EDUCACION FISICA, RECREACION Y DEPORTE
PLAN DE MEJORAMIENTO PERSONAL (PMP)

Campaña de promoción de hábitos de vida saludable.

Competencia: Axiológica Corporal
Propósito: Fortalecer y desarrollar en la comunidad **FESA** hábitos de vida saludable, para el cuidado de sí mismo y la interacción social.

Descripción de la actividad: La actividad se centra en realizar una campaña de promoción de hábitos de vida saludable, la cual debe ser dirigida a los estudiantes del Federico Sierra Arango, sección secundaria y aplicada durante los descansos de tu jornada académica

Una campaña es un conjunto de actividades o de esfuerzos que se realizan durante cierto tiempo y están encaminados a conseguir un fin.

A continuación te ofrecemos una lista de campañas que podrías realizar en tu institución:

-Campaña de promoción del Ejercicio Físico: El ejercicio es uno de los medios más conocidos para gozar de salud y bienestar, contribuyendo así, al cuidado de sí mismo.

-Campaña de promoción de hábitos de alimentación saludable: Sabemos que una buena dieta, basada en alimentos sanos y balaceados, nos permite gozar de buena salud y prevenir ciertas enfermedades asociadas a prácticas dietéticas inadecuadas.

-Campaña de promoción de hábitos de higiene: Es claro que en la medida en que el ser humano, forme hábitos de higiene, conservara su salud y el buen funcionamiento de todos sus sistemas.

-Campaña de hábitos de postura saludable: Una de las maneras de conservar mi salud, es manteniendo una postura adecuada.

-Campaña de cuidado y respeto por el medio ambiente: Es importante considerar que el respeto y cuidado por el medio ambiente, favorece mi salud, por ser el espacio en donde me desenvuelvo.

Cuando hayas definido el tema de tu campaña (Ejercicio físico, alimentación saludable, cuidado por el medio ambiente, entre otros) debes iniciar escribiendo una lluvia de ideas, respondiendo a la pregunta ¿Cómo hacer la campaña?

Veamos varios ejemplos, que podrían responder a esta pregunta:

- Un pasacalle.
- Unos volantes.
- Una exhibición de fotografías.
- Una obra de títeres para ser presentada en el descanso.
- Entre otras.

Luego que tengas varias opciones para tu campaña elige la que mas se ajuste a tus posibilidades y las de la institución.
Una vez tengas la idea de tu campaña debes plasmarla por escrito, preséntala al docente por lo menos tres días antes de su realización y bajo los siguientes parámetros:

- Nombre del estudiante y grupo.
- Nombre de la campaña.
- Objetivos.
- Descripción.
- Lugar donde se llevara a cabo.
- Fecha de realización de la campaña

Ahora, espera que tu profesor acepte la propuesta y luego aplícala…

A continuación te presentamos la rúbrica de evaluación, con la cual será calificada tu campaña, esta tendrá una escala valorativa de 0 a 10 puntos, el puntaje mínimo para ganar tu curso remedial será de 7 puntos.

Rubrica de evaluación:

	1 punto	0.5 puntos	0 puntos
Material	El material para la campaña refleja creatividad, buen diseño, estética y organización.	El material para la campaña es medianamente creativo, estético y organizado	El material para la campaña no creativo, estético y organizado.
	1 punto	**0.5 Puntos**	**0 puntos**
Creatividad	La idea de campaña es creativa y llamativa para los estudiantes	La idea de campaña es medianamente creativa y llamativa para los estudiantes	La campaña realizada no es creativa, siendo poco llamativa para los estudiantes.
	1 Punto	**0.5 Puntos**	**0 puntos**
Tiempo de ejecución de la campaña	La campaña se realizo durante 4 a 5 dias de clase, generando buen impacto	La campaña se realizo durante 2 a 3 dias de clase, generando un impacto promedio.	La campaña se realizo durante 1 dia de clase generando bajo impacto
	1 punto	**0.5 Puntos**	**0 puntos**
Actitud	El estudiante presenta una actitud de empatía y disposición para ejecutar su campaña.	El estudiante en ocasiones se nota con una actitud apática de baja disposición para ejecutar la campaña	El estudiante es apático y poco dispuesto para ejecutar la campaña.
	1 punto	**0.5 Puntos**	**0 puntos**
Orden	Al final de la campaña organiza todos los elementos utilizados	Al final de la campaña organiza todos los elementos utilizados, sin embargo quedan algunos pendientes	Al final de la campaña no organiza todos los elementos utilizados.