

# PLAN DE ACTUACIÓN

## CRECIENDO EN SALUD



COLEGIO CIUDAD DE ALMERÍA

CÓDIGO DEL COLEGIO: 04000146

CURSO 2018/2019

COORDINADOR DEL PROGRAMA: FRANCISCO  
ANTONIO LÓPEZ HERNÁNDEZ.

## 1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.

El colegio está situado en el barrio “Nueva Andalucía”. Consta de una sola línea que va desde educación infantil hasta 4º de E.S.O.

Destacan familias de clase media que se preocupan en su mayoría por inculcar a sus hijos e hijas una alimentación adecuada. Sin embargo, es importante orientarles para que no se salgan del camino de “los hábitos saludables”.

Así mismo, es importante trabajar las emociones, ya que nos encontramos con dificultades a la hora de que los niños gestionen sus emociones, así como resolución de conflictos.

Las familias de nuestro centro se implican en la educación de sus hijos e hijas por lo que su participación y colaboración están siempre disponibles.

Este programa va dirigido al alumnado de Educación Infantil, que consta con un total de 75 alumnos/as.

## 2. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLARÁN

La consejería de Educación, la Consejería de Salud, la Consejería de Igualdad Política Sociales y la Consejería de Agricultura, Pesca y Desarrollo Rural ponen a disposición de la comunidad educativa el programa creciendo en Salud con el objetivo de promover, entrenar y capacitar a las personas para el desarrollo de habilidades cognitivo-conductuales que, de forma adaptada a cada edad, les permitan el desarrollo de estilos de vida saludables, mediante la toma de decisiones razonadas.

Creciendo en Salud pone a disposición de los centros docentes sostenidos con fondos públicos de Andalucía que imparten enseñanzas en educación infantil y educación primaria las siguientes Líneas de Intervención para la promoción y educación para la salud:

- Educación Socio-emocional.
- Estilos de Vida saludable.
- Autocuidado y Accidentalidad.
- Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y Comunicación.

Durante el presente curso escolar en nuestro centro desarrollaremos las siguientes líneas:

- **Educación emocional.** Consiste en un proceso educativo continuo y permanente que pretende potenciar en el alumnado la adquisición de competencias emocionales.
-

- **Estilos de vida saludable.** Es el conjunto de conductas habituales que configuran el modo de vivir y que más influyen en la salud. Es imprescindible facilitar al alumnado las claves para una alimentación saludable facilitando pautas para combatir el consumo poco saludable e informando a las familias para contrarrestar los malos hábitos.

### 3. OBJETIVOS

- . Contribuir al desarrollo de competencias y capacidades que permitan al alumnado una buena relación afectiva.
- . Promover aptitudes que permitan tomar conciencia de las emociones propias y de los demás, así como aprender a regularlas, mediante estrategias que favorezcan el desarrollo personal y social.
- . Sensibilizar sobre la importancia de llevar una alimentación variada y equilibrada basada en la dieta mediterránea haciendo hincapié en el uso de comida saludable.
- Identificar diferentes tipos de emociones, en sí mismos y en los demás, así como el significado que tienen a través de la observación y auto-observación de las personas que tienen alrededor.
- Responder de forma apropiada a las emociones que experimentamos utilizando técnicas como el dialogo interno, la introspección, la meditación, la relajación o la respiración entre otras.
- Alcanzar y mantener un equilibrio entre la dependencia emocional y la desvinculación.
- Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas pro sociales y crear un clima de convivencia agradable para todos/as.
- Desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar social y personal.
- Promover la incorporación en los estilos de vida del alumnado de la actividad física cotidiana ya sea lúdica o pautada.
- Incrementar la actividad física dentro y fuera del ámbito escolar.
- Fomentar el consumo de al menos 5 veces a la semana de fruta para llevar una dieta saludable.
- Contribuir a que las familias se conviertan en agentes dinamizadores de la práctica de actividad física de sus hijos/as.

#### **4. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR. METODOLOGÍA.**

Las actuaciones docentes que se desarrollen deben estar integradas en el currículo y en la dinámica general del trabajo en el aula desde una perspectiva transversal o interdisciplinar, estableciendo estrategias de coordinación entre las diferentes áreas curriculares de desarrollo, así como, de otros Programas Educativos y Planes que se desarrollen en el centro, como Escuela espacio de Paz.

Se promoverá la participación activa de toda la comunidad educativa, destacando el rol del equipo directivo y del profesorado participante por su compromiso en el desarrollo del programa, del alumnado como protagonista y de las familias como agentes fundamentales y responsables de las conductas y estilos de vida de sus hijos e hijas.

Las aportaciones de otros profesionales son imprescindibles como son los profesionales socio-sanitarios de la zona que orientarán y asesorarán al profesorado y a las familias.

Así mismo durante el curso escolar se celebrarán las siguientes efemérides:

- Día de los derechos de las niñas y los niños (20 de noviembre).
- Día de la no violencia (25 de noviembre).
- Día de la Constitución Española (6 de diciembre).
- Día de la lectura en Andalucía (16 de diciembre).
- Día de la Paz (30 de enero)
- Celebración de la Semana Cultural (del 20 al 24 de febrero)
- Día de Andalucía (28 de febrero).
- Día Internacional de la Mujer (8 de marzo).
- Día del libro (23 de abril).
- Día de la Familia (15 de mayo).
- Día del Medio Ambiente (5 de junio).

## 5. RECURSOS MATERIALES

Los recursos con los que contamos para poder poner el Plan de Actuación son los siguientes:

### RECURSOS HUMANOS

- Profesorado del Centro.
- Alumnado.
- Familias.
- Profesionales del Centro de Salud y de las demás entidades colaboradoras.

### RECURSOS MATERIALES

- Aulas.
- Materiales fungibles.
- Pizarras digitales y demás recursos educativos tales como los ordenadores.

### RECURSOS WEB

- Comunidad colabora creciendo en salud.
- Hábitos de vida saludable. Consejería de Educación.

## 6. ACTIVIDADES QUE SE LLEVARÁN A CABO

- + Encuestas a las familias.
- + Difusión del plan por el colegio.
- + Charlas a las familias.
- + Celebración de fiestas señaladas con desayunos típicos de nuestra tierra: “castañada”, “día de Andalucía”, etc.
- + Reparto de frutas.
- + Manualidades con los niños para adornar la clase.
- + Campaña el desayuno sano. “El miércoles es el día de la fruta”.
- + Excursiones y salidas para realizar actividades físicas y fomentar el deporte.
- + Charla por parte del médico del centro para tomar conciencia de la importancia de tener una vida saludable
- + Disponer en las clases de murales o carteles que hagan referencia a las emociones.
- + Campaña de recogida de alimentos
- + Buzón de los abrazos.
- + Realización de actividades de expresión oral y escrita, como por ejemplo “concurso de recetas”.
- + Lecturas comprensivas relacionadas con el programa y que formen parte del Plan lector del centro

## **7. TECNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA DIFUSIÓN Y COMUNICACIÓN**

Las técnicas que emplearemos para transmitir y difundir nuestra labor en la realización de las actividades relacionadas con este proyecto serán las siguientes:

- Información detallada de las actividades que se realizarán en la página web del Centro y en Facebook.
- Comunicaciones escritas a las familias donde puntualmente se les informará sobre las actividades que se realizan en relación al Plan de Actuación.
- Exposición de trabajos del alumnado en los pasillos del Centro para el conocimiento de todos/as los/as niños y niñas.
- Reuniones con el Claustro de Profesorado del Centro y con el Consejo Escolar donde se informará de las actividades que se vayan organizando a lo largo del curso.

## **8. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

El seguimiento y evaluación se hará conforme se prescribe, por trimestres y cumplimentando por Séneca el dossier evolutivo.

El seguimiento será permanente por parte de toda la comunidad educativa que envuelve el colegio, a lo largo de todo el curso escolar, en todas las áreas curriculares, por tanto, en todo el tiempo y espacio escolar por parte de todo el personal educativo

La evaluación será constante y formativa, con el objetivo de que nos ayude a ir mejorando nuestra tarea educativa y enfocar más adecuadamente nuestra intervención, para dejar una huella positiva, llena de salud, en todo nuestro alumnado, no sólo durante el periodo escolar sino en sus vidas.

## **9. PROPUESTA DE MEJORA**

Las propuestas de mejora irán en función del seguimiento y la evaluación de las actividades desarrolladas durante el curso. Se plantearán en el programa al finalizar el tercer trimestre.