

“PROPUESTAS DE PAUTAS PARA LA CELEBRACIÓN DEL DÍA MUNDIAL DE LAVADO Y LA ALIMENTACIÓN SALUDABLE”

No se deben realizar actividades aisladas; todas las actividades que se realicen deben ser aprovechadas pedagógicamente por el docente y vincularlas al impacto en la salud.

Para la Institución Educativa

- ✓ Lanzamiento en el marco de la celebración del “*Día Mundial de Lavado de manos con agua y jabón*” y “*Día Mundial de la Alimentación*” con el lema “*Manos limpias y Alimentos saludables para un planeta sostenible*” en simultáneo a nivel nacional.
- Se realizará la práctica de lavado de manos en forma simultánea en las Instituciones Educativas y Universidades seleccionadas por las GERESA/DIRESA/DISA.
- Se realizará el Acto público de lavado de manos y Alimentación saludable en forma simultánea en todas las Instituciones Educativas del País, el día viernes 14 de octubre del 2016, entre las 10 a 11 am horas. Los resultados están orientados a lograr la mayor participación.
- ✓ Realizar proyectos o sesiones de aprendizaje sobre la alimentación saludable y lavado de manos.
 - Los estudiantes del tercer ciclo investigan sobre el efecto del consumo de azúcar e identifica los alimentos con altos contenido de azúcar de su entorno
 - Los estudiantes del cuarto ciclo investigan sobre alimentos enemigos del hierro y mal sanos y su impacto en la salud
 - Los estudiantes del quinto ciclo investigan sobre el consumo de alimentos con tartrazina, aspartame, entre otros aditivos y el impacto en la salud
 - Los estudiantes de sexto ciclo, identifican un familiar que padece una enfermedad no transmisible y describen sus estilos de vida de ese familiar; al final el docente establece la relación entre la alimentación y la salud.
 - Los estudiantes realizan la práctica del lavado de manos en los momentos claves haciendo uso de la técnica correcta.
- ✓ Feria informativa y demostrativa sobre frutas por regiones del país: costa, sierra y selva
- ✓ Programar la semana de la fruta
 - Investigan o llevan a la escuela frutas exóticas, frutas dulces, frutas ácidas; reconocimiento al estudiante que lleve la fruta más grande, que nadie conozca.
 - Comparten una fruta con un compañero o compañera de aula y le explica los beneficios para su salud
 - El o la profesora, explica por un minuto diario sobre los beneficios y demás características de una fruta, mientras los estudiantes deben adivinar de que fruta se trata. Si no adivinan, la actividad continúa al día siguiente. Si los estudiantes adivinan, entonces los estudiantes cambian de rol con la profesora, quien debe adivinar de que fruta se trata.

- Los estudiantes llevan o presentan una fruta típica o característica de la región de procedencia de sus padres o abuelos y exponen sobre ella y sus beneficios para la salud.
- ✓ Día de la escuela sin quiosco, dirigida a aquellas escuelas que tienen quiosco escolar para que un día de la semana conmemorativa o, mejor aún, un día al mes, por todo el año, el quiosco no atienda, se motiva a la reflexión en clase sobre su implicancia en la salud.
- ✓ Programa el día del desafío, la institución educativa elige un tema motivador a revisar en una fecha y hora programada y toda la comunidad se compromete a realizarlo, por ejemplo porcentaje de alumnos que se lavan las manos, cantidad de alumnos que consumen refrigerios saludables; aula que lleva más frutas y explican las propiedades nutritivas, entre otros.