PROYECTO EDUCATIVO INNOVADOR

DESCRIPCION DEL PROYECTO

- Alimentación saludable: características de la dieta correcta, costumbres de la comunidad, riesgos del consumo de alimentos ultraprocesados, y acciones para mejorar la alimentación

PROPÓSITO ESPECIFICOS

- Reconocer algunos de los alimentos más frecuentes en el consumo humano, identificar los sellos y la tabla nutricional de los empaques de alimentos ultraprocesados.

PLAN DE ACCION Y EVIDENCIAS

- Establece relaciones entre problemas asociados a la alimentación: sobrepeso, obesidad y desnutrición con factores de riesgo como consumo de alimentos y bebidas ultraprocesadas; analiza las causas y riesgos de trastornos de la alimentación como la anorexia y la bulimia.
- P2: Analiza etiquetas de diversos productos que consume regularmente para conocer los ingredientes que los componen, así como su contenido y aporte nutrimental, y tomar decisiones a favor de una alimentación saludable.
- P3: Propone platillos para el consumo familiar en los que incorpora alimentos regionales y de temporada que brinden una alimentación saludable a bajo costo.
- P4: Propone y practica acciones para prevenir enfermedades no transmisibles como sobrepeso, obesidad y desnutrición, vinculadas con factores protectores como actividad física diaria, alimentación baja en azúcares, sal y grasas, además de beber agua simple potable.
-

ACTIVIDADES Y RECURSOS

- -Libro de texto Proyectos del Aula.
- -Cuaderno.
- -Libro Nuestros saberes.
- -Cuadernillo de trabajo.
- Taller de sensibilización.
- Materiales: dispositivos electronicos,.

CRONOGRAMA

- Introduccion al tema y formación de comunidades.
- Investigacion y recopilación de información.
- Diseño y redacción
- Revisio y edición
- Presentacion de su trabajo final

EVALUACION FORMATIVA

- Indicadores:
- Nivel de participación en actividades en comunidades e individuales
- Calidad de contenidos creados
- Retroalimentación
- Metodos: rubricas, encuestas y observación.

IMPACTO Y DIFUSIÓN

- Impacto esperado
- Aumento en el conocimiento

FUESTES DE INFORMACIÓN

- Bibliografias y sitios web
- Entrevistas

INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DEL PROYECTO

- Tabla de indicadores:
- Descripcion del proyecto y propósito 25 puntos
- Metodologia y actividades 25 puntos
- Recursos y cronograma 25 puntos
- Impacto y difusión 25 puntos