



Objetivo

Aplicar estrategias concretas para promover que los estudiantes traigan de sus hogares meriendas basadas en alimentos frescos, naturales y ricos en nutrientes a la vez que se impulsa una reducción de los residuos sólidos que generan las meriendas.

¿Sabías qué?

Los alimentos con alto contenido de azúcares, sodio, grasas saturadas, entre otros, afectan negativamente su capacidad de concentración y estado de ánimo, comprometiendo su rendimiento escolar, también pueden contribuir al desarrollo de obesidad, diabetes, depresión y otras dificultades de la salud.

¿En qué consiste el Reto Meriendas Saludables?

Meriendas saludables

Este reto busca que a través de la gestión administrativa, educación y concientización, tanto de los estudiantes como de los padres de familia, se promueva un cambio de cultura en el hogar y centro educativo para que los estudiantes consuman menos productos procesados y menos bebidas azucaradas. Esto puede ser de gran beneficio para la salud general del estudiante a la vez que se promueve la reducción de residuos sólidos que se generan perjudicando el ambiente y además que ingresan al centro educativo.

Sodas Estudiantiles

Aplicar el reglamento de las sodas estudiantiles a fin de regular los productos que ofrecen a los estudiantes.

Una nueva ciudadanía

La educación para el desarrollo sostenible debe orientar la enseñanza y el aprendizaje hacia la comprensión y conciencia del escenario socioambiental: Los estudiantes que participen en este reto deben realizar una manifestación puntual, creativa, de su identidad como guardianes de la naturaleza.

Hábitos y buenas prácticas

Inculcar hábitos y buenas prácticas ambientales relacionadas como: evitar alimentos procesados, disminuir el consumo de azúcares, sodio y grasas saturadas, preferir las meriendas saludables, tomar agua pura, tener actividad física, estar al aire libre, lavarse las manos, lavar la fruta, reducir y gestionar los residuos adecuadamente, entre otros.

Acciones pedagógicas

Desarrollar actividades educativas y de concientización sobre buenos hábitos alimenticios y los efectos negativos de una alimentación deficiente en el desarrollo, el desempeño escolar, la conducta, la depresión y la calidad de vida. La problemática ambiental de la generación de residuos y cómo reducir mediante meriendas sin envoltorios. Idealmente enlazado al currículo educativo.

Evidencias

Documentos (directrices, memorandums, comunicados, u otros), fotos de todas las actividades pedagógicas y de concientización, hábitos y buenas prácticas realizadas. Manifestación como guardianes de la naturaleza.



Información que se solicitará en el registro de participación virtual:

Implementación del proyecto

¿Cuál o cuáles estrategias administrativas (memorándum, directriz, comunicado, u otros) se gestionaron para promover meriendas saludables y una reducción en los residuos que a raíz de las mismas se generan?

Acciones pedagógicas sobre el tema

¿Cuáles actividades pedagógicas se realizaron para fomentar la educación y conciencia en este tema?

Tema desarrollado: _____

Tipo (lección, charla, taller) _____

En qué consistió: _____

Cuántos estudiantes participaron: _____

MILLA EXTRA

¿Lograron conectar la actividad pedagógica a temas del currículo educativo?

- Sí: ¿a cuál materia?
- No: ¿cuál fue o fueron las barreras?

Hábitos y buenas prácticas

¿Cuáles hábitos y buenas prácticas ambientales se promovieron en la comunidad educativa?

- Concientizar sobre la importancia de la alimentación saludable.
- Reducir el consumo de azúcar y sodio en el comedor escolar.
- Práctica de lavado de manos antes de comer
- Lavar las frutas.
- Promover el tomar agua, en vez de jugos azucarados.
- Usar botellas reutilizables
- Reducir cantidad de residuos producidos
- Otros relacionados: _____

Evidencias

- Documentos de gestiones administrativas (directrices, memorandums, comunicados, u otros).
- Fotos de todas las actividades pedagógicas y de concientización realizadas.
- Manifestación como guardianes de la naturaleza.
- Evidencias de otras acciones relacionadas.