

J.N. Narciso Bassols

C.C.T. 15EJN0598D Turno Matutino

CAMPAÑA VIDA SALUDABLE EN EL JARDÍN

"Pensar en el otro es cuidar y querer a todos"

AGOSTO DEL 2020.

PRESENTACIÓN

El pasado 20 de Julio del presente año, se retomaron las actividades para iniciar nuevamente las reuniones en colectivo para el Ciclo Escolar 2019-2020, donde en el Taller Intensivo de Capacitación “Horizontes, colaboración y autonomía para aprender”, si bien las condiciones en las que la vida ha cambiado no nos limitó a tener contacto para analizar de manera profunda aquellas situaciones que vivimos desde la parte emocional hasta la social.

Hay que reconocer que es momento de hacer cambios drásticos, que impactaran en la dinámica escolar, fue de suma importancia para comenzar a buscar en posibles estrategias para dar inicio en nuestros centros escolares. De esta forma el taller, nos invita a pensar, proponer y replantear diversas situaciones que competen a la vida escolar: desde la manera en que los niños se van a reincorporar, como alternar el aprendizaje presencial y a distancia, es un todo reto para los docentes, implementar las medidas necesarias, entre muchas otras que encontramos. Sin embargo, ya en la experiencia pasada cuando se inició la contingencia por COVID-19, demandó en nosotros los docentes el hecho de prepararnos y ofrecimos mecanismos para dar continuidad al aprendizaje desde nuestras posibilidades y la de los alumnos y alumnas, fue cuando empezamos a pensar como uno solo: una comunidad escolar que se preocupa para generar las mejores condiciones para los pequeños y pequeñas.

Y es que cuando se retoma el diálogo entre profesionales, surgen no solo cuestionamientos, también hay propuestas que generan nuevas perspectivas. Tomando en cuenta que las características de lo que implica implementar una campaña, será necesario establecer particularidades con relación a nuestros fines como comunidad escolar. Se pretende atender los siguientes ámbitos:

- Alimentación y nutrición
- Comportamientos del movimiento (actividad física, tiempo sedentario y sueño)
- Higiene y limpieza
- Prevención de enfermedades (transmisibles y no transmisibles) e inmunizaciones
- Salud mental
- Prevención de adicciones consumo de drogas, alcohol y tabaco

A continuación, se describen sus propósitos Generales y Específicos de nuestra campaña:

- Generar un impacto positivo en la comunidad escolar con relación a adoptar estilos de vida saludables inmediatos a través de nuestra campaña escolar *“Pensar en el otro es cuidar y querer de todos”*

Propósitos Específicos

- Sensibilizar y concientizar acerca de la importancia y el impacto en la salud de realizar actividad física y adoptar una alimentación saludable.
- Generar empatía hacia el cuidado de unos y otros, a través de diversas actividades que generen el compromiso y la corresponsabilidad social.
- Promover estilos de vida saludables en la escuela y el hogar como rutinarios y permanentes que coadyuven el bienestar de todos los individuos.
- Reconozcan y lleven a cabo las medidas universales de higiene y seguridad en relación con el cuidado personal sobre la prevención del COVID-19

Es importante mencionar que se tomó en cuenta los materiales con los que contamos, el equipo tecnológico, todas las formas de comunicación para establecer, aunado a ellos, lo principal las condiciones que se van a generar si se realiza en nuestro centro escolar determinando:

- Posible participación escalonada ya que nuestra institución cuenta con un total de 181 alumnos.
- Filtros permanentes para desplazarnos de un lugar a otro.
- Previamente a las actividades que requieren la presencia de padres se les da indicaciones claras para guardar la distancia, asistir con cubrebocas, etc.
- En relación a los recursos humanos con los que contamos, todo el colectivo nos involucraremos ya que es necesario, la participación de todos, no olvidando la colaboración entre profesionales.
- Anticipación de materiales tanto para la forma presencial como la virtual o educación a distancia.
- Realizar ajustes para poder invitar a los especialistas o conocedores de la materia.

Campaña de vida saludable
“Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos”

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Alimentación y nutrición	Proyectar un video breve sobre para conocer los tres grupos de alimentos que conforman el plato del buen comer/ actividad gráfica para organizar los alimentos conforme lo observaron.	7 de Septiembre de 2020.	Anahi Bolaños	Docentes y alumnos	Cañón y computadora	Carteles informativos
	Periódico mural familiar: Lo que comemos en casa /registro de los alimentos que más consumen en casa durante una semana	14 de Septiembre de 2020.	Isabel Flores Tapia	Docentes, alumnos y padres de familia.	Papel américa, pintura, tijeras, resistol, imágenes	Periódico mural
	Difusión de las ventajas de alimentación saludable	18 de Septiembre de 2020.	Claudia Yadira Mejía	Docentes y padres de familia.	Impresión de hojas	Díptico
	Invitación de especialistas para ofrecer una charla sobre “alimentación saludable”	21 Septiembre de 2020.	Gabriela Nieto	Padres de familia y Directivos.	Especialista	Carteles informativos
	Invitación a los padres de familia a participar compartiendo experiencias personales de ¿Cómo o no una buena alimentación ha mejorado su salud?	25 de Septiembre de 2020.	Marisol	Padres de familia	Aula	Carteles informativos
	Periódico mural escolar: alimentos nutritivos que no consumo	28 de Septiembre de 2020.	Gardenia Berenice Mayén	Docentes, alumnos y padres de familia.	Periódico mural.	Periódico mural
	Como colectivo reflexionar sobre la forma que nos alimentamos como ejemplo para los alumnos	2 de Octubre de 2020.	Laura Delia Rodríguez	Docentes y Directivos	Aula.	
	Rescate del rincón de Biblioteca escolar. Préstamo de libros que hablen sobre alimentación. Exclusivamente un mes.	16 de Octubre de 2020.	Berenice Yadira Campos	Docentes, alumnos y padres de familia.	Libros de Biblioteca	Carteles informativos
	Diseño de un refrigerio nutritivo y comprometernos como colectivo a que toda la comunidad escolar lo consuma. Favoreciendo el consumo de agua natural.	2 de Octubre de 2020.	Cada Docente según corresponda por semana de guardia.	Comunidad escolar.	Elaboración del pizarrón del refrigerio.	Pizarrón de refrigerio.
	Feria gastronómica Alimentos que pocas veces consumimos ejemplo: - Tacos dorados de zanahoria - Crema de espinaca - Tortitas de acelgas con queso -	Retomar el proyecto trimestralmente.	Colectivo docente	Comunidad escolar.		Periódico mural, recetas de los alimentos de la feria gastronómica.
	Periódico mural interactivo con secciones de: - Salud (2) Alimentación, deporte					

Campaña de vida saludable
“Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos”

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Comportamientos del movimiento (actividad física, tiempo sedentario y sueño)	Llevar a cabo sesiones de activación física, por grupos, estableciendo la sana distancia, retomando calentamiento, parte medular y relajación, (gimnasia, deportes, zumba, yoga, juegos tradicionales).	Todo el ciclo escolar	Profra: Elia	Directivos, Docentes y Alumnos	Bocina USB Material variado	Informar a padres de familia por medio de una infografía.
	Realizar pausas activas, cada hora para relajarse y mover su cuerpo.	Todo el ciclo escolar	Profra: Marisol	Directivos, Docentes y Alumnos	Tarjetas de pausas activas	Cartel informativo
	Educación Física actividades sugeridos por el promotor responsable para después sean retomadas por las docentes.	Todo el ciclo escolar.	Profra: Claudia	Promotor Directivos, Docentes Y Alumnos	Material variado de acuerdo a las actividades.	Informar los días a trabajar
	Concientizar a los niños sobre la importancia de la actividad física, el sedentarismo y hábitos de sueño informando el tiempo que deben de dormir en la noche y no en el día.	Septiembre	Profra: Isabel	Directivos, Docentes Alumnos Padres de Familia Promotor	Videos	Periódico mural.
	Rutinas físicas en casa con los padres de familia brindar un calendario de movimiento en casa, rutina física y establecer un horario “Mi rutina física a las seis de la tarde”. Establecer un calendario donde registren si lo hicieron o no quizás con caritas de cómo se sintieron.	Todo el ciclo escolar	Profra: Anahi	Padres de familia Alumnos, Docente y Directivos.	Material Variado	Calendario de movimiento.
	Brindar a los padres de familia, música o canciones que inviten a movimientos, hacerlas llegar vía whatsApp	Todo el ciclo escolar	Profra: Berenice Yadira.	Directivos, Docentes Padres de familia Alumnos	Música y canciones.	whatsApp
	Platicar sobre la alimentación que deben de consumir después de actividades físicas y elaborar un periódico mural tomando en cuenta el plato del buen comer y la jarra del buen beber.	octubre	Profra: Berenice Mayen.	Docente, padres y alumnos.	Material variado.	Periódico Mural.

Campaña de vida saludable
“Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos”

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Higiene y limpieza	Limpieza y salinización de todo el plantel educativo para la incorporación a clases.	Días previos al iniciar el ciclo escolar presencial	Profra. María Isabel	padres de familia, directivos y docentes	materiales y humanos	Whatsapp
	Realizar revisión y limpieza constante de espacios en donde los niños y las niñas interactúan o permanecen.	durante los primeros días de cada mes	Profra. Gabriela Nieto	padres de familia y docentes	materiales y humanos	cronograma y difusión
	Mantener la escuela en las mejores condiciones (faenas de aseo de patios, baños y áreas verdes) *	Mensual rolándolo con el tuno vespertino.	Directora	Padres de familia y docentes	Materiales y humanos.	cronograma y difusión
	Proyectar videos sobre cómo realizar el adecuado lavado de manos hasta volverse un habito necesario	Septiembre y la primera semana de cada mes	Profra. Berenice Gardenia	Docentes, padres de familia y alumnos.	videos cortos	proyección de videos a cada grupo
	Implementar un proyecto o unidad didáctica que amplíe conocimientos con temas relacionados con la higiene personal.	La primera semana y cuando sea necesario	Profra. Berenice Yadira	Docentes de cada grupo y alumnos	materiales y humanos	en cada salón
	Supervisar o buscar el mecanismo/ estrategia para que los padres comiencen la práctica de higiene personal desde el hogar.	durante todo el ciclo escolar	Profra. Elia Pérez	Docente de cada grupo	Humanos	revisión al entrar a la escuela
	Asamblea y en su momento carteles para dialogar sobre algunos hábitos como, el estornudo, el limpiar la nariz, el uso del cubre bocas y la sana distancia.	Los primeros días a la incorporación	Profra. Anahí Bolaños	directora y encargada padres de familia	humanos y materiales	Lona en la entrada a la escuela con medidas de higiene
	Implementación de imágenes alusivas a la higiene de prácticas rutinarias escolares en el aula y fuera de ella.	Al iniciar el ciclo escolar	Directora	docentes	hojas impresora mica adherible	imágenes impresas
	Lavar objetos de uso personal mínimo una vez a la semana (mochila) el mantel personal lo llevaran diariamente a casa.	cada semana	Profra. Marisol	padres de familia	Humanos y materiales	aviso a padres de familia

Campaña de vida saludable
“Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos”

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Higiene y limpieza	Búsqueda de estrategias para que no falte el agua en la institución para llevar a cabo limpieza de áreas, salones así como el mantener limpios los baños en todo momento.	Durante todo el ciclo escolar	Profra. Claudia Yadira	padres de familia	humanos	
	Se colocaran imágenes en la parte de arriba de los lavabos sobre pasos a seguir para hacer una limpieza adecuada de las manos.	Agosto	Profra. María Isabel	docentes y alumnos	hojas impresora mica adherible	imágenes
	Mesa de higiene en la cual se colocara jabón necesario para fortalecer el uso del jabón cada que se laven las manos	Durante todo lo ciclo escolar	Profra. Gabriela Nieto	Docentes y alumnos	jabón y mesa	colocación y uso
	Implementar toalla personal para el secado de manos la medida es de 15X15cm.	La portaran diariamente	Profra. María Isabel	alumnos y Docentes	tela de toalla	oral y vía whatsapp
	Colocar tapetes y jergas a la entrada de la escuela y en cada salón.	Todo el ciclo escolar	Profra. María Isabel	directivos, docentes	tapete jerga cloro	uso adecuado

Campaña de vida saludable
“Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos”

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Prevención de enfermedades (transmisibles y no transmisibles) e inmunizaciones	Dar a conocer el protocolo de regreso a clases de la Nueva Normalidad	10 de agosto de 2020	Berenice Yadira Campos Illescas	Docentes	Presentación power point	What's app
	Dentro de las primeras planificaciones abordar proyectos sobre COVID-19, socializando información con la comunidad escolar.	24 de Agosto de 2020	Marisol	Docentes y padres de familia	Planificación didáctica	Plataformas de G suite
	Exponer (Grabarse) de cómo se establecen filtros en casa, así como de otras enfermedades no transmisibles.	31 de agosto de 2020	Isabel Flores	Docentes, padres y alumnos	Video	Díptico
	Compartir videos de un especialista pertinentes al nivel que aborden los temas trascendentes al virus y otras enfermedades	14 de septiembre de 2020	Claudia	Docentes, padres y alumnos	Videos	What's app
	Crear filtros que sean fáciles de ubicar en la entrada/ acceso a la escuela aula, al baño, espacios que ocupan los niños de manera frecuente.	31 de agosto de 2020	Elia	Docentes, padres y alumnos	Letreros gel y jabón liquido Caretas Cubrebocas	Carteles
	Generar el valor de la empatía sobre las ventajas de usar cubre bocas, caretas, lavarnos las manos.	3 de octubre de 2020	Anahí	Docentes y alumnos	Videos	What's app
	Periódicos murales con experiencias propias: prevención en casa, conmigo mismo.	9 de noviembre de 2020	Berenice Yadira Campos Illescas	Docentes y alumnos	Papel bond Imágenes mural	Facebook
	Atención a alumnos con pediculosis, concientizar a los padres y alumnos.	7 de diciembre de 2020	Marisol	Docentes y padres	Revisión por personas distintas a la institución	
	Indagar en el contexto de la escuela sobre las dependencias de salud más cercanas y los servicios que ofrece informando al comunidad escolar	11 de enero de 2020	Laura y gaby	Docentes y directivos	Elaboración de productos gráficos (trípticos)	Boletinar
	Videos de sobre situaciones de crisis similares en el mundo que se hayan vivido en otra época exponiendo que fue superado.	8 de febrero de 2020	Claudia	Docentes, padres y alumnos	Videos	Whats app
	Apoyo del centro de salud con productos de enfermedades como pediculosis, sarampión y varicela.	Cuando se presente el caso	Laura	Docentes, padres y alumnos	Productos del centro de salud	Oficio
	Revisión de cartilla sobre las enfermedades comunes y vacunas necesarias.	1 de agosto	Gabriela	Docentes, padres y alumnos	Cartilla de vacunación	Carteles informativos

Campaña de vida saludable
“Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos”

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Salud mental	1. Como colectivo docente en primer lugar, generar espacios de confianza para hablar sobre situaciones que pueden impedirnos estar en las mejores condiciones con nuestros alumnos. (Respeto, escucha, atención, solidaridad)	28 de Agosto cada 15 días	Todo el Colectivo Docente	Docentes. Padres de familia y alumnos	Carteles	Entrevista o Espacio y tiempo a los padres de familia
	2. Retomar el fichero de emociones proporcionado por la SEP. *	Cada 8 días 4 septiembre	Docentes	Docentes y alumnos	Fichero de emociones para Preescolar	Personal con Padres de Familia
	3. Priorizar la información que se les da a los alumnos acorde a su edad y no alarmarlos con noticias de los medios de comunicación.	28 agosto tal vez al mes o según la planeación	Directivo y Docentes	Directivo y Docentes Padres de Familia	Diagnostico - Diario	Revisión de evaluación diagnóstica – fechas de entrega Evolución de cada niño
	4. Priorizar momentos o espacios de escucha a los alumnos durante la jornada de trabajo.	Cada 8 días 21 de agosto	Docentes	Docentes	Docente	Pedir tiempo de espera cuando se requiera Conferencias para padres de familia.
	5. Comenzar a abordar casos de seguimiento (niños que en específico requieren apoyo más que el resto de sus compañeros.)	Inicio de ciclo escolar Diagnostico	Docentes y Directivo	Docentes	Diagnostico	Diagnostico
	6. Llevar un diario de expresión de emociones con las adecuaciones y ajustes pedagógicos, hacer notar sus cambios emocionales favorables. *Dinámicas de expresa tus emociones -la caja de emociones -abate lenguas de emociones (elige una paletita cómo te sientes hoy. -implementación de saludos	Diario Inicio de ciclo escolar	Docentes	Directivo y Docentes	Diario	Diario individual
	7. Implementación de asambleas, plenarias, círculo mágico, espacios para la expresión oral.	Cada 15 días 18 de septiembre	Docentes	Directivo	Planeación	Pizarra de actividades
	8. Definir un espacio dentro de la jornada laboral donde se cuenten chistes o ver situaciones graciosas en videos o audios favoreciendo la risa como medio de relajación y distracción.	Por vía WhatsApp Cada tercer día a partir del 14 de agosto	Todo el personal Docente	Directivo y Docentes	Área de biblioteca	Pizarra de actividades
	9. Promover ejercicios de relajación en los grupos. (ejercicios de yoga)	Cada 15 días 28 de agosto	Claudia	Docentes	Ejercicios de yoga y de activación física	Periódico Mural

**Campaña de vida saludable
"Yo te cuido, tú me cuidas, todos nos cuidamos"**

Ámbito de vida saludable	Actividades a realizar	Fecha de ejecución	Responsable de la actividad	Participantes	Recursos a emplear	Medio de difusión
Prevención de adicciones consumo de drogas, alcohol y tabaco	1. Fomentar el uso de la tecnología para investigar e informarse sobre la prevención de las mismas.	31 Agosto	Berenice Laura	Toda la comunidad escolar	Bibliografías Links-internet	Dispositivos móviles Computadora
	2. Buscar reflexiones y videos cortos que hagan conciencia a los padres de familia sobre el abuso de drogas, alcohol y tabaco.	Una vez por mes	Berenice B Yadira	Directivos Docentes Padres de familia	Videos, Imágenes Audios de concientización	WHATSAPP FACEBOOK
	3. Presentar periódicos murales de preferencia interactivos que expongan información relevante de dicha temática en la que se busque involucrar a la comunidad escolar.	9 Noviembre	Berenice Isabel	Toda la comunidad escolar	Materiales Tiempo	Carteles Dinámicas Información escrita
	4. Realizar y colocar señalamientos atractivos en toda la escuela como indicadores de espacios donde se debe evitar fumar, drogarse o consumir alcohol.	1 Diciembre	Todas las docentes	Docente y Alumnos	Papelería, Imágenes o dibujos	Carteles (Señalamientos)
	5. Realizar clases abiertas para mantener informados a padres de familia y alumnos para evitar ponerse en riesgo y evitar estar cerca de personas que presenten estas adicciones. (cuando sea posible)	11 y 18 Enero	Todas las docentes	Toda la comunidad escolar	Tecnológicos papelería	Carteles informativos
	6. Dar a conocer a los alumnos información mediante imágenes y exposiciones los riesgos sobre el abuso de estas sustancias y las consecuencias que sufre nuestro cuerpo mediante imágenes apropiadas a su edad y realizar un experimento para interiorizar y hacerlos conscientes de la temática.	10 febrero 10 Marzo	Todas las docentes	Docente y Alumnos	Tecnológicos Imágenes Materiales disponibles en casa	Videos, Imágenes Realización del experimento
	7. Dar seguimiento para solicitar a especialistas en el tema de prevención de adicciones (consumo de drogas, tabaco y alcohol) y puedan brindar talleres o conferencias para los padres de familia y alumnos (Psicólogo, CAPA, DARE) .	Durante todo el ciclo escolar	Berenice Gabriela Laura	Toda la comunidad escolar	Oficios petitorios	Conferencias Exposiciones Talleres

BIBLIOGRAFÍA

IMAGENES

- https://www.google.com/search?q=verduras+animadas&sxsrf=ALeKk01w1LjcEFSzAVSQoHcCuH-GVPhuqQ:1628383222073&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwi05omcmKDyAhUORK0KHT22CSQQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1600&bih=700
- https://www.google.com/search?q=CAMPA%C3%91A+VIDA+SALUDABLE&sxsrf=ALeKk00QmBAOng4CNQZB65UVi4CptBgXcw:1628644635189&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwj0-ceH5qfyAhWvkWoFHQzbB-0Q_AUoAXoECAEQAw

FIRMAS DE LOS PARTICIPANTES.

PROFRA. ANAHI BOLAÑOS FUENTES
DOCENTE DE 1º. A

PROFRA. ELIA PÉREZ PAREDES
DOCENTE DE 2º. A

PROFRA. MARIA ISABEL FLORES TAPIA
DOCENTE DE 2º. B

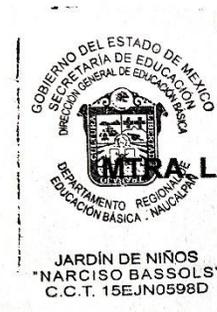
PROFRA. GARDENIA BERENICE MAYÉN PEÑA
DOCENTE DE 2º. C

PROFRA. CLAUDIA YADIRA MEJÍA JUAREZ
DOCENTE DE 3º. A

PROFRA. MARISOL GALICIA ALEJANDRO
DOCENTE DE 3º. B

PROFRA. BERENICE YADIRA CAMPOS ILLESCAS
DOCENTE DE 3º. C

MTRA. GABRIELA NIETO AGUILAR
SUBDIRECTORA ESCOLAR



ATENTAMENTE


MTRA. LAURA DELIA GONZÁLEZ RODRÍGUEZ
DIRECTORA ESCOLAR