



1.- Plan de Actuación

1.1.- Justificación

Hace ya, 18 cursos académicos, el coordinador de este plan realizó un estudio sobre los hábitos saludables en las familias del centro educativo (horas de sueño, comidas, horas de tv...) debido a malos hábitos detectados en el alumnado (falta de descanso, lipotimias por no desayunar correctamente, abuso de bocatas y productos de bollería industrial en los recreos, basura acumulada en los patios, problemas de espalda, espacios de los patios acaparados por el género masculino, alumnos con n.e.e. que no se relacionan con el resto del alumnado...) con resultados no muy positivos respecto a los hábitos llevados a cabo en el hogar.

Por ello, tomamos la decisión de llevar a cabo varias propuestas novedosas en nuestro centro, no sin el recelo en principio, de parte del claustro. Aún así, gracias a la sensibilización del resto de los docentes y a la implicación de toda la comunidad educativa, muchas de esas propuestas se consiguieron poner en marcha, entre otras:

- Entrega de frutas durante el periodo de recreo (frutas que procedían de pequeños establecimientos locales y de huertos de familiares).
- Dinamización de los recreos como medio de combatir el sedentarismo e instrumento para conseguir un recreo más coeducativo y favorecer la inclusión del alumnado de n.e.e.).
- Elaboración de unidades didácticas sobre hábitos posturales, prevención de riesgos laborales y sobre alimentación, reciclaje y consumismo.
- Celebrar efemérides relacionadas con la alimentación.
- Elaborar talleres continuos de Ed. Vial y prevención de accidentes.
- Actividades extraescolares de actividad física (senderismo, marcha, tenis, pádel) puntuales con las familias.
- Análisis y modificación profunda del currículum del área de Ed. Física (tenían gran carga androcéntrica).

Muchas de estas actuaciones hoy en día perduran, otras, la mayoría, han sido mejoradas y perfeccionadas con el tiempo y enmarcadas dentro de diferentes planes a los que nos hemos ido sumando con los años: Plan de Alimentación Escolar, Plan Saludbucodental, Nestlé Healthy Kids, Fundación la Caixa, Energía para crecer de Eroski, El Estirón de Antena 3, Salud Ambiental en la Escuela, Escalerasesalud, Salud Local, Programa de Consumo de Frutas en las Escuelas Andaluza, Por un millón de pasos, Fundación Vivo Sano, Olimpismo en la Escuela ...

Todo lo expuesto anteriormente, ha condicionado la vida de nuestro centro educativo e incluso del barrio donde nos encontramos enmarcados y ha llevado a que abordemos la necesidad de llevar este Plan Integral de Salud llamado "Creciendo en Salud en el CEIP El Recreo", tomando nombre del programa ofertado por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía en el cual nos encontramos inmersos en la actualidad.





1.2.- Análisis DAFO.

DEBILIDADES (-)	AMENAZAS (-)
<ul style="list-style-type: none">- Parte del claustro en contra de realizar ciertas activ. complementarias y extraescolares- Muchas trabas burocráticas- Muchos cambios en la plantilla (afecta a la implicación y al compromiso del profesorado)- Escaso tiempo para coordinación- Falta recursos de personal.- Falto de espacios.- Las instituciones educativas no dan el valor e importancia real a estos programa.- Sobrecarga de tareas.	<ul style="list-style-type: none">- Crisis económica, falta financiación.- Burocracia (pérdida de tiempo y recursos)- IFC- Escaso tiempo (dedicación para otras tareas)- No hay otros centros con grandes iniciativas o experiencias previas en nuestro entorno.- Falta de foros para intercambios.
<ul style="list-style-type: none">-Personal con experiencia previa y conocimientos en ámbito salud-Implicación del equipo directivo-Claustro concienciado e implicado-Participación en programas anteriores.- Recursos materiales de otros años.- Personal no docente que colabora- Implicación del AMPA- Gente cualificada para Formación en Centros- Comedor escolar.- Claustro no encasillado en las tareas del aula.- Predisposición de los coordinadores de diferentes programas a globalizar y complementar actividades.- Estrecha colaboración con profesionales del ámbito de la salud.	<ul style="list-style-type: none">-Padres con formación en salud- Médico del EOE-Profesionales y empresas del ámbito de la salud y la hostelería interesados en nuestras iniciativas.-Tv Local abierta a nuevas iniciativas- Otros programas ámbito de salud llevados por el ayuntamiento y delegaciones provinciales.- Organismos, agentes externos y empresas que fomentan participación en sus programas del ámbito de la salud.- Existencia de instituciones que organizan actividades formativas gratuitas on-line.
FORTALEZAS (+)	OPORTUNIDADES (+)





[Seleccio

1.3.- Misión y Objetivos propuestos.

La Misión que nos planteamos con el desarrollo del plan **Creciendo en Salud** en el nuestro centro no es otro que la de *"dotar a toda la comunidad educativa de un conjunto de competencias y estrategias que le permitan potenciar y gestionar su propia salud (integral), optando por un modo de vida saludable como medio para mejorar la calidad de vida.*

Esta finalidad se trabajará a través de la consecución de los siguientes *objetivos*:

- Comprender que la salud es una responsabilidad compartida, desarrollando la capacidad de participar en la búsqueda conjunta de soluciones.
- Promover la adquisición de hábitos relacionados con la higiene y el autocuidado, así como, el sentido vial.
- Contextualizar la salud en las situaciones sociales y en las condiciones de vida que influyen en ella.
- Promover la importancia de la conservación y preservación del medio ambiente como elemento importante para la salud de las personas y animales.
- Incorporar un método que desarrolle una mentalidad crítica para identificar y eliminar los riesgos para la salud incorporando conocimientos, actitudes y hábitos positivos para la salud.
- Promover el desarrollo de competencias que favorezcan el uso responsable de las TIC.
- Desarrollar en el Proyecto Educativo de Centro prácticas escolares que fortalezcan la educación para la salud.
 - Fomentar la participación de la Comunidad (comunidad educativa, servicios socioculturales y otros agentes comunitarios).
 - Promover el adecuado conocimiento de la higiene sexual.
 - Crear un entorno físico y psicosocial de apoyo a los contenidos curriculares.
 - 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.
 - 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.
 - Desarrollar habilidades que potencien la autonomía emocional, una actitud positiva hacia uno mismo y hacia los demás, así como estrategias que permitan
 - Sensibilizar sobre la importancia de realizar actividad física y llevar una alimentación variada y equilibrada basada en la dieta mediterránea, haciendo especial énfasis en el aumento del consumo de frutas y hortalizas.
 - Promover la formación continua y el reciclaje de las personas implicadas en este programa, en materia de hábitos de vida saludable, alimentación, inteligencia emocional, accidentalidad, educación mediambiental...

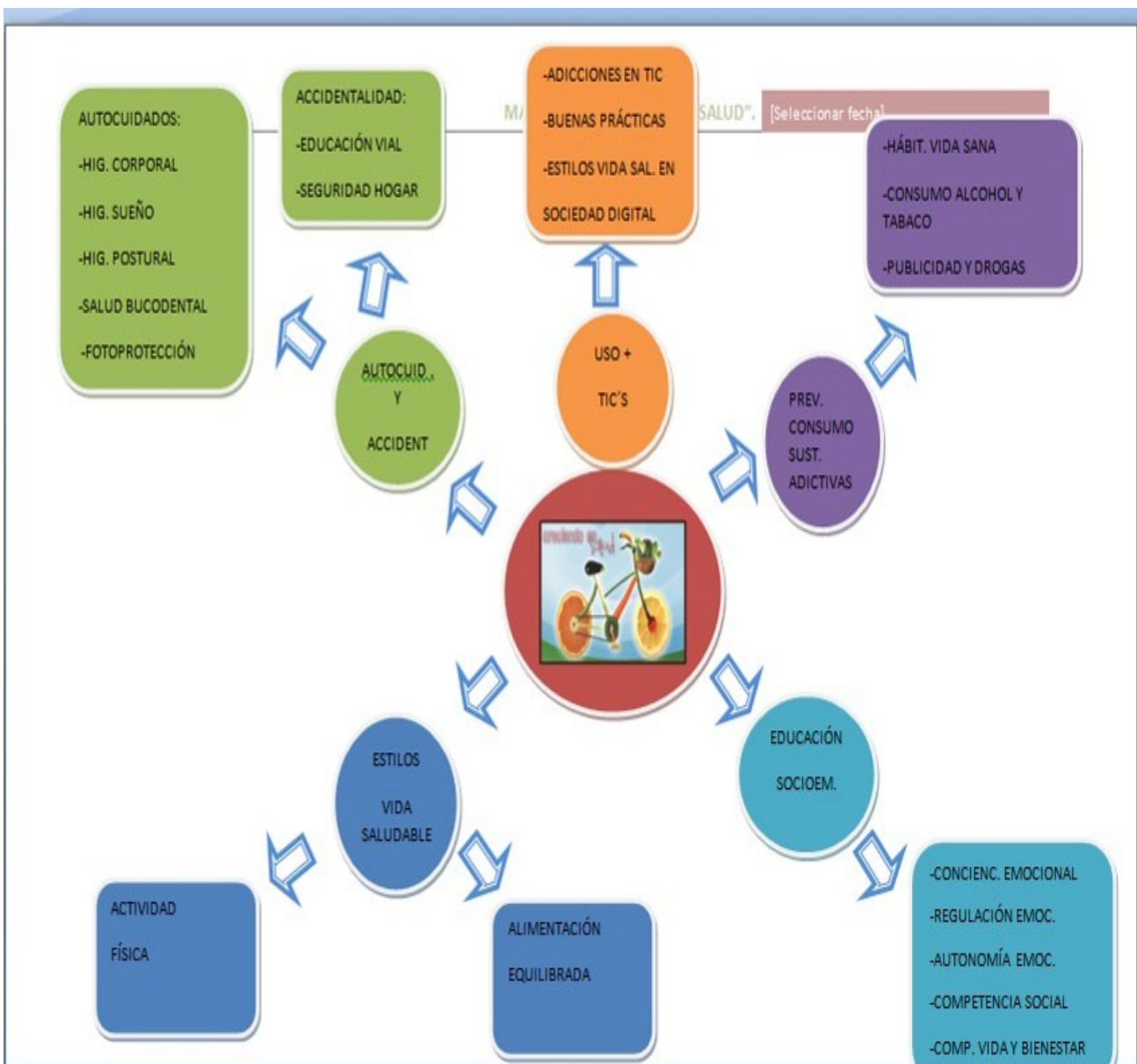




[Selección]

1.4.- Líneas de Intervención.

En nuestro caso, llevábamos varios cursos académicos trabajando todas las líneas de intervención ofertadas por primera vez por la Consejería dentro del Plan Creciendo en Salud (véase dibujo), por lo que podemos decir orgullosamente, que en este sentido, ya íbamos un paso adelante respecto a la propia Consejería. Creemos que el concepto de Salud, es un concepto de carácter integral, por lo que hemos aprobado dentro del seno de los órganos docentes trabajar todas y cada una de las líneas propuestas.





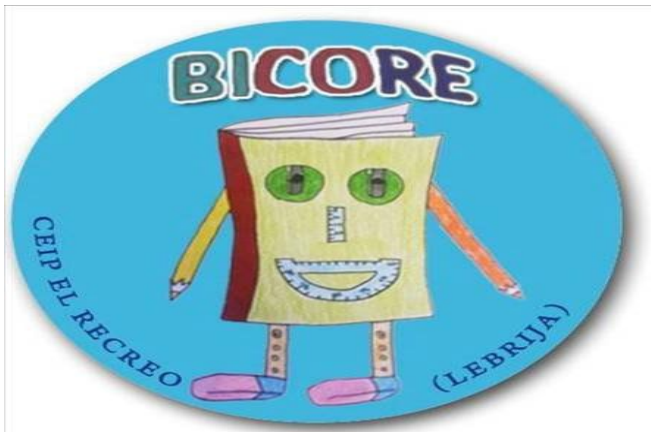
A continuación se detallan los bloques temáticos abordados respecto a cada línea de intervención:

LINEAS DE INTERVENCIÓN	BLOQUES TEMÁTICOS
Estilos de Vida Saludable	<ul style="list-style-type: none">▪ Actividad física.▪ Alimentación equilibrada.
Educación Socio-emocional	<ul style="list-style-type: none">▪ Conciencia emocional.▪ Regulación emocional.▪ Autonomía emocional.▪ Competencia social.▪ Competencia para la vida y el bienestar.
Autocuidados y Accidentalidad	<ul style="list-style-type: none">▪ Autocuidados.<ul style="list-style-type: none">- Higiene corporal.- Salud bucodental.- Higiene del sueño.- Higiene postural.- Fotoprotección.▪ Accidentalidad.<ul style="list-style-type: none">- Educación vial.- Seguridad en el hogar.
Prevención del Consumo de Sustancias Adictivas.	<ul style="list-style-type: none">▪ Hábitos que contribuyen a una vida sana.▪ Consumo de alcohol y tabaco.▪ Publicidad y drogas: mitos y creencias
Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.	<ul style="list-style-type: none">▪ Estilos de vida saludable en una sociedad digital.▪ Adicciones a las TIC.▪ Buenas prácticas y recomendaciones.





CEIP EL RECREO-41601954- (LEBRIJA-SEVILLA)
Avda. Juan Peña "El Lebrijano" s/n (C.P. 41740)



Familias organizando el reparto del Día de las frutas. Chapas financiadas por el AMPA Pagodulce.



Álbum Recreofrutideportistas. Financiado por el AMPA y Empresa de Diseño Gráfico.



PLAN ACTUACIÓN "CRECIENDO EN SALUD"



CEIP EL RECREO-41601954- (LEBRIJA-SEVILLA)
Avda. Juan Peña "El Lebrijano" s/n (C.P. 41740)



Talleres de Cocina Divertida (organizados por familias y personal de hostelería local).



Delantales y gorros financiados por "apadrinamiento". Feria de la Salud (cepillos aportados por dentistas locales)



PLAN ACTUACIÓN "CRECIENDO EN SALUD"



Actividades de carácter innovador:

- Feria de la salud (Actividad lúdica-educativa con la colaboración de las familias).



- Recrechef (Actividad conjunta con los restaurantes de la localidad).

RECRECHEF



- Álbum de cromos "Recrefrutideportistas".





CEIP EL RECREO-41601954- (LEBRIJA-SEVILLA)
Avda. Juan Peña "El Lebrijano" s/n (C.P. 41740)



- Aplicación de las Tic's: elaboración de e-cómics, avatares, cortometrajes.



- Programa de Televisión "Creciendo en Salud en el CEIP El Recreo".



Diccionarios de frutas y de verduras.



Talleres de Cocina Recreativa y divertida.



PLAN ACTUACIÓN "CRECIENDO EN SALUD"



Semana del Frutibithón



Recetarios de cocinas: Primer Premio 2015 y Finalistas 2014.



Recretelefruti.





Celebración de Efemérides (Carnaval de frutas y verduras).



Fiesta de los frutos por estaciones.



Talleres formativos para PAS, familias y docentes.



Cepillado de dientes diario.



Feria de la Salud.





Cursos de Educación Vial para el alumnado



Tablón de anuncios del Plan.



Olimpiadas Intercentros: Actividad física y Alimentación. Talleres de centros de mesas.



Investigación temática saludable con elaboración de tableros de juegos para el recreo.





CEIP EL RECREO-41601954- (LEBRIJA-SEVILLA)
Avda. Juan Peña "El Lebrijano" s/n (C.P. 41740)



Proyecto: "Recreos ecosaludables para un recreo no sexista"



Biblioteca Saludable



Talleres de globoflexia.



Gymkana Saludable



PLAN ACTUACIÓN "CRECIENDO EN SALUD"



**CEIP EL RECREO-41601954- (LEBRIJA-SEVILLA)
Avda. Juan Peña "El Lebrijano" s/n (C.P. 41740)**



Unidad Didáctica 0 en Ed. Física: "Creciendo en Salud".



Elaboración de Trabajos por Proyectos para Ed. Infantil y Ed. Primaria



PLAN ACTUACIÓN "CRECIENDO EN SALUD"



Semana de la Igualdad



Elaboración de platos en clase.

