

TIPO B. Participación sin convocatoria

HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE.

Justificación:

En nuestro centro educativo vamos a llevar a trabajar este ámbito con la participación del claustro, con el objetivo de fomentar en el alumnado la salud y los hábitos de vida saludables para su desarrollo integral.

La educación de temas relacionados con la salud es uno de los factores fundamentales para preservar el derecho recogido en los documentos internacionales relacionados con los derechos humanos y derechos de la infancia. De ahí, la importancia de llevar a cabo un programa específico donde se ponga en práctica un desarrollo educativo de la salud, los hábitos y estilos de vida saludables y la educación emocional, ya que refuerza el potencial socializador e inclusivo.

Según la OMS se define salud como un “estado completo de bienestar físico, psicológico y social, y no a la mera ausencia de enfermedad”. Este concepto engloba en sí mismo una dimensión psicológica y de bienestar social muy relacionada con la educación emocional.

A la hora de organizar el trabajo de este ámbito, realizaremos previamente un estudio sobre el contexto del colegio. El centro educativo y el entorno local del mismo son factores esenciales en la configuración de nuestro proyecto, ya que estos repercutirán decisivamente en el alumnado y su conducta. Por ello, tendremos en cuenta su ubicación, características de tamaño, número de alumnado y profesorado, instalaciones y materiales disponibles, sus costumbres y tradiciones,... puesto que esto condiciona el tratamiento que le podamos dar a todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Objetivos generales:

- Contribuir al desarrollo de competencias y capacidades que permitan al alumnado afrontar los riesgos para la salud más frecuentes en estas edades favoreciendo la elección de conductas saludables.
- Potenciar el desarrollo de aptitudes para la interacción social: autocontrol, autoestima, habilidades de comunicación asertiva, resolución de problemas y/o conflictos interpersonales.
- Sensibilizar sobre la importancia de la actividad física y una alimentación equilibrada y la relación entre éstas y el estado de salud y bienestar.
- Desarrollar valores y actitudes positivas hacia el mantenimiento de la salud en todas sus dimensiones: física, social y mental.

Objetivos que persigue el centro:

- Desarrollar hábitos de vida saludable y hábitos que cuiden el bienestar físico y emocional.
- Impulsar la práctica del deporte.
- Fomentar la alimentación saludable, la autonomía, la actividad física y el autocuidado.

-Involucrar a las familias y la comunidad educativa en la educación en salud.

Contribución a las competencias clave.

Desde este ámbito proponemos promover, entrenar y capacitar a las personas para el desarrollo de habilidades cognitivo-conductuales que, de forma adaptada a cada edad, les permitan la adquisición y consolidación de hábitos 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.

En este sentido, constituye una herramienta para la innovación educativa y el desarrollo de las **competencias clave** del alumnado en materia de promoción de la salud, facilitando el tratamiento de los contenidos curriculares relacionados con la educación emocional, la alimentación y la actividad física, los hábitos de higiene y autocuidado, la educación vial, el uso responsable de las tecnologías o la prevención de adicciones incluidos en el Proyecto Educativo del Centro, y a través de la que el profesorado, partiendo del análisis del entorno y de una metodología de investigación, democrática y participativa en la que el alumnado tiene un papel protagonista en su proceso de enseñanza aprendizaje, enfatiza los aspectos positivos de mantener un estilo de vida saludable.

Por ello la adquisición de competencias claves se desarrolla de la siguiente manera:

- *Competencia en comunicación lingüística*: Implica la habilidad de comunicarse y conectar eficazmente con otras personas, de forma adecuada y creativa, sabiendo identificar, comprender, expresar, crear e interpretar conceptos, sentimientos, hechos y opiniones de forma oral y escrita, mediante materiales visuales, sonoros y digitales en las disciplinas y contextos, como por ejemplo realizando trabajos de investigación por equipos con exposición en grupo, desarrollando un trabajo cooperativo.

- *Competencias plurilingües*: Esta competencia define la habilidad de utilizar distintas lenguas de forma adecuada y efectiva para la comunicación. Se basa en la habilidad de comprender, expresar e interpretar conceptos, pensamientos, sentimientos, hechos y opiniones de forma oral y escrita en diversos contextos sociales y culturales, como por ejemplo en actividades de concienciación y respeto hacia otras culturas, costumbres y lenguas.

- *Competencia matemáticas y competencias en ciencias, tecnología e ingeniería*: Habilidad de desarrollar y aplicar el razonamiento y la perspectiva matemática con el fin de resolver diversos problemas en situaciones cotidianas, por lo que se plantea una serie de actividades como asambleas relacionadas con la gestión emocional y resolución de conflictos proponiendo equipos de alumnado de mediación en los tramos como el recreo.

- *Competencia digital*: Implica el uso seguro, crítico y responsable de las tecnologías digitales para el aprendizaje, en el trabajo y para la participación en la sociedad, así como la interacción con estas; por ello para el desarrollo de esta competencia se desarrollarán actividades como formación y charlas sobre el abuso y el mal uso de las TIC y sobre las conductas adictivas.

- *Competencia personal, social y de aprender a aprender*: Esta competencia es el hilo conductor de todo el programa. Es la habilidad de reflexionar sobre uno mismo, gestionar el tiempo y la información eficazmente, colaborar con otros de forma constructiva, mantener la resiliencia y gestionar el aprendizaje propio. Está presente de manera directa en todas y cada una de las actividades que se desarrollan en cada una de las líneas de actuación de este programa.

- *Competencia ciudadana*: La competencia ciudadana es la habilidad de actuar como ciudadanos responsables y participar plenamente en la vida social y cívica, basándose en la comprensión de los conceptos y las estructuras sociales, económicos, jurídicos y políticos, así como la sostenibilidad y los acontecimientos mundiales. Esta competencia está presente en todas las actividades específicas de este ámbito vinculadas con efemérides, fomentando un trabajo cooperativo y el aprender a trabajar en equipo respetando y aceptando las capacidades de todos y todas, independientemente de su género, cultura e ideología.

- *Competencia emprendedora*: Se basa en la creatividad, el pensamiento crítico y la resolución de problemas, en tomar la iniciativa, la perseverancia y la habilidad de trabajar de manera colaborativa en la planificación y la gestión de proyectos de valor financiero, social o cultural. Fomentaremos esta competencia en actividades de composición grupal, como scape-rooms, flashmood, teatralizaciones, gymkanas, etc.

- *Competencia en conciencia y expresión cultural*: La competencia en conciencia y expresión cultural implica comprender y respetar la forma en que las ideas y el significado se expresan de forma creativa y se comunican en las distintas culturas, así como a través de una serie de artes y otras manifestaciones culturales.

Principales líneas de trabajo y contribución a las competencias específicas en las distintas áreas.

La principal línea de trabajo será “Crecimiento en Salud” donde trabajaremos los siguientes ámbitos:

-Formación específica dirigida al profesorado y al alumnado mediante puesta en práctica de herramientas varias sobre educación emocional. *Apartado similar al encontrado en el Programa “Bienestar emocional”.

-Alimentación saludable.

-Actividad física y deporte.

-Educación vial.

Líneas de actuación	Competencia específica	Área relacionada
Educación emocional	2. Reconocer, manifestar y regular progresivamente sus emociones, expresando necesidades y sentimientos para lograr bienestar emocional y seguridad afectiva. CCL1, CCL2, CCL5, STEM1, STEM2, STEM5, CD2, CD3, CD5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CC1, CC2, CC3, CE1, CE2, CE3, CCEC1, CCEC2, CCEC3, CCEC4.	Crecimiento en Armonía
	3.Desarrollar procesos de autorregulación e interacción en el marco de la práctica motriz con actitud empática e inclusiva, haciendo uso de las habilidades sociales y actuaciones de cooperación, respeto e inclusión, con independencia de las diferencias etnoculturales, sociales, de género y de habilidad de los participantes, para contribuir a la convivencia social y el compromiso étnico en los diferentes espacios. CCL1, CCL5, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA5, CC2, CC3.	Todas las áreas.
Actividades a realizar: -Accediendo a la inauguración del Aula Multisensorial-De las Emociones, llevaremos a cabo prácticas donde el alumnado sea el principal protagonista, sirviendo de formación para el Claustro.		

Líneas de actuación	Competencia específica	Área relacionada
Alimentación saludable	1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividad física, lúdica y deportiva, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad, individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar, hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar. STEM2, STEM5, CPSAA2, CPSAA5, CE3, CD1, CD2, CD3.	Educación física.

	4. Conocer y tomar conciencia del propio cuerpo, de las emociones y sentimientos propios y ajenos, desarrollando hábitos saludables fundamentados en el conocimiento científico para conseguir el bienestar físico, emocional y social. STEM5, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CC3	Conocimiento del Medio.
Actividades a realizar: -Organización de desayunos saludables de elaboración propia (cocina del colegio) y típicos de nuestra gastronomía, aprovechando la celebración de efemérides varias: desayuno en conmemoración del Día de Andalucía, reparto de fruta y agua después de la carrera solidaria, desayuno de convivencia de Semana Santa. -Realización de productos finales de la SdA que hace alusión al cuerpo humano, en los que se trabajan actividades grupales consistente en una puesta en común y presentación de alimentos variados y dietas saludables.		

Líneas de actuación	Competencia específica	Área relacionada
Actividad física y deporte.	1. Progresar en el conocimiento y control de su cuerpo y en la adquisición de distintas estrategias, adecuando sus acciones a la realidad del entorno de una manera participada y autónoma, para construir una autoimagen ajustada y positiva. CCL1, CCL2, CCL5, STEM1, STEM5, CD1, CD2, CPSAA1, CPSAA2, CPSAA3, CPSAA4, CC1, CC3, CE1, CE2, CE3, CCEC2, CCEC4.	Crecimiento en Armonía
	2. Adaptar los elementos propios del esquema corporal, las capacidades físicas, perceptivo-motrices y coordinativas, así como las habilidades y destrezas motrices, aplicando procesos de percepción, decisión y ejecución adecuados a la lógica interna y a los objetivos de diferentes situaciones, para dar respuesta a las demandas de proyectos motores y de prácticas motrices con distintas finalidades en contextos de la vida diaria. STEM1, CPSAA4, CPSAA5, CD1, CD2, CD3.	Educación física.

Actividades a realizar:

-Torneos deportivos en horario de recreos, trabajándose, de esta manera, la línea de intervención de patios inclusivos.

-Carrera solidaria en conmemoración del Día de Andalucía y en colaboración con el Proyecto “Escuela espacio de Paz”.

-Organización de actividades complementarias y extraescolares relacionadas con la actividad física: actividades de natación, excursión a Sierra Nevada, participación en carreras y marchas organizadas por el Ayuntamiento de Carmona.

Líneas de actuación	Competencia específica	Área relacionada
Educación vial	4. Establecer interacciones sociales en condiciones de igualdad, valorando la importancia de la amistad, la mediación, el respeto y la empatía, para construir su propia identidad basada en valores democráticos y de respeto a los derechos humanos. CCL1, CCL2, CCL5, CD1, CD3, CPSAA1, CPSAA3, CPSAA4, CC1, CC2, CC3, CE2, CCEC1, CCEC2	Crecimiento en Armonía
	5. Valorar diferentes medios naturales y urbanos como contextos de práctica motriz, interactuando con ellos y comprendiendo la importancia de la conservación y cuidado desde un enfoque de sostenibilidad y respeto, durante la práctica y el juego. STEM5, CC2, CC4, CE1, CE3, CD5.	Educación física
	4. Conocer y tomar conciencia del propio cuerpo, de las emociones y sentimientos propios y ajenos, desarrollando hábitos saludables fundamentados en el conocimiento científico para conseguir el bienestar físico, emocional y social.	Conocimiento del medio.
Actividades a realizar: -Talleres de educación vial y prevención de riesgos como ciudadanos, organizados por entidades externas al núcleo escolar como pudiera ser Protección civil, Policía Local, Guardia Civil.		

Participantes.

Este ámbito es trabajado por todo el Claustro de Profesores, aunque la organización contará a cargo de la persona responsable del mismo, Francisco J. Busto.

Recursos materiales necesarios.

Para el trabajo competencial recogido en este ámbito, se precisarán de las propias instalaciones del centro: cocina, pistas deportivas, porches, pabellón...

Por otro lado, algunas actividades se desarrollarán en instalaciones exteriores, como por ejemplo, la piscina municipal perteneciente a las instalaciones AOSSA. También en zonas aledañas al centro.

En cuanto a materiales, además de los ya nombrados anteriormente como son los equipos informáticos de las aulas, utilizaremos equipos de sonido, material del área de educación física en su mayoría y material elaborado por los propios participantes y coordinador del programa.