

**PLAN DE ACTUACIÓN**

**CRECIENDO EN SALUD**

**PROGRAMA DE HÁBITOS SALUDABLES**



**CEIP SAN AGUSTÍN** (Código: 04004504)

**SAN AGUSTÍN** (EL EJIDO, ALMERÍA)

**COORDINADORA:** BENITA M.<sup>a</sup> PEÑA MONTILLA

**CURSO 2022/2023**

**ÍNDICE**

1. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD	<i>Página 3</i>
2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO REALIZADO: DEMANDAS SOCIALES Y RECURSOS POTENCIALES (activos en salud comunitarios)	<i>Página 3</i>
3. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLARÁN	<i>Página 4</i>
4. CONTENIDOS Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE CADA LÍNEA DE INTERVENCIÓN PARA EL CURSO ESCOLAR 2020/2021	<i>Página 6</i>
5. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR: ÁREAS CURRICULARES, EFEMÉRIDES, OTROS PLANES Y PROYECTOS EDUCATIVOS DEL CENTRO, ETC.	<i>Página 10</i>
6. RECURSOS	<i>Página 10</i>
7. ACTIVIDADES QUE SE LLEVARÁN A CABO	<i>Página 11</i>
8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN	<i>Página 17</i>
9. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN	<i>Página 17</i>
10. PROPUESTAS DE MEJORA	<i>Página 17</i>

## 1. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Equipo Directivo del centro.  
Equipo docente del centro.  
Coordinadora del Programa Creciendo en Salud.  
Coordinador del Programa de Escuela Espacio de Paz.  
Coordinadora del Plan de Igualdad y Coeducación.  
Coordinador Biblioteca Escolar.  
Coordinadora Programa Educación Ambiental. Aldea.  
Enfermera escolar.  
Otras instituciones y /o agentes sociales implicados.  
AMPA

## 2. ANÁLISIS DEL CONTEXTO REALIZADO: DEMANDAS SOCIALES Y RECURSOS POTENCIALES (activos en salud comunitarios)

### Ubicación

El CEIP “San Agustín” se encuentra situado en San Agustín, núcleo de población perteneciente a la localidad de El Ejido, en la provincia de Almería (zona del poniente almeriense), con una población de aproximadamente 2500 habitantes, más unas 500 personas incluidas como población temporal. En él se imparten las etapas de Educación Infantil, Primaria y 1º etapa de Educación Secundaria (1º y 2º ESO).

### Servicios

Los servicios externos ofrecen apoyo y colaboración en nuestra tarea docente, disponemos de orientadora, profesora itinerante de audición y lenguaje, y una enfermera adscrita al centro a raíz de la pandemia provocada por la COVID-19.

Colaboramos con la Universidad de Almería acogiendo alumnos/as en prácticas y participamos en actividades externas organizadas por Diputación Provincial, Ayuntamiento o cualquier otra entidad que ofrezca actividades de interés lúdico o educativo.

La localidad dispone de una sala polivalente, la cual, es usada por el centro en algunos momentos. Aunque cabe señalar la lejanía al centro de otra gran variedad de recursos o servicios.

### Nivel socio-económico y laboral

El nivel socioeconómico y cultural, predominante de las familias residentes en el entorno del centro, es bajo.

Las familias del pueblo basan su economía fundamentalmente en la agricultura intensiva de invernaderos donde trabajan la totalidad de sus miembros. El 80% de la población vive en un ambiente social deprimido por lo que es difícil que las familias puedan transmitir y/o desarrollar la motivación y el interés por la cultura.

La población se incrementa anualmente por la llegada de nuevos inmigrantes, en su mayoría de origen magrebí, originándose desajustes y conflictos sociales, lo que provoca una necesaria orientación multicultural capaz de asimilar y aceptar esta diversidad de costumbres, razas y valores.

Como consecuencia de lo expuesto, una parte del alumnado llega a la escuela con un nivel de competencia lingüística pobre que no satisfacen las demandas escolares que se establecen en cada nivel de enseñanza.

### **Expectativas familiares a nivel educativo**

La mayoría de nuestro alumnado no tiene estímulos, expectativas y actitudes para el aprendizaje, ya que la mentalidad de muchas familias, sobre todo las marroquíes, es que sus hijos e hijas cumplan los 16 años para dejar el colegio y puedan ponerse a trabajar para colaborar con la economía familiar.

### **Participación de las familias**

Un porcentaje mínimo de familias colabora con el centro, aunque cabe destacar que el AMPA se encuentra cada vez más activo y participativo.

## **EVALUACIÓN FINAL DEL CURSO ANTERIOR Y ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL**

Una vez, reunido el Equipo de Promoción de la Salud, se llegan a las siguientes conclusiones:

Como consecuencia de la pandemia debida a la COVID-19, hubo que modificar algunas de las actividades propuestas para el Plan Creciendo en Salud. La continuación en el programa es debido a la evaluación positiva de cursos anteriores. El alumnado y la comunidad educativa en general, han sido partícipe del fomento de hábitos de vida saludable, expresión de emociones, resolución de conflictos etc. a través de charlas, excursiones, visionados de películas...

Encontramos en general, una falta de alimentación saludable en el alumnado, sobre todo en lo relativo al consumo de frutas y verduras en su menú semanal en casa (la mayoría tienen un menú muy básico de alimentos, poca variedad de alimentos). Tenemos que resaltar como positivo, que gran parte del alumnado sigue el menú asignado para el desayuno saludable en el colegio.

También encontramos una falta de formación y revisiones en cuanto a la higiene corporal, salud bucodental (nuestro alumnado presenta muchas caries), falta de revisión ocular (ocasionando problemas en el aprendizaje) e higiene del sueño, sobre todo con el alumnado de ciclos superiores, influyendo negativamente en su rendimiento escolar.

Otra formación que encontramos muy necesaria es la de Primeros Auxilios, que el alumnado reconozca situaciones de emergencia y conocimientos básicos de primeros auxilios y saber actuar ante ellos, ya que una parte de nuestro alumnado pasa gran parte del día solos o al cuidado de hermanos pequeños. Además, consideramos que la formación en Primeros Auxilios es muy útil y beneficiaria para nuestro alumnado y en general para toda la población.

También hemos observado en parte de nuestro alumnado unas carencias en cuanto a conocimientos básicos sobre las normas de seguridad vial y sobre todo en la importancia del uso de elementos de protección como: cascos, rodilleras, coderas, para ir en bicicletas, patines, patinetes, etc.

Otra situación que hemos evaluado ha sido el comportamiento de nuestro alumnado durante los recreos, observando varias conductas: aburrimento, alumnado solo, juegos violentos, conflictos...

Este año además de continuar con las actuaciones y actividades que se han llevado a cabo en el año anterior, que valoramos positivamente, vamos a centrar nuestra actuación y actividades dirigidas al alumnado en las situaciones mencionadas anteriormente, y que en el apartado de las actividades desarrollamos de forma detallada.

Consideramos que el trabajo de enseñar y fomentar hábitos de vida saludable debe darse año tras año a través del currículo, de las actividades complementarias, y de la implicación de las familias en las actividades del centro.

### 3. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLARÁN

Las líneas de actuación en la que nos vamos a centrar durante el presente curso serán las siguientes:

1. Educación socio-emocional.
2. Estilos de Vida Saludable.
3. Uso positivo de las Tecnologías de la Información y Comunicación.
4. Autocuidados y Accidentalidad.

#### • **Educación Emocional.**

La educación emocional consiste en un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar en el alumnado la adquisición de competencias emocionales tales como: *conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y, competencias para la vida y el bienestar*, con objeto de capacitarle para la vida y aumentar su bienestar personal y social.

#### • **Estilos de Vida Saludable.**

Los estilos de vida de las personas, es decir, el conjunto de conductas habituales que configuran su modo de vivir es uno de los factores que más influye en la salud. Los cambios sociales y laborales de la sociedad española han provocado importantes modificaciones en estos estilos de vida que han llevado a un alejamiento de la dieta mediterránea y al incremento del sedentarismo, lo que ha supuesto un aumento de la obesidad infantil. Por ello, resulta imprescindible facilitar al alumnado las claves para una alimentación saludable a la vez que se potencia la práctica de actividad física, por los beneficios físicos, mentales y sociales que proporciona, facilitando pautas para combatir la presión mediática y publicitaria de productos y alimentos poco saludables, y contrarrestando los malos hábitos que por desinformación se dan en muchas familias. (*Actividad Física y Alimentación equilibrada*).

#### • **Uso positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.**

Vivimos rodeados de Tecnologías, las cuales son una gran fuente de información de la cual nutrirnos, de igual modo que nos facilita la comunicación entre personas que no necesariamente se encuentran en el mismo espacio. Pero si no se sabe usar de manera correcta puede convertirse en un recurso peligroso, por ello desde el Plan Creciendo en Salud se busca enseñar las herramientas necesarias para saber diferenciar lo positivo de lo negativo; en ellas se incluye: *estilos de vida saludable en una sociedad digital, adicciones a las TIC y, buenas prácticas y recomendaciones*.

#### • **Autocuidados y Accidentalidad.**

Pensar en uno mismo y en nuestras necesidades personales es muy importantes para mantener el cuerpo y la mente en equilibrio, tan importante para crecer como individuos estables. Se dividen en: *autocuidados* (*higiene corporal, salud bucodental, higiene del sueño e higiene postural*) y *accidentalidad* (*seguridad y educación vial, seguridad en el hogar*).

Con estas líneas de actuación se pretende promover, entrenar y capacitar a la comunidad educativa en el desarrollo de habilidades cognitivo-conductuales que, de forma adaptada a cada edad, les permita el desarrollo de estilos de vida saludables, mediante la toma de decisiones razonadas y desarrolladas en el marco de entornos no siempre favorables a la protección y al fomento de la salud y permitiendo el logro de una educación integral, que comparta y se asiente en los cuatro pilares educativos que propone la UNESCO:

- **Aprender a ser.**
- **Aprender a convivir.**
- **Aprender a conocer.**
- **Aprender a hacer.**

En definitiva, lo que se persigue es un cambio de las actitudes del grupo, que repercutan en el ámbito familiar y social.

#### 4. CONTENIDOS Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE CADA LÍNEA DE INTERVENCIÓN PARA EL CURSO ESCOLAR 2022/2023

##### EDUCACIÓN EMOCIONAL

1. *Conciencia emocional*: capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y de las emociones de los demás.

OBJETIVOS GENERALES	CONTENIDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Identificar diferentes tipos de emociones, en sí mismos y en los demás, así como el significado que tienen a través de la auto-observación y la observación de las personas que tienen a su alrededor.	Conocimiento de las propias emociones.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percibir con precisión los propios sentimientos y emociones.</li> <li>• Identificar y definir los estados emocionales que experimenta la persona en distintos momentos contemplando la posibilidad de experimentar emociones múltiples.</li> <li>• Reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.</li> </ul>
	Vocabulario emocional.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer y utilizar el lenguaje emocional (verbal y corporal) de forma apropiada.</li> <li>• Utilizar adecuadamente las expresiones disponibles en el contexto cultural de la persona, para designar los fenómenos emocionales.</li> </ul>
	Conocimiento de las emociones de los demás.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás.</li> <li>• Comprender las emociones de las otras personas.</li> <li>• Implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales.</li> <li>• Servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.</li> </ul>
	Interacción entre emoción, cognición y comportamiento.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer la relación entre emoción, pensamiento y conducta.</li> <li>• Ser capaces de encontrar dicha relación y llevar a cabo los cambios necesarios en los pensamientos y las conductas para regular las propias emociones.</li> <li>• Entender como los estados emocionales inciden en el comportamiento y estos a su vez en la emoción y como ambos pueden regularse por la cognición (el razonamiento, la conciencia).</li> </ul>

2. *Competencia social*: capacidad para mantener relaciones adecuadas con otras personas.

OBJETIVOS GENERALES	CONTENIDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas pro-sociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.	Comportamiento pro-social y cooperativo.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar acciones en favor de otras personas, sin que lo hayan solicitado. Aunque no coincide con el altruismo, tiene muchos elementos en común.</li> <li>• Aprender a compartir actividades y espacios comunes.</li> </ul>
	Asertividad.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Defender y expresar los propios derechos, opiniones y sentimientos de una forma socialmente adecuada, respetuosa con los demás, sus opiniones y sus derechos.</li> <li>• Decir "no" claramente y mantenerlo y aceptar que el otro te pueda decir "no".</li> <li>• Hacer frente a la presión de grupo y evitar situaciones en las cuales uno puede verse coaccionado para adoptar comportamientos de riesgo.</li> </ul>
	Prevención y solución de conflictos.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar, anticiparse o afrontar resolutivamente conflictos sociales y problemas interpersonales. Implica dotar al alumnado de la capacidad de análisis, reflexión y actuación para:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identificar situaciones que requieren una solución o decisión preventiva.</li> <li>- Evaluar riesgos, barreras y recursos evitando comportamientos que puedan generar conflictos.</li> <li>- Afrontar los conflictos de forma positiva, aportando soluciones informadas y constructivas.</li> </ul> </li> </ul>
	Gestión de emociones colectivas en contextos sociales.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Recondicionar situaciones emocionales en contextos sociales. Se trata de activar estrategias de regulación emocional colectiva. Esto se superpone con la capacidad para inducir o regular las emociones en los demás en aquellas situaciones que sea conveniente.</li> </ul>

**ESTILOS DE VIDA SALUDABLE****1. Actividad Física.**

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS			
	Centro	Aula	Entorno familiar	Coordinación y aprovechamiento de los recursos externos
<p>Promover la incorporación en los estilos de vida del alumnado de la actividad física cotidiana, ya sea lúdica o pautada.</p> <p>Incrementar la actividad física dentro y fuera de la escuela en el tiempo libre del alumnado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover el uso de los espacios deportivos de los centros educativos para las actividades deportivas fuera del horario lectivo, siempre abiertos al entorno.</li> <li>• Fomentar la práctica deportiva en horario extraescolar con la incorporación a programas de actividades físicas y deportivas dentro del centro educativo.</li> <li>• Desarrollar una política orientada a la promoción de una actividad física continuada y placentera.</li> <li>• Fomentar la práctica de actividades físicas y deportivas en la comunidad educativa, con independencia del nivel de competencia que posean, con un carácter inclusivo e integrador.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables.</li> <li>• Impulsar la participación del alumnado en actividades físicas motivadoras que faciliten el desarrollo de los conocimientos, actitudes, habilidades motoras y conductuales y la confianza necesarios para adoptar y mantener un estilo de vida físicamente activo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar y formar a las familias y al entorno escolar sobre los beneficios de la práctica deportiva y las actividades físicas para que puedan promover la participación de sus hijos e hijas en actividades físicas agradables, incluyendo: <ul style="list-style-type: none"> <li>- El desarrollo de tareas cotidianas, como: caminar, pasear, subir y bajar escaleras en lugar de utilizar el ascensor o las escaleras mecánicas, desplazarse a pie o en bicicleta, ayudar en tareas domésticas, etc.</li> <li>- Incorporación a algún proyecto de actividad física pautada o supervisada durante el tiempo libre, como: natación, baile, incorporación a un equipo deportivo local, etc.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover desde la escuela la participación activa del alumnado en actividades de educación física desarrolladas en la comunidad.</li> <li>• Favorecer desde la escuela el conocimiento y la participación del alumnado en proyectos comunitarios de actividad física, ya sea pautada o lúdica, al tiempo que se utilizan los recursos comunitarios para apoyar proyectos de actividad física extra-curriculares.</li> </ul>

**2. Alimentación equilibrada.**

OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECÍFICOS		
	Centro	Aula	Entorno familiar
<p>Fomentar el consumo de al menos cinco raciones diarias de frutas y verduras frescas entre el alumnado.</p> <p>Promover la adopción de una dieta saludable por parte del alumnado.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Facilitar la adopción de una alimentación equilibrada mediante un diseño adecuado de los menús escolares.</li> <li>• Promover el desarrollo de conductas modélicas por parte del profesorado en relación con la alimentación.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Favorecer en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos de alimentación saludables.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar mensualmente a las familias sobre los menús programados en el comedor escolar.</li> <li>• Proporcionar a las familias información sobre la alimentación adecuada durante la infancia y la adolescencia.</li> <li>• Proporcionar a las familias información sobre el tipo de alimentos que son promovidos por el centro para el desayuno, el almuerzo, la merienda, y/o las salidas que efectúa la escuela (consumo de fruta y bocadillos, restricción del consumo de bollería, golosinas y bebidas azucaradas).</li> <li>• Promover la participación activa de padres y madres en actividades tales como: talleres de cocina, actividades lúdico recreativas (diferentes celebraciones a lo largo del curso en las que se consuman comidas y bebidas saludables, cuidado de un huerto en el centro, jornadas de plantación de árboles frutales...), salidas extraescolares, encuentros gastronómicos, etc.</li> </ul>



**USO POSITIVO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN**

Uso positivo de las Tecnologías de la Información y Comunicación		
	CONTENIDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Estilos de Vida saludables. Sociedad digital	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hábitos saludables asociados al uso de las TIC.</li> <li>Tiempo de ocio y las TIC.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desarrollar competencias que favorezcan hábitos de uso responsable, crítico, racional y reflexivo de las TIC.</li> <li>Promover alternativas de ocio saludables utilizando las TIC.</li> <li>Prevenir problemas físicos, psicológicos y sociales asociados al uso inadecuado de las TIC.</li> </ul>
Adicciones a las TIC	<ul style="list-style-type: none"> <li>Conceptos básicos asociados a Tecno-adicciones.</li> <li>Factores de riesgo y Factores de protección.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover estrategias de prevención ante las repercusiones negativas en la salud física y psicológica del alumnado por el uso inadecuado de las TIC, prestando especial atención a los factores de riesgo, así como, a las señales de alarma que indiquen una posible adicción.</li> </ul>
Buenas Prácticas y Recomendaciones	<ul style="list-style-type: none"> <li>Normas básicas para un uso seguro de las TIC.</li> <li>Identidad Digital.</li> <li>Redes sociales.</li> <li>Videojuegos.</li> <li>CiberBullying.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ofrecer al alumnado estrategias de protección e intervención ante al ciber-acoso. Tolerancia cero.</li> <li>Establecer recomendaciones para un uso correcto y seguro de Internet.</li> <li>Valorar la importancia de gestionar la identidad digital de forma adecuada, segura y responsable.</li> <li>Conocer el reglamento de utilización de las redes sociales en España, prestando especial atención a su introducción en la infancia y ofreciendo alternativas para una comunicación social segura.</li> </ul>

**AUTOCUIDADOS Y ACCIDENTALIDAD**1. *Autocuidado*

Autocuidados		
	CONTENIDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Higiene Corporal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidado de los ojos</li> <li>• Higiene de los oídos</li> <li>• Higiene de la nariz</li> <li>• Higiene de los pies</li> <li>• Higiene del periné</li> <li>• Higiene de ropa y calzado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar la higiene como medida para conseguir mayor bienestar personal en su relación con los demás.</li> <li>• Valorar su propio cuerpo y percibir la limpieza como bienestar personal.</li> </ul>
Salud Bucodental	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promoción y prevención de salud bucodental</li> <li>• Desarrollo de la boca y de los dientes</li> <li>• Higiene oral</li> <li>• Principales enfermedades bucodentales</li> <li>• Alimentación</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar los alimentos cariogénicos.</li> <li>• Conocer la importancia del cepillado dental como medida de prevención de la caries.</li> <li>• Utilizar la técnica correcta del cepillado dental.</li> </ul>
Higiene del Sueño	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas de higiene del sueño.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprender que dormir menos horas de las necesarias puede producir problemas de salud y de rendimiento escolar.</li> </ul>
Higiene Postural	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Postura adecuada</li> <li>• Transporte de peso</li> <li>• Mobiliario escolar</li> <li>• Vicios posturales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transportar correctamente la mochila con el material escolar de casa al centro educativo.</li> <li>• Mantener una postura correcta cuando estén sentados.</li> </ul>

2. *Accidentalidad*

Accidentalidad		
	CONTENIDOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Seguridad y Educación Vial	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguridad y Educación Vial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar conocimientos y habilidades sobre normas básicas de seguridad vial.</li> <li>• Proporcionar conocimientos sobre la importancia del uso del casco y el cinturón de seguridad.</li> </ul>
Seguridad en el Hogar	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguridad en la escuela y en el hogar.</li> <li>• Primeros Auxilios.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Proporcionar conocimientos básicos sobre riesgos evitables en su actividad diaria.</li> </ul>

## **5. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR: ÁREAS CURRICULARES, EFEMÉRIDES, OTROS PLANES Y PROYECTOS EDUCATIVOS DEL CENTRO, ETC.**

El primer paso en la intervención curricular es la inclusión del programa en el Proyecto Educativo del Centro (PEC).

Todos los bloques de actuación de este plan se encuentran en concordancia y se trabajan a través de todas las áreas, puesto que cualquiera de ellas trabaja las emociones a través de lecturas, conflictos diarios, o actividades dirigidas a trabajar la salud o el ejercicio físico.

Por otro lado este plan está intrínsecamente relacionado de una u otra manera al resto de planes que se realizan en el centro; actualmente en el centro se desarrollan diferentes Planes y Programas educativos como:

- Plan de Igualdad y Coeducación.
- Programa Escuela Espacio de Paz y Convivencia.
- Plan de bibliotecas escolares.
- Programa Creciendo en Salud.
- Programa Educación Ambiental. Aldea.
- Escuelas deportivas.

## **6. RECURSOS**

### **RECURSOS MATERIALES**

Los recursos materiales con los que contamos en el centro para la realización del plan son:

- Material fungible.
- Material reciclado (chapas y botellas plásticos)
- Portal de Hábitos de Vida Saludable de la Consejería de Educación.
- Recursos de internet.
- Biblioteca del centro.
- Murales, cuentos, películas, etc.
- Diferentes espacios e instalaciones del centro (aulas, pasillos, biblioteca, patios,).
- Material educativo: PDI, tabloneros de anuncios, ordenadores portátiles, tablets.
- Material propio del área de Educación Física (balones, cuerdas, aros...)

### **RECURSOS HUMANOS, ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN DEL APOYO**

#### **SOCIO-SANITARIO, OTROS APOYOS DE LA COMUNIDAD, ETC.**

Los recursos humanos con los que contamos en el centro para la realización del plan son:

- Coordinadora del proyecto.
- Profesorado.
- Alumnado.
- Familias.
- Profesionales externos: sanitarios, guardia civil, servicios sociales, EOE.

## **7. ACTIVIDADES QUE SE LLEVARÁN A CABO**

A lo largo del presente curso se desarrollarán diferentes actividades, como:

LÍNEA DE ACTUACIÓN	ACTIVIDAD	¿EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD?	OBJETIVOS	¿QUIÉNES?	¿CUÁNDO?
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	Desayuno saludable	<p>Se le hace entrega al alumnado del menú variado y saludable recomendado para los desayunos de los recreos, que consiste en:</p> <p><b>Lunes:</b> fruta                      <b>Martes:</b> bocadillo                      <b>Miércoles:</b> fruta  <b>Jueves:</b> bocadillo                      <b>Viernes:</b> fruta</p> <p>Además, se ha asesorado a los niños y niñas del porqué de este menú y las posibles opciones de desayuno que pueden traer cada día.</p> <p>Cada día el maestro/a comprobará si el alumnado ha traído el desayuno de acuerdo al menú estipulado.</p>	- Promover la adopción de una dieta saludable por parte del alumnado.	Alumnado. Familias	Durante todo el curso 2022/2023
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	Bocata Saludable Caparrós	<p>El alumnado recibirá la visita de un nutricionista y realizarán un taller práctico donde les enseñarán como realizar un bocadillo saludable con alimentos ricos y variados fomentando el consumo de frutas y verduras de la zona.</p>	- Conocer la importancia de una alimentación saludable.	Alumnado 2º Ciclo	10/11/22
ESTILOS DE VIDA SALUDABLE	Distribución leche	<p>El centro ha sido seleccionado para el Plan Escolar de consumo de leche y otros productos lácteos. Se hará una distribución entre el alumnado de los productos asignados al centro.</p>	- Promover la adopción de una dieta saludable entre el alumnado.	Alumnado	Fecha por determinar

LÍNEA DE ACTUACIÓN	ACTIVIDAD	¿EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD?	OBJETIVOS	¿QUIÉNES?	¿CUÁNDO?
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	Información familiar para una vida sana	Se hará entrega a las familias de unas recomendaciones en cuanto a la alimentación diaria en las casas; así como la distribución del desayuno saludable de los recreos del centro.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Concienciar de la importancia de una alimentación saludable.</li> <li>-Modificar hábitos alimenticios negativos con algunos consejos saludables</li> </ul>	Profesorado Familias	Durante el Primer Trimestre
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	Promoción de la Salud	<p>Todo el alumnado a través del área de Ciencias Naturales y Conocimiento del Medio trabajará la pirámide de los alimentos, los beneficios de una alimentación saludable, elaboración de menús equilibrados, cómo llenar una cesta de la compra de forma sana, ...</p> <p>En los tramos de recreo, los alumnos y alumnas usarán su tiempo para practicar distintas actividades deportivas y juegos donde se moverán y activarán el cuerpo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Conocer distintas maneras de mantener una vida sana y equilibrada.</li> </ul>	Profesorado Alumnado	Durante todo el curso 2022-2023

<p style="text-align: center;">ESTILOS DE VIDA SALUDABLES</p>	<p style="text-align: center;"><b>Patios Activos</b></p>	<p>Elaboración de juegos no violentos, no sexistas y grupales</p> <p>Diferentes tipos de actividades: juegos tradicionales, deportivos, circuitos, bailes, canciones, etc....</p> <p>Bibliopatio. Disfrutar de la lectura al aire libre</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mejorar la convivencia y las relaciones que se producen entre el alumnado y disminuir los conflictos que se producen en el patio.</li> <li>- Desarrollar habilidades sociales de comunicación y resolución de conflictos.</li> <li>- Construir y potenciar una relación de diálogo, de paz y de armonía en las actividades y juegos.</li> <li>- Conocer y respetar las diferencias entre los niños, niñas y sus posibilidades, favoreciendo el juego mixto.</li> <li>-Dinamizar el patio del recreo para favorecer la actividad física y motora del alumnado, así como la integración plena de todo el alumnado.</li> </ul>	<p>Profesorado. Alumnado.</p>	<p>Durante todo el curso</p>
---	--	---	--	-----------------------------------	------------------------------

LÍNEA DE ACTUACIÓN	ACTIVIDAD	¿EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD?	OBJETIVOS	¿QUIÉNES?	¿CUÁNDO?
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	<b>Distribución Fruta y Verdura</b>	Al haber sido seleccionado el centro por parte del programa de distribución de frutas y hortalizas, durante el 2ºy 3er. Trimestre recibiremos cuatro entregas de las mismas.	- Promover la adopción de una dieta saludable entre el alumnado.	Consejería de Educación Alumnado Profesorado Frutanova	De enero a mayo
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	<b>Desayuno andaluz</b>	El alumnado tomará un desayuno andaluz compuesto por pan, aceite y tomate. El aceite será facilitado por la Delegación de Educación.	-Promover la adopción de una dieta saludable entre el alumnado.	AMPA Alumnado Profesorado	Febrero



EDUCACIÓN EMOCIONAL	<b>Respira y conéctate</b>	Se introducirá en el mundo de la meditación/atención plena ( <i>mindfulness</i> ) al alumnado cuando vuelva al aula después del recreo, mejorando su disposición al trabajo en las últimas horas de la jornada lectiva del día. O se trabajará de forma transversal, empleada como recurso de apoyo en la mitad de las sesiones, contribuyendo a una de las propuestas de mejora del centro relacionada con la atención activa en el aula. Se facilitarán propuestas al profesorado para llevar a cabo esta iniciativa.	-Promover la incorporación en el alumnado de estilos de vida saludables.	Alumnado Profesorado	Durante todo el curso 2022-2023
---------------------	----------------------------	---	--	-------------------------	---------------------------------

LÍNEA DE ACTUACIÓN	ACTIVIDAD	¿EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD?	OBJETIVOS	¿QUIÉNES?	¿CUÁNDO?
EDUCACIÓN EMOCIONAL	Habilidades Sociales	<p>Desde todas las áreas se llevará a cabo la realización de diferentes actividades como visionado de vídeos, role play,... para que el alumnado experimente y sepa diferenciar las diferentes emociones.</p> <p>Diariamente se trabajarán los saludos, las normas de cortesía y comportamiento en distintos actos y situaciones de la vida.</p> <p>Utilizaremos los posibles conflictos que puedan surgir en el aula o en el recreo para trabajar los sentimientos y emociones, ponernos en el lugar de la otra persona,</p>	<p>- Mejorar las habilidades sociales del alumnado.</p> <p>-Promover la buena educación en nuestro día a día.</p> <p>- Aprender a identificar las propias emociones y las de los demás.</p> <p>- Aprender a ponerse en el lugar del otro desarrollando la empatía.</p>	<p>Profesorado</p> <p>Alumnado</p>	Durante todo el curso 2022-2023
EDUCACIÓN EMOCIONAL	Biblioteca y Bibliopatio	<p>El centro cuenta en su biblioteca con una amplia gama de libros, con una temática dirigida a la educación en valores. Todos ellos se encuentran en una sección denominada "Creciendo en Salud", contando con títulos como:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "Te quiero casi siempre"</li> <li>• "El libro de los abrazos"</li> <li>• "Cuerdas"</li> <li>• "El monstruo de colores"</li> <li>• "Topito Terremoto"</li> <li>• Etc.</li> </ul>	<p>-Fomentar el uso de la biblioteca como espacio de disfrute y consulta.</p>	<p>Coordinadora "Plan Creciendo en Salud"</p> <p>Coordinador de la biblioteca</p> <p>Alumnado</p> <p>Profesorado</p>	Durante todo el curso 2022-2023

LÍNEA DE ACTUACIÓN	ACTIVIDAD	¿EN QUÉ CONSISTE LA ACTIVIDAD?	OBJETIVOS	¿QUIÉNES?	¿CUÁNDO?
USO POSITIVO DE LAS TIC	<b>Plan Director de la Guardia Civil</b>	El alumnado del Tercer Ciclo de Primaria y del Primer Ciclo de Secundaria recibirá información sobre diferentes temáticas de actualidad y de su interés (ciber-acoso, educación sexual, sustancias estupefacientes,).	- Concienciar sobre ciber-acoso, drogodependencia, educación sexual,	Guardia Civil Alumnado	Fecha por determinar
AUTOCUIDADOS y ACCIDENTALIDAD	<b>¡Qué importante es nuestra higiene corporal!</b>	<p>La higiene corporal se trabaja en todo el Centro como tema transversal, se incluyen actividades en las áreas de Ciencias Sociales, Ciencias Naturales, Conocimiento del Medio y Educación Física.</p> <p>Durante el curso las medidas higiénicas que se siguen manteniendo son lavado de manos tanto con agua y jabón como con gel hidroalcohólico y ventilación permanente de las aulas y zonas comunes.</p> <p>La enfermera escolar intervendrá y realizará varias actividades con el alumnado:</p> <p>Higiene general: Infantil 5 años, 1º y 2º de primaria.</p> <p>Contenidos: higiene personal diaria: lavarse la cara, dientes, manos y uñas, uso de wc, peinarse, ropa limpia, secuencia de baño.</p> <p>Contenidos: breve repaso higiene corporal, postural, alimentación, ejercicio físico, descanso, ocio y tiempo libre, peligros en el entorno...</p>	<p>- Crear hábitos higiénicos positivos para preservar nuestra salud y la de los demás.</p> <p>- Concienciar de la importancia de cuidar nuestra higiene.</p>	Alumnado Profesorado	Durante todo el curso 2022-2023

AUTOCUIDADOS Y ACCIDENTALIDAD	<b>Visita del dentista</b>  <b>Higiene bucodental</b>	<p>El alumnado del Primer Ciclo recibirá la visita del dentista para revisar el estado de sus dientes, poniendo en conocimiento si hay algunas caries, comunicándoselo a los padres, madres o tutores legales.</p> <p>La enfermera escolar llevará a cabo una serie de actividades con el alumnado que consistirán:</p> <p>Higiene bucodental: alumnado de 3, 4 y 5 años. Contenido: partes de la boca infantil y adulta, función de los dientes, boca sana y enferma, alimentos sanos y no sanos para los dientes, práctica del cepillado. Video de ratoncito Pérez.</p> <p>Higiene bucodental: 1º y 2º de Primaria; los mismos contenidos que en 5 años y se añade la formación de caries y los diferentes tipos de dientes.</p>	<p>- Conocer la importancia de una correcta higiene dental.</p> <p>-Concienciar al alumnado de lo positivo de tener una dentadura sana y como influye nuestra alimentación en ello.</p>	<p>Enfermera escolar</p> <p>Dentista</p> <p>Alumnado</p>	<p>Fecha por determinar</p>
AUTOCUIDADOS Y ACCIDENTALIDAD	<b>Primeros Auxilios</b>  <b>Taller RCP Y Posición Lateral de Seguridad.</b>	<p>El alumnado de 3º a 6º de primaria, ESO y el profesorado realizarán la actividad Primeros Auxilios impartida por la enfermera escolar que les enseñará actuar ante situaciones como: atragantamientos, cortes, heridas, hemorragias, sangrado nasal, traumatismo e intoxicaciones, contenido botiquín y conocer el 112.</p> <p>Taller de RCP Y Posición Lateral de Seguridad. Alumnado de 3º a 6º de Primaria, ESO y el profesorado del centro.</p>	<p>-Reconocer situaciones de emergencia y conocimientos básicos de primeros auxilios y saber actuar ante ellas.</p>	<p>Enfermera escolar</p> <p>Alumnado</p> <p>Profesorado</p>	<p>Durante todo el curso</p>
AUTOCUIDADOS Y ACCIDENTALIDAD	<b>Parque de Tráfico del Centro de Educación Vial (Vicar)</b>	<p>Material audiovisual y pedagógico, a través de videos y fichas, folletos, etc. que se les mostrará al alumnado para el conocimiento y aprendizaje de la educación vial.</p> <p>Parque de Tráfico del Centro de Educación Vial de Vicar, en el que el alumnado realizará actividades con bicicletas y karts, poniendo en práctica los conocimientos, comportamiento y actitudes adquiridas.</p> <p>La actividad va dirigida al alumnado de 3º y 6º de primaria.</p>	<p>-Conocer las principales señales acústicas y luminosas, el uso correcto de las vías públicas como usuarios, y la importancia de las normas y los agentes de tráfico, entre otras...</p>	<p>Alumnado Responsables Parque de Tráfico de Vicar</p>	<p>Fecha por determinar</p>

<p>EDUCACIÓN EMOCIONAL</p>	<p><b>Día de los derechos de los niños y de las niñas.</b>  <b>Día contra la violencia de género.</b>  <b>Día de la discapacidad.</b>  <b>Día de la constitución.</b></p>	<p>Decoración de escaleras: Cada ciclo trabajará una efeméride concreta. <u>Infantil</u> realizará dibujos decorativos de cada una de las efemérides trabajadas, decorando los pasillos de su edificio, respetando los diferentes colores de cada efeméride. En 3 años se trabajarán los Derechos de la Infancia con dibujos relacionados. En 4 años se trabajará la Discapacidad y la Constitución con dibujos, palabras y frases. En 5 años se trabajará la Violencia de Género con dibujos, palabras y frases relacionadas. El <u>primer ciclo</u> y el aula específica trabajará los Derechos de la Infancia de color verde, el <u>segundo ciclo</u> trabaja la Discapacidad de color naranja, el <u>tercer ciclo</u> trabaja la Violencia de Género de color violeta y el <u>primer ciclo de la ESO</u> trabaja la Constitución de color rojo. Cada curso de primaria escribirá dos frases y en la ESO dos artículos por clase. Se realizarán en cartulina de los colores establecidos, se plastificarán y se colocarán en las escaleras de ambos edificios.  A lo largo del curso se cambiará la decoración de las escaleras y se harán frases alusivas al resto de efemérides trabajadas durante el año. Dichas actividad se determinaran durante 2º y 3º trimestre del año.</p>	<p>-Inculcar los derechos de la infancia y valorar si se cumplen en su entorno cercano o lejano.  -Dar a conocer los artículos más relevantes, relacionados con los derechos de los niños y niñas.  -Reflexionar sobre la desigualdad en las cuales mujeres y hombres estamos siendo educados.  -Conocer los ideales, valores y partes de la Constitución Española de 1.978.  -Reconocer los símbolos del Estado Español: la bandera, el escudo y el himno.  -Analizar los artículos más relevantes relacionados con las normas del centro y de la infancia.</p>	<p>Alumnado  Profesorado</p>	<p>Todo el curso</p>
----------------------------	---	---	--	----------------------------------	----------------------

## 8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN

Para la comunicación y difusión del programa utilizaremos los siguientes medios e instrumentos como son el Claustro, el Consejo Escolar, la tutoría, charlas de especialistas, la Agenda Escolar, notas informativas del centro, avisos Pasen, tablón de anuncios del Centro, carteles, murales, actividades realizadas, etc.

Un medio muy importante de difusión de información es la página web del centro: [www.ceipsanagustin.com](http://www.ceipsanagustin.com), también se comparten nuestras actividades en el Facebook del centro.

Para la difusión a otros centros podremos utilizar la plataforma Colabora.

## 9. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

La evaluación del programa será un proceso continuo a lo largo de todo el curso. Para ello, usaremos los siguientes instrumentos de evaluación:

- ❖ Observación directa.
- ❖ Diario de clase.
- ❖ Tareas de las alumnas y los alumnos.
- ❖ Cuestionarios de satisfacción a todos los miembros de la comunidad educativa.
- ❖ Evaluación del proyecto.
- ❖ Evaluación del Claustro y Consejo Escolar.
- ❖ Evaluación en la memoria de autoevaluación del Centro.

Todo esto se llevará a cabo realizando una **evaluación inicial** para determinar cuáles son las necesidades del centro de modo que pueda definirse el Plan de Actuación y las líneas a desarrollar. Para ello se realiza un análisis del entorno, de las necesidades del alumnado y de los recursos personales y materiales del centro.

Realización de **reuniones de seguimiento** en los distintos claustros a lo largo del curso de forma que nos permita observar si las actividades que se han programado se están adecuando a las necesidades del centro y del alumnado, y reconducirlas si fuese necesario.

Y para concluir una **evaluación final** al finalizar el programa realizando un análisis de la consecución de los objetivos propuestos.

## 10. PROPUESTAS DE MEJORA

Al concluir la evaluación final y realizar la memoria, formularemos las distintas propuestas de mejora para paliar las dificultades encontradas y los objetivos no alcanzados.

