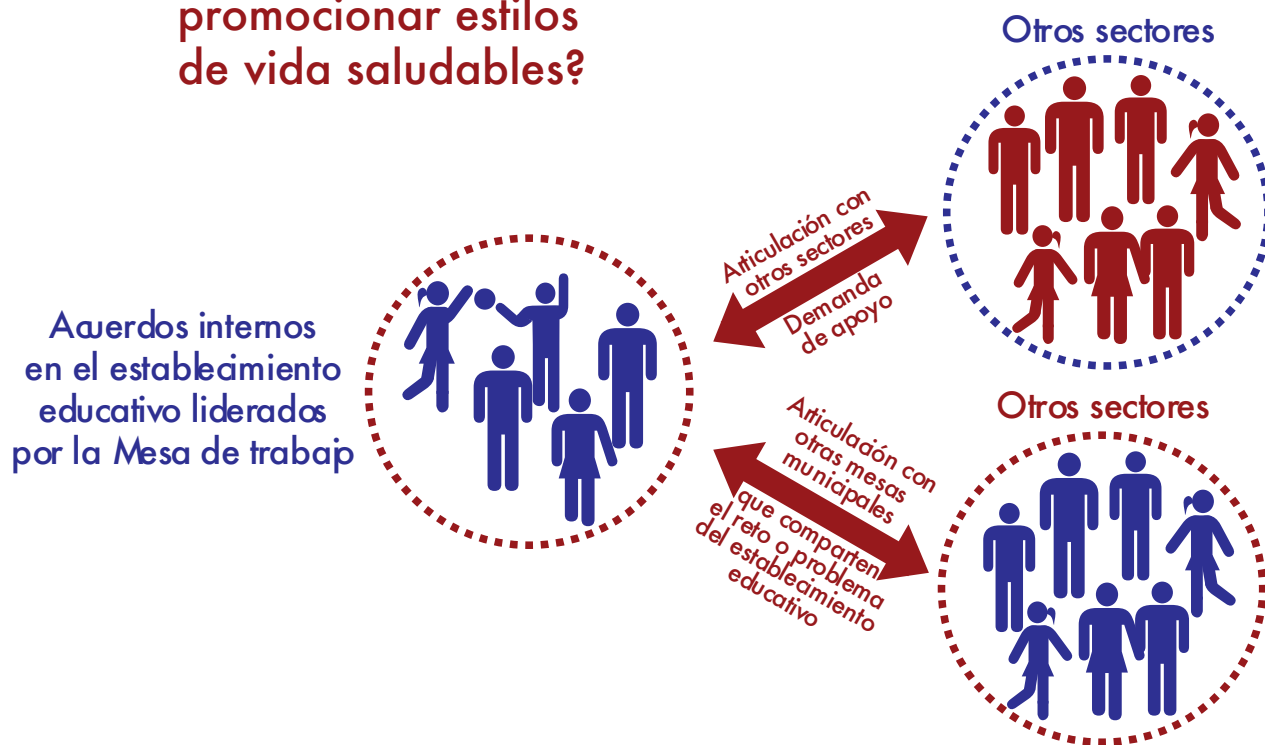
Hilos Conductores	Lo que queremos lograr: Que el estudiante...	Competencias científicas, lenguaje, matemáticas y ciudadanas que desarrolla: El estudiante...	¿Otros proyectos relacionados?
		<p>“¡Me cuido a mí mismo!” Comprende que cuidarse y tener hábitos saludables favorece su bienestar y sus relaciones. Reconoce los efectos nocivos del exceso en el consumo de cafeína, tabaco, drogas y licores. Busca información en diversas fuentes (libros, internet, experiencias y experimentos propios y de otros) y da el crédito correspondiente. Expresa, en forma asertiva, sus puntos de vista e intereses en las discusiones grupales. Identifica y maneja sus emociones, como el temor a participar o la rabia, durante las discusiones grupales.</p> <p>Propone distintas opciones cuando tomamos decisiones en el salón y en la vida escolar. Cooperera y trabaja constructivamente en equipo. Participa con sus profesores, compañeros y compañeras en proyectos colectivos orientados al bien común y a la solidaridad. Representa datos usando tablas y gráficas (pictogramas, gráficas de barras, diagramas de líneas, diagramas circulares).</p> <p>Interpreta información presentada en tablas.</p>	

En el documento de Word, esta tabla no tiene marco ni líneas, pues no se hasta el final de la página.

¿Cómo lo vamos a hacer?	¿Con quiénes?	¿Cuándo y dónde?	¿Con qué recursos contamos?	¿Cómo sabemos que se ha logrado?
<p>propagandas que utilicen información correcta sobre el consumo de alcohol y los datos de matemáticas. Estos se utilizarán en la publicidad y decoración que se le hará a la actividad de Rumba Sana.</p> <p>Los estudiantes se reunirán en asambleas y grupos pequeños para diseñar una "Rumba Sana". Deberán llegar a acuerdos sobre lo que quieren hacer, cómo lo quieren hacer, con quienes lo quieren hacer, y asignarse responsabilidades tanto para la organización y realización como para la publicidad del evento y la decoración del lugar. También se encargarán de trabajar conjuntamente con otras instituciones del municipio como los son la alcaldía, la policía, le centro de salud y las familias.</p>				

tiene una coherencia horizontal, por esto dónde va cada ítem.

→ ¿Cómo organizar las acciones desde cada área en el objetivo de promocionar estilos de vida saludables?



La matriz pedagógica es la herramienta dinámica de planeación que permite a las instituciones educativas usar como referentes los estándares de competencias básicas y ciudadanas, junto con los hilos conductores, para planear y desarrollar estrategias didácticas y reflexionar sobre la práctica pedagógica. Tiene en cuenta los factores pedagógicos, culturales, étnicos, sociales, ambientales y éticos, junto con las proyecciones del estado actual sobre problemas, necesidades, experiencias e intereses de los y las estudiantes, dando prioridad a las características locales. La matriz ayuda a que la educación para la promoción de estilos de vida saludables parta sit-

uaciones cotidianas que se convierten en oportunidades pedagógicas y que sea un proceso participativo, es decir, involucre a toda la comunidad educativa: docentes, directivos, estudiantes, padres y madres de familia. Además, facilita la articulación de cada una de las áreas y grados. De cierta manera, la matriz pedagógica materializa las acciones de la mesa de trabajo en el aula.

La matriz es un mecanismo que permite hacer evidente la manera en que se relacionan las diferentes áreas con las asignaturas y con los proyectos pedagógicos. Ésta ayuda a establecer la identificación de los contenidos, temas y problemas

de cada asignatura y su relación con el proyecto pedagógico, así como las diferentes actividades formativas.

Está estructurada por los siguientes componentes:

- Los objetivos que busca lograr y las competencias que desarrolla.
- La distribución del tiempo y las secuencias del proceso educativo, señalando el período lectivo y el grado en que se ejecutarán las diferentes actividades.
- La metodología aplicable a cada una de las asignaturas y actividades del proyecto pedagógico, señalando el uso del material didáctico, de textos escolares, ayudas, la informática educativa o cualquier otro medio o técnica que oriente o soporte la acción pedagógica.
- Los logros para cada grado, o conjunto de grados, según los indicadores definidos en el proyecto pedagógico y acordes con el Proyecto Educativo Institucional.
- Los criterios de evaluación.

➔ FORMATO DE MATRIZ PARA LA PLANEACIÓN DE PROYECTOS PEDAGÓGICOS:

Estrategias didácticas en estilos de vida saludables

Aspecto de la vida cotidiana de nuestro contexto que activa estas estrategias:

Grado: _____

Hilos Conductores	Lo que queremos lograr: Que el estudiante...	Competencias científicas, lenguaje, matemáticas y ciudadanas que desarrolla: El estudiante...	¿Otros proyectos relacionados?

¿Cómo lo vamos a hacer?	¿Con quiénes?	¿Cuándo y dónde?	¿Con qué recursos contamos?	¿Cómo sabemos que se ha logrado?





Componente operativo

Gráfica Proyectos Pedagógicos Contextualizados

La evidencia científica y la experiencia en la implementación de proyectos pedagógicos, de acuerdo como lo dispone la Ley 115 de 1994 y el Decreto 1860, han demostrado que los programas de salud escolar conllevan procesos de largo alcance, que requieren una continuidad en el tiempo y debe articularse de manera directa con el horizonte institucional de los establecimientos educativos. Tal como lo señala la Comisión Europea y Unión Internacional de Promoción de la Salud y Educación para la Salud –UI-PES–, los programas caracterizados por

actividades puntuales o aisladas, desarrolladas única o principalmente en respuesta a situaciones de crisis o coyunturales, lideradas por personal o instituciones ajenas a la propia escuela, y desarticuladas de la misión y prioridades de la institución educativa, tienen poco impacto y sostenibilidad en el tiempo.

Los aprendizajes en la implementación de proyectos pedagógicos exitosos en la promoción de estilos de vida saludables, nos enseñan que sólo cuando diferentes miembros de la comunidad

educativa participan activamente en su construcción, basándose en el contexto institucional, cultural y social del establecimiento educativo y contribuyen a formar a los y las estudiantes para enfrentar las circunstancias cotidianas de su vida, se podrá lograr un impacto en los estilos de vida de la comunidad y en la calidad de la educación que se brinda.

Para lograr este cometido es necesario que en la escuela se evidencien transformaciones en tres procesos que le permitan revisarse, fortalecerse y proyectarse como un espacio que aporte al desarrollo de la autonomía y promoción de estilos de vida saludables. Estos son:

1. Articulación de la Estrategia al Proyecto Educativo Institucional y al Plan de Mejoramiento Institucional.
2. Construcción de ambientes aprendizaje que permitan la adopción de estilos de vida saludables.
3. Fortalecimiento de la capacidad técnica de los actores políticos, institucionales y comunitarios.



➔ 1. ¿Cómo articular la Estrategia al Proyecto Educativo Institucional - PEI - y al Plan de Mejoramiento Institucional - PMI - ?

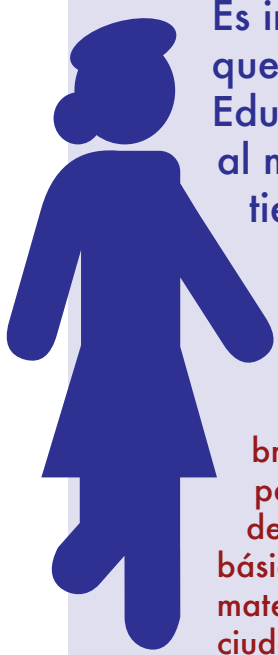
La Estrategia intersectorial para la Promoción de Estilos de Vida Saludables, tienen en cuenta los dos principales mecanismos de planeación, ejecución y evaluación de los establecimientos educativos para garantizar la institucionalización y legitimidad de la misma en la comunidad y en todos los procesos institucionales. Estos son el Proyecto Educativo Institucional y el Plan de Mejoramiento Institucional

El Proyecto Educativo Institucional — PEI— como instrumento vivo que recoge el horizonte de una comunidad educativa, debe ser revisado y ajustado a las necesidades y características puntuales del establecimiento educativo.

Cuestionamientos como ¿De qué forma el plan de estudios aporta a la prevención, a la promoción de la salud y responde al bienestar integral de las personas? o ¿De qué manera el manual o pacto de convivencia aborda estos temas?, son un buen inicio para que, de manera colectiva, se reflexione sobre la relación del PEI con la Estrategia o más específicamente con los proyectos pedagógicos para la promoción de estilos de vida saludables.

Por su parte, el Plan de Mejoramiento Institucional – PMI – como mecanismo articulador de los avances, retos y acciones a desarrollar como institución para continuar avanzando en la calidad

de la educación, es otro instrumento en el que se debe incorporar la Estrategia y su proyecto pedagógico de tal forma que en aquel se configure un plan de acción con actividades específicas, tareas, responsables, cronograma, recursos y formas de verificación (Ver indicadores de proceso):



Es importante recordar que un Establecimiento Educativo que le apuesta al mejoramiento continuo tiene cuatro características generales:

sabe hacia dónde va; tiene un ambiente favorable para la convivencia; gestiona adecuadamente el tiempo y brinda oportunidades abundantes para aprender, es decir para el desarrollo de las competencias básicas: las comunicativas, matemáticas, científicas y ciudadanas (MEN, 2011).

→ 2. ¿Cómo construir Ambientes Democráticos de Aprendizaje Favorables para la Adopción de Estilos de Vida Saludables?

Un establecimiento educativo no se convierte en saludable por designación oficial de las autoridades departamentales o municipales de salud o educación, sino por la decisión voluntaria de la comunidad educativa de promover

mejores condiciones de vida para todos sus miembros y por todos los medios a su alcance (MEN, 2011).

Esa decisión se traduce en acciones concretas para crear un ambiente psicosocial donde todos y todas puedan participar, sin miedo a preguntar o a ser objeto de burla o recriminación. Un ambiente caracterizado por la calidad y calidez de las relaciones e interacciones personales entre todos los miembros de la comunidad educativa, por la forma en que se comunican y resuelven los conflictos y a la cultura escolar. Por lo tanto la escuela debe hacer un trabajo intencionado para promover el desarrollo de aquellas competencias sociales básicas necesarias para la convivencia, la participación y la inclusión, en las que todas las relaciones humanas individuales y colectivas se desarrollan al poner en práctica habilidades que permiten resolver los conflictos de intereses de manera pacífica, en lugar de hacerlo imponiendo los propios puntos de vista u optando por caminos violentos. Por ejemplo, se debe hacer un esfuerzo consciente por entender los argumentos de las partes y, de ser posible, encontrar soluciones creativas que los abarque (MEN, 2006).

Para alcanzar este objetivo el Ministerio de Salud y de Protección Social y el Ministerio de Educación Nacional han venido trabajando en una estrategia intersectorial dirigida a la promoción de estilos de vida saludables con pensamiento crítico, capaces de analizar y aportar en procesos colectivos y considerando la situación de los otros y las otras.

El desarrollo de competencias ciudadanas y la promoción de estilos de vida

saludables son mandatos sociales y constitucionales que convocan a toda la comunidad educativa, a los y las docentes de todas las áreas. Es decir, un ambiente psicosocial participativo también se caracteriza por ser un espacio de reflexión sistemática donde maestros y maestras puedan construir, evaluar y ajustar conjuntamente las estrategias pedagógicas; un espacio para descubrir cómo el o la docente de matemáticas, por ejemplo, puede aportar a que los y las estudiantes reconozcan que son libres de tomar sus propias decisiones, aún sintiendo presión por parte de sus compañeras o compañeros, y que, en caso de sentirse presionado o presionada, debe reevaluar la situación y pensar por sí mismo o por sí misma cuál es la decisión más adecuada.

➔ 3. ¿Cómo Fortalecer la capacidad técnica de los actores políticos, institucionales y comunitarios.

Para impactar el Proyecto Educativo Institucional (PEI), el Plan de Mejoramiento Institucional (PMI) y los Planes de Estudio, es necesario contar con docentes que piensen, discutan, construyan y apliquen aspectos conceptuales relacionados con la promoción de estilos de vida saludables, con la formación en competencias. Además es importante, como se mencionó anteriormente, crear espacios de trabajo colectivo en los que,

con la guía de los hilos conductores, los y las docentes planeen y analicen las estrategias pedagógicas desarrolladas, y reflexionen sobre las dinámicas culturales, sociales e institucionales que contribuyen a la promoción de estilos de vida saludables y a la vez identifiquen aquellos factores que los obstaculizan, para trabajar sobre ellos.

Para que los y las docentes planeen y analicen las estrategias pedagógicas desarrolladas en el marco de competencias, y reflexionen sobre las dinámicas culturales, sociales e institucionales, se sugiere crear una Mesa de Trabajo de docentes de diversas áreas, padres y madres de familia, y estudiantes de diferentes niveles, partiendo del reconocimiento que “la promoción de entornos favorables y protectores demanda transformaciones sociales y culturales, posibles con el concurso de todos los actores y mediadores que tienen algo que aportar tanto a la comprensión de la realidad como a su transformación, por lo que se adopta un enfoque participativo y de co-gestión, así como un enfoque integrador” (Ministerios de Protección Social [MPS], 2007: 27). El número de sus integrantes estará relacionado con lo que cada comunidad establezca de acuerdo a sus capacidades y a sus necesidades.

Por lo tanto, las mesas de trabajo de proyectos pedagógicos⁹ cuentan con unos tiempos definidos para reunirse con cierta periodicidad, con el apoyo de los directivas docentes y evalúan permanentemente sus acciones. En ellas participan docentes de diversos grados y áreas que garantizan la transversalidad

⁹ A propósito véase experiencias del Programa de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía. Ministerio de Educación Nacional.

de los procesos, a partir de la herramienta propuesta en este módulo denominada **Matriz pedagógica para la construcción de estrategias didácticas**.

Estos equipos pueden invitar, cuando lo consideren pertinente, a una/un representante del sector de la salud u otros sectores e instituciones para abordar de manera específica un contenido o aspecto relacionado con la necesidad o el reto identificado por el establecimiento educativo para la promoción de estilos de vida saludables que contribuyan al bienestar integral de las personas.

En todas las regiones de la experiencia piloto algunos/algunas participantes llegaron al taller de formación resaltando la compleja situación que viven las y los estudiantes en cuanto a satisfacción de necesidades básicas y acceso a los servicios de salud. Sin embargo, en todos los casos y gracias a la metodología del diálogo, reconocimiento y participación del taller, se logró que las y los

participantes asumieran una posición pro-activa, se sintieran partícipes de las soluciones a través de formulación de proyectos pedagógicos y reconocieran el alcance de la competencia de la escuela y la importancia de su aporte para construir con otros sectores soluciones a problemáticas relacionadas con estilos de vida saludables.

La estructuración de la mesas de trabajo al interior de los establecimientos educativos se convierten, entonces, en espacios de reflexión en los que de manera permanente se articulan los procesos del proyecto. Así, las instituciones constituyen una comunidad pedagógica que construye su currículo y adelanta metodologías para aportar al fomento de competencias básicas y ciudadanas que pueda cristalizar en la promoción y adopción estilos de vida saludables desde la diversidad de espacios institucionales, desde todas las áreas curriculares, incluso desde las actividades extracurriculares.

Los aspectos en los cuales se recomienda que se centren las reflexiones que aporten a la construcción curricular¹⁰ son:

- La formulación de problemas, retos o dilemas significativos para la /el estudiante, relacionados con los estilos de vida saludables pertinentes al contexto y su posibilidad de mejora o fortalecimiento.
- Selección de hilos conductores coherentes con los problemas , retos o dilemas



10 Es fundamental tener presente que: “El currículo se elabora para orientar el que hacer académico y debe ser concebido de manera flexible para permitir su innovación y adaptación a las características propias del medio cultural donde se aplica. De acuerdo con lo dispuesto en el artículo 78 de la Ley 115 de 1994, cada establecimiento educativo mantendrá actividades de desarrollo curricular que comprendan la investigación, el diseño y la evaluación permanentes del currículo. Decreto 1860, artículo 33.

- la comprensión del problema, del reto o dilema para la promoción de estilos de vida saludables
- La propuesta de matriz para plasmar un esquema o estrategia de resolución desde las diferentes áreas de conocimiento y la articulación con otros sectores.
- Implementación del esquema o estrategia, a través de una metodología didáctica basada en el aprendizaje basado en problemas.
- Articular con competencias básicas y ciudadanas.
- Estructuración e implementación de planes y currículos.
- Articulación con otros sectores, con las instancias del gobierno escolar, con la escuela de padres y con los otros proyectos pedagógicos.

En conclusión, la mesa de trabajo es el núcleo de las transformaciones institucionales que planea, desarrolla y evalúa acciones sensibles a los grupos específicos, a las diferencias y a las necesidades, y prioriza aquellas metodologías que permite una gestión horizontal.





Componente de evaluación

→ ¿Cómo evaluamos y monitoreamos lo que hacemos?

De acuerdo con la Política de Calidad y el Fomento de Competencias del Ministerio de Educación Nacional, es necesario fortalecer los procesos de evaluación para generar capacidad de gestión en las instituciones. Conocer con frecuencia dónde se encuentra la institución educativa en el desarrollo de su Proyecto Pedagógico para la promoción de estilos de vida saludables, es la mejor manera de aprender de sus procesos, hacerse consciente de lo que se está logrando y tomar decisiones para seguir avanzando. Por lo tanto, es indispensable contar con un sistema de evaluación y monitoreo, porque:

- Proporciona información pertinente. Tener claro qué se quiere lograr promueve la búsqueda de datos confiables e información apropiada y de calidad que da cuenta de los avances o los retos en los procesos.
- Se aprende de cada proceso que vive la institución. Contar con una evaluación constante permite reflexionar sobre las prácticas, confirmar o desechar una hipótesis y reconocer las transformaciones culturales y sociales de la comunidad.
- Delinea una ruta de acción para continuar avanzando. Al poseer in-

formación útil y reflexionar sobre ésta, la comunidad educativa cuenta con insumos válidos y confiables para tomar mejores decisiones y, así, diseñar un plan de acción que lleve al avance en los procesos (MEN, 2007b:16).

El sistema de evaluación y monitoreo se desarrolla para apoyar el seguimiento de los tres procesos que lleva a cabo la institución educativa para desarrollar su proyecto pedagógico para la promoción de estilos de vida saludables. La evaluación se considera, entonces, “un proceso sistemático y permanente en la institución educativa que se realiza a partir de información organizada” (MEN, 2008), cuyo objetivo es la comprensión y análisis de los resultados que oriente la toma de decisiones en el establecimiento educativo.

→ ¿Qué vamos a evaluar?

Para cada uno de los tres procesos descritos se han definido unos subprocesos, los cuales se espera que la mesa de trabajo fortalezca y sobre los cuales, teniendo en cuenta de manera conjunta, construya su proyecto pedagógico. Los indicadores propuestos también servirán como base para el mapeo de experiencias significativas de proyectos pedagógicos para la promoción de estilos de vida saludables que contribuya

al bienestar integral de las personas y su posterior documentación y sistematización que sea insumo para identificar lecciones aprendidas y buenas prácticas para el país.

Los indicadores de proceso tienen una estructura que le permite al establecimiento educativo y específicamente

a la mesa de trabajo ubicarse en un nivel y conocer hacia qué nivel puede seguir avanzando. De esta forma, se pretende hacer visible su relación con la autoevaluación institucional, la elaboración de planes de mejoramiento institucional y el seguimiento permanente a su desarrollo tal como lo muestra la siguiente gráfica:

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
1. Articulación de la estrategia al proyecto educativo institucional - PEI - y al plan de mejoramiento institucional.				
1.1. Incorporación del proyecto pedagógico para la promoción de estilos de vida saludables en el PEI	El proyecto pedagógico está incluido en el PEI como un apartado, pero no ha sido construido a partir de una lectura de contexto de las características y necesidades del entorno, ni está armonizado con el horizonte institucional	Existe un proyecto pedagógico incluido en el PEI como un apartado, pero se realizan actividades aisladas para la promoción de estilos de vida saludables que no necesariamente apuntan al horizonte institucional.	La comunidad educativa, con el apoyo de las directivas, ha realizado una lectura de contexto que facilita la revisión y ajuste del PEI. Estas sugerencias de cambio han sido revisadas y aprobadas por el consejo directivo, lo que ha permitido transformar los diferentes componentes del PEI, teniendo en cuenta la promoción de estilos de vida saludables como uno de los objetivos de la institución. Esto se hace siguiendo las orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas del MEN y articulado a sus indicadores de proceso.	Se han desarrollado modificaciones a nivel conceptual y pedagógico sobre los factores que influyen el bienestar integral de las personas, que contemplan también acciones con otras instituciones y sectores. El PEI es concebido como un instrumento vivo que permite continuamente su evaluación y modificación.

Los indicadores de proceso se encuentran organizados en una tabla. La primera columna corresponde a los subprocesos –tres en promedio para cada proceso–, y en las columnas siguientes se encuentran los diferentes estados del proceso, que son Existencia, Pertinencia, Apropiación y Mejoramiento continuo. La estructura propuesta conserva la organización por procesos y componentes de la Guía de Mejoramiento Institucional y los niveles corresponden a las categorías utilizadas en ella que propone el módulo de orientaciones para la institucionalización de competencias ciudadanas:

EXISTENCIA: Se caracteriza por un desarrollo incipiente, parcial o desordenado. Usualmente, los procesos para la promoción de estilos de vida saludables que contribuya al desarrollo de la autonomía y al desarrollo integral de las personas en el marco de competencias ciudadanas están escritos en algún documento del Establecimiento Educativo pero no se llevan a la práctica.

PERTINENCIA: Hay esfuerzos del establecimiento por cumplir sus metas y objetivos. Sin embargo, una de las principales características es un persistente estado de aislamiento entre las iniciativas para la promoción de estilos de vida saludables en el marco de de competencias ciudadanas.

APROPIACIÓN: Las acciones para la promoción de estilos de vida saludables se planean desde los enfoques de competencias, hay mayor articulación y son conocidas por la comunidad educativa.

MEJORAMIENTO CONTINUO: El Establecimiento Educativo involucra la

lógica del mejoramiento continuo según la cual evalúa sus procesos y resultados y, en consecuencia, los ajusta y mejora, en lo referente al desarrollo de la promoción de estilos de vida saludables en el marco de competencias ciudadanas en todos los ámbitos del establecimiento.

→ ¿Cómo se utiliza el Instrumento de evaluación?

Para que el instrumento cumpla su cometido se recomienda a las mesas de trabajo tener en cuenta los siguientes aspectos en el momento de aplicar los indicadores de proceso:

- **CONTINUIDAD:** Realizar la aplicación de los indicadores aproximadamente cada tres meses. Se puede llevar a cabo en el marco de una reunión de la mesa de trabajo en la que se busca recrear un ambiente de confianza donde todas las personas pueden expresar sus opiniones y reflexiones sobre los procesos vividos.
- **PARTICIPACIÓN.** Familiarizar a todos los actores involucrados con los indicadores, su base conceptual (que este módulo explica), su estructura, su objetivo y su aplicación con todas las personas involucradas, pues es indispensable tener en cuenta a quienes han participado en el proceso.
- **COHERENCIA.** Recordar que los indicadores permiten hacer un seguimiento del estado de un subproceso que le apunta a un proceso, es decir, a una transformación en la institución educativa.

- VÁLIDEZ.** Tener a la mano información pertinente que permita contar con una aplicación útil, que corresponda a la realidad de la institución y no al deseo de su comunidad, y, por tanto, lleve a tomar decisiones y ac-

ciones pertinentes Esta información puede consistir en diarios de campo, documentos de sistematización y resultados de encuestas, entre otros¹¹.

A continuación se presenta la tabla completa de indicadores de proceso:

Indicadores de proceso para realizar seguimiento a los proyectos pedagógicos para la promoción de estilos de vida saludables que contribuya al bienestar integral de las personas

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
1. Articulación de la estrategia al proyecto educativo institucional - PEI - y al plan de mejoramiento institucional.				
1.1. Incorporación del proyecto pedagógico para la promoción de estilos de vida saludables en el PEI	Institucional	Existe un proyecto pedagógico incluido en el PEI como un apartado, pero se realizan actividades aisladas para la promoción de estilos de vida saludables que no necesariamente apuntan al horizonte institucional.	La comunidad educativa, con el apoyo de las directivas, ha realizado una lectura de contexto que facilita la revisión y ajuste del PEI. Estas sugerencias de cambio han sido revisadas y aprobadas por el consejo directivo, lo que ha permitido transformar los diferentes componentes del PEI, teniendo en cuenta la promoción de estilos de vida saludables como uno de los objetivos de la institución. Esto se hace siguiendo las orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas del MEN y articulado a sus indicadores de proceso.	Se han desarrollado modificaciones a nivel conceptual y pedagógico sobre los factores que influyen el bienestar integral de las personas, que contemplan también acciones con otras instituciones y sectores. El PEI es concebido como un instrumento vivo que permite continuamente su evaluación y modificación.

11 Ministerio de Educación Nacional, (2007) Programa Nacional de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía. Módulo 3 Ruta para desarrollar Proyectos Pedagógicos de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía, p.18.

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
1.2. Planeación y ejecución efectiva del proyecto pedagógico en el establecimiento educativo	El establecimiento educativo cuenta con proyecto dirigido al bienestar integral de las personas, pero sin plan operativo.	El establecimiento educativo cuenta con proyecto dirigido al bienestar integral de las personas, pero en la práctica se compone de actividades aisladas y espaciadas en el tiempo.	Existe un plan operativo para desarrollar el proyecto pedagógico para el bienestar integral de las personas, que incluye objetivos, acciones específicas, tiempos, responsables, recursos y medios de verificación.	El proyecto pedagógico se desarrolla de acuerdo al plan operativo; este se evalúa participativamente y se ajusta de acuerdo con los resultados de la evaluación.
1.3. Articulación del proyecto pedagógico al Plan de Mejoramiento institucional (PMI).	En el Plan de Mejoramiento Institucional están mencionadas algunas acciones puntuales relacionadas con el bienestar integral de las personas, pero no se llevan a la práctica	Existen acciones y prácticas pedagógicas esporádicas para el bienestar integral de las personas que aparecen en el Plan de Mejoramiento Institucional	El proyecto pedagógico para el bienestar integral de las personas está articulado a las acciones del Plan de Mejoramiento Institucional, en cada una de sus áreas de gestión (académica, directiva, administrativa y de la comunidad). Esto se hace siguiendo las orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas del MEN y articulado a sus indicadores de proceso.	En las jornadas periódicas de autoevaluación institucional para construir y ajustar el Plan de Mejoramiento Institucional, hay un espacio definido para incluir y modificar el proyecto pedagógico para al bienestar integral de las personas.

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
--	------------	-------------	-------------	-----------------------

2. Construcción de ambientes de aprendizaje democráticos favorables para la adopción de estilos de vida saludables

2.1. Aplicación de los hilos conductores y de los estándares en competencias básicas y ciudadanas	Se realizan actividades relacionadas con la promoción de estilos de vida saludables y el bienestar integral de las personas que no parten de los hilos conductores.	Existen acciones y prácticas pedagógicas esporádicas, aisladas y espaciadas en el tiempo, que parten de los hilos conductores de la propuesta.	La mesa de trabajo planea y desarrolla estrategias pedagógicas basadas en la aplicación de los hilos conductores y las competencias básicas y ciudadanas.	La mesa de trabajo planea y desarrolla estrategias pedagógicas basadas en la aplicación de los hilos conductores y las competencias básicas y ciudadanas, recoge desempeños de sus estudiantes y aplica mecanismos de evaluación para hacer ajustes permanentes al proyecto.
2.2. Planeación de actividades según la matriz pedagógica.	La mesa de trabajo planea actividades esporádicas a partir de la matriz pedagógica. Muchas de ellas no se ejecutan.	La mesa de trabajo planea actividades a partir de la matriz pedagógica que se llevan a la práctica.	La mesa de trabajo planea, desarrolla y evalúa las actividades a partir de la matriz pedagógica. Estas actividades están articuladas en el Proyecto pedagógico.	Todos los y las docentes de la institución planean, desarrollan y evalúan las actividades a partir de la matriz pedagógica
2.3. Formación para el ejercicio de los Derechos Humanos	Se evidencian Algunas acciones en el desarrollo de competencias ciudadanas para el ejercicio de los Derechos Humanos en estudiantes y docentes	El proyecto pedagógico incluye el diseño y la aplicación de estrategias pedagógicas en el marco de derechos y se evidencian avances en el desarrollo de competencias ciudadanas	Todas las acciones del proyecto pedagógico dentro del plan de estudios están en el marco de derechos, de manera que los miembros de la comunidad Educativa conocen sus derechos y los ejercen en	Los miembros de la comunidad educativa tienen las competencias para ejercer sus derechos en su vida cotidiana. La institución educativa se articula con las expresiones culturales locales

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
		para el ejercicio de los Derechos Humanos en estudiantes y docentes.	su vida cotidiana. Esto se hace siguiendo las orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas del MEN y articulado a sus indicadores de proceso.	y regionales y cuenta con alianzas con otras organizaciones sociales para el abordaje de casos de vulneración de derechos.
2.4. Construcción de ambientes escolares favorables.	Uno de los medios que el PEI indica para lograr participación y pertenencia de los estudiantes es el desarrollo del Proyecto Pedagógico para la promoción de estilos de vida saludables, sin embargo, no se realizan acciones para lograrlo.	Los estudiantes manifiestan que esporádicamente existen espacios concretos, creados por la mesa de trabajo junto con el gobierno escolar, que generan la confianza para abordar algunos aspectos para la promoción de estilos de vida saludables y otros orientados al bienestar integral de las personas.	Los estudiantes y la comunidad en general manifiestan que existen estrategias concretas dentro del plan de estudios que crean un clima de confianza. Estas estrategias se reflejan en ambientes favorables en el aula y fuera de ella en los que los estudiantes pueden indagar y construir nuevas comprensiones a partir también de las ideas previas.	Existe un ambiente de seguridad, respeto a la dignidad y confianza percibido así por la mayoría de estudiantes y maestros/as, donde la promoción de estilos de vida saludables y prácticas orientados al bienestar integral de las personas se da dentro y fuera del aula y está presente en la manera como se dan las relaciones con otras organizaciones sociales, en particular las relacionadas con los derechos y con la salud; y en la articulación con las expresiones culturales locales y regionales y en las demás acciones de la institución.

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
--	------------	-------------	-------------	-----------------------

3. Fortalecimiento de la capacidad técnica de los actores políticos, institucionales y comunitarios

<p>3.1. Vinculación efectiva de la comunidad educativa a la mesa de trabajo</p>	<p>La mesa de trabajo está conformada por docentes de diferentes áreas</p>	<p>La mesa de trabajo, a pesar de tener en cuenta la lectura de contexto para su formulación y planeación, no involucra a los padres de familia en sus procesos y actividades. Realiza contactos esporádicos con otras instituciones, pero estos no se mantienen en el tiempo.</p>	<p>En la mesa de trabajo participan directivos docentes, docentes de diversas áreas, estudiantes de diferentes niveles, padres y madres de familia, y otros actores, que permiten la interacción y participación de la comunidad educativa para conseguir el bienestar colectivo de la misma, construyendo un proyecto pedagógico que responda a sus necesidades y conveniencias.</p>	<p>En la mesa de trabajo participan directivos docentes, docentes de todas las áreas, estudiantes de todos los niveles, padres y madres de familia, y otros actores e instituciones y organizaciones sociales, que permiten la interacción y participación de la comunidad educativa para conseguir el bienestar colectivo de la misma, construyendo un proyecto pedagógico que responda a sus necesidades y conveniencias.</p>
<p>3.2. Operación efectiva de la mesa de trabajo</p>	<p>Existe una mesa de trabajo que se reúne sólo de forma esporádica, para planear acciones puntuales.</p>	<p>Existe una mesa de trabajo que se reúne sólo de forma esporádica, para planear acciones a partir de la matriz pedagógica.</p>	<p>La mesa de trabajo cuenta con espacios y tiempos determinados, aprobados por las directivas institucionales. Hay producción evidente de insumos para la construcción del proyecto pedagógico para el bienestar integral de las personas que parten de las circunstancias cotidianas, del</p>	<p>La mesa de trabajo cuenta con espacios y tiempos determinados, aprobados por las directivas institucionales e incluidas en el cronograma institucional. Hay producción evidente de insumos para la construcción y seguimiento del proyecto pedagógico, que</p>

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
			entorno social, cultural, científico y tecnológico del estudiante.	parten de las circunstancias cotidianas, del entorno social, cultural, científico y tecnológico del estudiante. Los insumos son utilizados de manera planeada, organizada y pueden ser evaluados permanentemente. Además, la mesa de trabajo invita, cuando lo cree pertinente, actores fuera de la institución como lo son representantes de las secretarías e instituciones de salud, recreación y deporte, entre otros.
3.3. Compromiso, apropiación y liderazgo del proyecto pedagógico por parte de las directivas.	El proyecto tiene acciones puntuales fruto de las acciones de profesores aislados y algunos órganos del gobierno escolar.	El proyecto tiene acciones puntuales con el apoyo del/la rectora, algunos coordinadores y algunos órganos del gobierno escolar.	El/la rectora, todos los coordinadores y el gobierno escolar, con el apoyo de la mesa de trabajo, lideran, convocan y promueven las acciones conducentes a la reflexión sobre las iniciativas para la promoción de estilos de vida saludables y su relación con la formación integral de los estudiantes en general.	El proyecto cuenta con el apoyo decidido de todo el gobierno escolar, se evidencia en compromisos efectivos para su ejecución que incluyen los procedimientos para relacionarse con otras instituciones y organizaciones sociales, en particular las relacionadas con la salud; el uso pedagógico de los recursos humanos, físicos, económicos y tecnológicos disponibles y previstos

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
				para el futuro con el fin de realizar el proyecto; la articulación de la institución educativa con las expresiones culturales locales y regionales; la organización administrativa y de evaluación de la gestión.
3.4. Participación efectiva de la comunidad educativa en el proyecto pedagógico	Algunos miembros de la comunidad educativa conocen de la existencia de la mesa de trabajo por acciones puntuales que se realizan en la institución	Algunos miembros de la comunidad educativa conocen la existencia del proyecto pedagógico por acciones esporádicas de la mesa de trabajo.	a comunidad educativa conoce de la existencia del proyecto pedagógico por las acciones que lo articulan al plan de estudios.	La comunidad educativa conoce y participa en las acciones y las relaciones del proyecto pedagógico con otras organizaciones del entorno (salud, cultura, defensorías), así como entes de apoyo y control; en la articulación con las expresiones culturales locales y regionales, y en las demás acciones de la institución.
3.5. Gestión de la mesa de trabajo para la consolidación del proyecto pedagógico.	La institución educativa invita a una institución o a un profesional de otros sectores para realizar acciones puntuales relacionadas con la temática, que no están articuladas con el proyecto pedagógico	La institución educativa invita a instituciones o profesionales de otros sectores para realizar acciones relacionadas con la temática, articuladas con el proyecto pedagógico	La institución educativa realiza acciones del proyecto pedagógico, articuladas al plan de estudios, con otros sectores, que se planean en la mesa de trabajo con participación de sus miembros.	La institución educativa tiene convenios o acuerdos con otros sectores y organizaciones sociales, en particular las relacionadas con la educación, la promoción de una cultura de derechos, la ciudadanía, la

	Existencia	Pertinencia	Apropiación	Mejoramiento Continuo
				salud, el desarrollo de estilos de vida saludables, y realiza acciones que se planean en la mesa de trabajo con participación de miembros de esas organizaciones.







Componente de concertación intrasectorial e intersectorial

→ Proceso para viabilizar y consolidar la incorporación del módulo en los Programas Nacionales

De la misma forma que se recomienda la conformación de mesas de trabajo, es imprescindible crear una dinámica institucional local, en donde Secretarías de Educación y Secretarías de Salud configuren un equipo territorial que les permita articularse en acciones concretas de formación y acompañamiento a estas mesas de trabajo. Por supuesto, estos equipos territoriales son funcionales en la medida en que se articulan a los comités relacionados con la promoción

de estilos de vida saludables, como punto de encuentro de diversas estructuras y puente hacia otras instancias o sistemas para el complemento y el logro de los objetivos propuestos en el nivel territorial.

El equipo territorial y las mesas de trabajo de las instituciones deben guiarse por las orientaciones para la institucionalización de competencias ciudadanas del MEN que “permite[n] hacer visible

mucho de lo que ya se hace en los establecimientos educativos, articularlo dentro de una estrategia con un propósito común y optimizarlo de forma que sea un aporte efectivo al mejoramiento institucional y, por consiguiente, a la calidad de la educación ciudadana” (MEN, 2011:7).

En este sentido, un plan operativo de un equipo interdisciplinario e intersectorial debe abordar como mínimo tres variables:

- **Fortalecimiento del equipo:** Participar en crear espacios de formación permanente para consolidar este colectivo de trabajo, fortalecer la capacidad institucional y contar con las condiciones necesarias para el siguiente aspecto.
- **Acompañamiento a los establecimientos educativos:** Consolidar los proyectos que promuevan estilos de vida saludables en los establecimientos educativos a partir de la formación permanente.
- **Gestión para la sostenibilidad:** Identificar aquellos actores estratégicos con quienes construir alianzas y lograr convenios formales para fortalecer los proyectos en la escuela y garantizar la sostenibilidad de la Estrategia en la entidad territorial, en el marco de los planes territoriales para la promoción de estilos de vida saludables y otros planes relacionados con el bienestar integral de las personas. Una manera de hacerlo es a través de las redes de políticas públicas (por ejemplo juventud, niñez y adolescencia) y a través de redes de sistemas (Consejos de Política Social, Redes

de Protección Social, Mesas de Entornos Saludables) (MPS, 2007:24).

El equipo territorial tiene acciones de desarrollo, control y responsabilidad social que influyen necesariamente en la construcción de entornos favorables que fomenten el bienestar integral de las personas y la adopción de estilos de vida saludables. De igual manera trabaja en los espacios y grupos con los que las y los estudiantes mantienen relación con la familia, los grupos de pares y la institución educativa. En todos los casos la conformación de los equipos presenta retos a sus miembros, pues la experiencia práctica en planeación de un proceso intersectorial para la promoción de estilos de vida saludables es nueva para los actores participantes. Sin embargo, en todas las Secretarías de Educación hay al menos una persona encargada de los programas pedagógicos transversales.

El hecho de tener el programa de Educación para la sexualidad y Construcción de Ciudadanía facilita la comprensión de la propuesta de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables y es un incentivo para la conformación de una mesa de trabajo intersectorial con la propuesta de integrar la educación para la sexualidad y la promoción de estilos de vida saludables.

También, hay experiencia y conocimiento gracias a la implementación de la Estrategia de Escuelas Saludables que ha fomentado formas de planeación intersectorial liderada por la Secretaría de Salud departamental y coordinada con las Secretarías de Educación municipi-

pales. Es importante desarrollar mecanismos que permitan aprovechar estos saberes para consolidar los equipos regionales.

Los principales instrumentos con los que cuentan las Secretarías de Educación y las Secretarías de Salud, integrantes primordiales de este equipo, son los Planes de Apoyo al Mejoramiento (PAM) —que se articula con las orientaciones para la institucionalización de las competencias ciudadanas— y los Planes Municipales de Salud Pública, respectivamente. Estos instrumentos son estrategias centrales para que las acciones de los equipos territoriales dirigidas a la gestión y sostenibilidad de la Estrategia y específicamente los proyectos pedagógicos para la promoción de estilos de vida saludable que contribuya al bienestar integral de las personas se conviertan en acciones sistemáticas e institucionalizadas en ambos sectores.

Para que las estrategias y acciones del equipo territorial y la mesa de trabajo institucional consoliden la implementación de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables se debe:

- Conocer y problematizar la realidad a transformar. (Lectura de contexto)
 - Involucrar a quienes se interesen en todas las fases del proceso. (Participación efectiva de la comunidad).
 - Identificar, valorar y articular al plan de estudios, y a otros espacios educativos, aquello que las y los estudiantes deben saber y saber hacer en relación con el reto o la necesidad identificada como prioritaria en relación con la promoción de estilos de vida saludables.
- Diversificar y llegar a todos los grupos en condición vulnerable. (Ejercer, defender y difundir los derechos humanos como fundamento de la convivencia pacífica; para participar en la vida política; para respetar los derechos ajenos y para comprender de forma crítica la diversidad étnica, social y cultural del país).
 - Actuar continua y sostenidamente en el tiempo (MPS, 2007:23). (Apoyar el seguimiento de los tres procesos que lleva a cabo la institución educativa para desarrollar su proyecto pedagógico).

Los Indicadores de proceso para realizar seguimiento a los proyectos pedagógicos para la promoción de estilos de vida saludables que contribuya al bienestar integral de las personas, son el instrumento central para que el equipo territorial adelante sus acciones de fortalecimiento, acompañamiento y gestión.







Recomendaciones para la implementación de la estrategia para la promoción de estilos de vida saludables

La experiencia piloto y su proceso de sistematización nos dejan varias lecciones aprendidas que ilustran y facilitan la implementación de la estrategia.

→ A nivel territorial con las mesas de trabajo

El equipo nacional de la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables realiza un proceso de concertación en el cual los equipos territoriales adquieren compromisos para la implementación. Esto genera apropiación y corresponsabilidad durante el proceso y da como resultado inmediato la maximización del presupuesto, ya que los equipos territoriales hacen aportes económicos, técnicos y en especie.

Los equipos territoriales deben ser corresponsables de la implementación de la Estrategia de Promoción de Estilos de Vida Saludables, por lo tanto se requiere tener claridad sobre las acciones y procedimientos a seguir para iniciar el proceso de implementación de la Estrategia.

Durante los primeros momentos se deben establecer reuniones presenciales de la o el profesional de contacto en cada una de las Secretarías de Educación

con sus pares de las Secretarías de Salud, en las cuales deben referirse a:

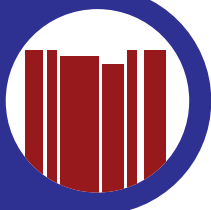
- Realizar la presentación del Módulo de Orientaciones Pedagógicas para la Promoción de Estilos de Vida Saludables.
- Realizar la presentación del cronograma del plan de acción
- Designar funcionarias y/o funcionarios de las Secretarías de Salud y Educación que van a apoyar la Estrategia para la Promoción de Estilos de Vida Saludables.
- Realizar el acuerdo de cronogramas y fechas para identificar los establecimientos educativos en donde se



implementaría la Estrategia. Es importante recordar que se deben tener mínimo los siguientes datos: Nombre del establecimiento educativo, código DANE del establecimiento educativo, nombre de las sedes si las tiene y revisión de si se implementa o no la Estrategia de Escuela Saludable en el establecimiento educativo.


- Definir los compromisos del Ministerio de Educación Nacional y Ministerio de Salud y Protección Social.
- Definir los compromisos de la Secretaría de Salud y de la Secretaría de Educación en la implementación de la Estrategia (aportes financieros, técnicos, logísticos; sinergias con programas actuales de las secretarías y/o entes de corresponsabilidad).
- Confirmar de los dos representantes de cada una de las Secretarías (Salud y Educación) que asistirán a los talleres nacionales y acompañarán el proceso.
- Realizar acuerdos sobre roles y responsabilidades de cada uno de los y las participantes para los talleres regionales (definir los cronogramas, con actividades puntuales, responsables, etc.)
- Concertar la realización de un taller regional de seguimiento y evaluación para la segunda parte del proceso.





Bibliografía

- Kamii, Constance. (1982) *La Autonomía como Finalidad de la Educación: Implicaciones de la Teoría de Piaget*. Infancia y aprendizaje, No 18. Chicago: Universidad de Illinois, Círculo de Chicago.
- Ministerio de Educación Nacional [MEN] (2007), *Módulo 1 La dimensión de la sexualidad en la educación de nuestros niños, niñas, adolescentes y jóvenes*. Bogotá: imprenta Nacional de Colombia
- _____ (2010). *Plan Sectorial de Educación 2010 – 2014*, Documento No 9.
- _____ (2007b) *Programa Nacional de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía. Módulo 3 Ruta para desarrollar Proyectos Pedagógicos de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía*, Bogotá: imprenta Nacional de Colombia
- _____ (2006.). *Documento No 3 Estándares básicos de competencias en lenguaje, matemáticas, ciencias y ciudadanas*. Bogotá: Imprenta Nacional de Colombia.
- _____ (2011) *Cartilla 2: Orientaciones para institucionalización de Competencias ciudadanas*. Bogotá: Imprenta Nacional de Colombia. Bogotá.
- _____ (2008) *Guía para el mejoramiento institucional de la autoevaluación al plan del mejoramiento*.

- 
- Ministerios de Protección Social [MPS]. (2007) Política Nacional para la reducción del consumo de sustancias psicoactivas e impacto Informe Ejecutivo. Bogotá.
 - Oficina del alto comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos (OHCHR). (2006). Preguntas frecuentes sobre el enfoque de derechos humanos en la cooperación para el desarrollo. Nueva York y Ginebra: Naciones Unidas.
 - Usón Jaeger, Aurelio Heinz (2012). El Modelo P-E-N-S-A-R para el desarrollo de Competencias. Revista Tramas. Instituto Superior de Pedagogía Universidad Autónoma de Colombia. Bogotá: En Prensa.