

# **PLAN DE ACTUACIÓN DEL PROGRAMA FORMA JOVEN**

**I.E.S. ALFONSO XI  
CURSO 2020/21**

**COORDINADORA: ANTONIA LUCENA PRIETO**

## ÍNDICE

---

1. Análisis de necesidades
2. Objetivos generales.
3. Equipo de promoción de salud
4. Líneas de intervención:
  - A. Educación socio-emocional:
    - Objetivos específicos.
    - Bloques temáticos, actividades y mecanismo de integración curricular
  - B. Estilos de vida saludable:
    - Objetivos específicos.
    - Bloques temáticos, actividades y mecanismo de integración curricular
  - C. Sexualidad y relaciones igualitarias:
    - Objetivos específicos.
    - Bloques temáticos, actividades y mecanismo de integración curricular
  - D. Uso positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación:
    - Objetivos específicos.
    - Bloques temáticos, actividades y mecanismo de integración curricular
  - E. Prevención del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas:
    - Objetivos específicos.
    - Bloques temáticos, actividades y mecanismo de integración curricular
5. Formación de los implicados en este programa
6. Recursos.
7. Técnicas e instrumentos para la comunicación y difusión.
8. Seguimiento y evaluación.

### “La salud es educable”.

Desde el I.E.S. Alfonso XI partimos de la premisa de que las personas tomamos a diario decisiones sobre nuestros propios estilos y condiciones de vida, decisiones que marcando nuestro día a día y que acaban ejerciendo una gran influencia en la configuración de nuestra propia identidad personal.

Por ello, que resulta fundamental capacitar a nuestro alumnado para comprender cómo está organizada su vida y cómo se sitúa frente al mundo (componente cognitivo de la promoción de la salud), para mostrarse capaz de manejarla (componente instrumental o de comportamiento) y para sentir que tiene sentido (componente motivacional); promoviendo el aprendizaje activo, la interacción y la integración social, el desarrollo de la capacidad crítica y creativa, así como, la búsqueda de soluciones ante situaciones de riesgo para la salud.

Son estos los motivos que nos llevan a suscribir nuestra participación en el Programa Forma Joven y a desarrollar el presente Plan de Actuación como hoja de ruta a seguir a lo largo del presente curso escolar.

## 1. ANÁLISIS DE NECESIDADES

El presente Plan de Actuación ha sido diseñado para el I. E. S. Alfonso XI en base a las siguientes características:

+Características del entorno sociocultural del IES: Nos encontramos en un centro de la localidad de Alcalá La Real al que acuden para cursar la educación Secundaria Obligatoria y otras etapas postobligatorias, alumnos/as de esta localidad (no existe centro adscrito, aunque solemos escolarizar mayoritariamente al alumnado del CEIP Alonso Alcalá) y de las aldeas cercanas a ella.

En esta zona, la mayor actividad económica es la agricultura, existiendo también una destacada industria del sector del plástico y en general el nivel socioeconómico y cultural de las familias del alumnado que atendemos es medio.

+Características del alumnado: Nos encontramos con un centro donde la tipología base del alumnado que recibe viene a responder al siguiente perfil:

En la ESO nos encontramos con alumnos/as de entre 12 y 19 años, pertenecientes a familias tradicionales y que tienen un nivel sociocultural medio; familias que dan una gran importancia a la educación de sus hijos y que cultivan en ellos desde pequeños la cultura del esfuerzo académico. No obstante también tenemos alumnado perteneciente a familias de bajo nivel sociocultural, inmersas algunas de ellas en situaciones de riesgo que hacen necesaria la intervención de los Servicios Sociales comunitarios. Dada la edad de nuestro alumnado, en plena adolescencia e inicio de su juventud, se hace **muy necesaria su formación en hábitos de vida saludable e Inteligencia emocional, en colaboración con sus familias y con los recursos del entorno en el que tienen que ser y estar.**

En el caso de las enseñanzas postobligatorias (Bachillerato y ciclos formativos de grado medio y superior de la familia de Informática), el centro escolariza al alumnado procedente del IES Antonio de Mendoza de esta localidad y del IES Pablo

Rueda de Castillo de Locubín; recibiendo también en el caso de los Ciclos Formativos alumnos de diversas localidades de la zona.

Algunos de nuestros alumnos son usuarios del servicio de transporte escolar con que cuenta el centro y otros del servicio de Residencia Escolar (existe una Residencia pública en la localidad y dos Escuelas Hogar de titularidad concertada). Existen también otros que viven en la localidad y que acuden al centro a pie o en moto y otros, al ser mayores de 18 años acuden en sus propios vehículos, siendo por tanto **muy necesaria la Educación Vial** de todos ellos.

+Características del centro: Nos encontramos en un centro TIC con tres plantas y en donde se imparte la Educación Secundaria Obligatoria, el Bachillerato, 1º y 2º del CFGM de Sistemas Microinformáticos y Redes y 1º y 2º del CFGS de Desarrollo de Aplicaciones Web. El centro cuenta también con tres grupos del Programa de Acompañamiento escolar en horario de tarde.

Así mismo, somos un centro donde se ha llevado a cabo el Proyecto Escuela: Espacio de Paz (con el reconocimiento del Premio de Convivencia + en los tres últimos cursos), el Programa Prodig, Aula de Jaque, el Plan de Igualdad y dos proyectos de Erasmus +.

Los 700 alumnos que se encuentran matriculados en nuestro centro están distribuidos en cuatro grupos de 1º ESO, tres grupos de 2º ESO, tres grupos de 3º ESO, tres grupos de 4º de ESO, cuatro grupos de 1º Bachillerato, cuatro grupos de 2º de Bachillerato, dos grupos de CFGM y dos grupos de CFGS. Existe también un aula de apoyo a la integración. Dado el tamaño del centro, hemos decidido centrar la aplicación del Programa Forma Joven de una forma directa en los 13 grupos de la ESO, atendiendo al resto de los grupos de una forma indirecta (a demanda del alumnado o de los tutores). Durante este curso escolar y como consecuencia de la pandemia, a partir de 3º de ESO se desarrolla la enseñanza de una forma semipresencial, con turnos del alumnado semanales para reducir con esta medida el número de alumnos/as por aula.

El claustro del centro lo componen 52 profesores, colaborando la mayoría de ellos con la aplicación de este programa aunque con distinto grado de implicación.

La implicación de las familias puede considerarse adecuada: asisten a reuniones con el tutor o tutora para seguir de cerca la marcha del alumno o alumna, suelen acudir al centro en caso de ocurrir alguna incidencia, participan activamente en el Consejo Escolar, y la AMPA colabora estrechamente con el centro.

Por desglosar de una forma concreta algunas de las **necesidades detectadas** en nuestro centro en la materia del programa Forma Joven especificamos las siguientes:

- ✓ Necesidad de mejorar el funcionamiento saludable de aspectos fisiológicos que tienen que ver con conductas familiares y/o personales: Cuidar el sueño, una alimentación saludable y ejercicio físico.
- ✓ Necesidad de evitar un consumo de alcohol, cada vez más precoz, y de otras drogas.
- ✓ Necesidad de prevenir la aparición de adicciones conductuales (uso de aplicaciones de redes sociales, videojuegos, juegos de azar,..).
- ✓ Necesidad de ayudar a nuestros alumnos a tomar decisiones correctas en relación a su imagen corporal, siendo críticos con el ideal de belleza que se propone desde esta sociedad de consumo y desde presión publicitaria y cultural

- ✓ Necesidad de potenciar una construcción mental positiva de las relaciones de apego y amistad, una visión positiva del mundo, de las personas y sus relaciones.
- ✓ Necesidad de mejorar la inteligencia emocional de nuestro alumnado.
- ✓ Necesidad de evitar actitudes basadas en el fundamentalismo, el dogmatismo y el racismo, fuentes de prejuicios, odios y violencia.
- ✓ Necesidad de seguir fomentando la aceptación de las diversidades de la orientación sexual, de identidad sexual (como la transexualidad), así como de prevenir los riesgos asociados a la actividad afectivo-sexual (embarazo no deseado, enfermedades de transmisión sexual, acoso sexual, el sexismo y el maltrato de género, etc..).
- ✓ Necesidad de seguir aumentando la participación del alumnado en la vida del centro y de la comunidad.

## 2. 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.
- 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 afrontar los retos de la vida de forma sana y equilibrada.
- 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 y en la disminución del consumo de bebidas azucaradas.
- Promover la adquisición y/o el mantenimiento de hábitos relacionados con la higiene y el autocuidado.
- Favorecer el desarrollo de competencias relacionadas con el sentido vial: la observación visual, auditiva, la noción espacial, la prudencia o la pronta decisión.
- Ofrecer estrategias para un uso responsable de las tecnologías de la información y comunicación, fortaleciendo la relación entre padres, madres, hijos e hijas y fomentando valores y actitudes positivas hacia las mismas.
- Retrasar la edad de inicio o evitar el consumo de sustancias adictivas, incidiendo en los factores de riesgo y de protección que se relacionan con la probabilidad de uso de tabaco, de alcohol y de otras sustancias o conductas adictivas como los juegos de azar.
- Facilitar el intercambio, el diálogo y la discusión productiva entre los grupos de iguales, dotando de estrategias de difusión de las opiniones.
- Establecer redes de colaboración interprofesional (interdisciplinar e interinstitucional).
- Hacer partícipes a las familias, fomentando su colaboración en la promoción de la salud y la prevención de adicciones.
- Mejorar el entorno del centro en su dimensión medioambiental (física y social) mediante estrategias de estudio, valoración y actuación para la promoción de la salud y el bienestar general de la comunidad, de cara a incrementar los activos

que protegen y mejoran la salud: accesos al centro, luz, ventilación, ruido, espacios verdes, arbolado etc. hacia entornos más sostenibles y saludables.

### 3. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE SALUD

#### ❖ INTEGRANTES:

- +Coordinadora del Programa: Antonia Lucena Prieto (Orientadora del centro)
- +Coordinadores y coordinadoras de otros Planes y Programas que se desarrollan en el centro: Igualdad
- +Jefe del Departamento de Actividades Extraescolares, miembro a su vez del Departamento de Biología y Geología (motivo por el que no se convoca a nadie más de dicho departamento).
- +Jefe del Departamento de Educación Física
- +Técnica municipal encarga de unos de los grupos de trabajo de la localidad dentro del Plan de Salud local (Salud y Adicciones): M<sup>a</sup> José Aguilera (psicóloga del Centro Municipal de la Mujer).
- Dos alumnos/as ayudantes del primer ciclo de la ESO, uno de 1º y otro de 2º de ESO.
- Un miembro del AMPA.

#### ❖ CRONOGRAMA DE REUNIONES:

- +El Equipo del Programa Forma se reunirá oficialmente de forma trimestral y extraordinariamente las veces que sea convocado por la Coordinadora del Programa Forma Joven, quien podrá realizar dicha convocatoria a petición propia o de alguno de los integrantes de dicho Equipo.

### 4. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

Desde nuestro centro, para el tratamiento de los contenidos curriculares relacionados con la promoción de la salud, vamos a partir de un **enfoque sistémico e integral, continuo y continuado en el tiempo, interdisciplinar, fruto de la colaboración de profesionales** de diferentes perfiles que apuestan por nuevas formas de trabajo y de organización que den respuestas flexibles al proceso de cambio social que vivimos, en la adopción por toda la comunidad educativa, de modos de vida sanos en un ambiente favorable a la salud.

Así mismo, adoptamos una perspectiva **salutogénica**, que pone el énfasis en aquello que genera salud y no en lo que provoca enfermedad, abordando las cuatro **dimensiones fundamentales en la promoción de la salud en la escuela** como son: el currículo, el entorno psicosocial del centro, la familia y la colaboración con los recursos comunitarios que protegen y promueven el valor “salud”, tanto individual como colectivo.

Para el tratamiento de la **dimensión curricular** comentada anteriormente nos vamos a valer del desarrollo de una serie de contenidos a través de unas actividades integradas en el currículum que se desarrolla en el centro, relacionados todos ellos con

las líneas de intervención que desde el Programa Forma Joven vamos a trabajar en nuestro centro para este curso escolar: **educación emocional, la alimentación y la actividad física, los hábitos de higiene y el autocuidado, la educación vial, la sexualidad y las relaciones igualitarias, el uso responsable de las tecnologías y/o la prevención de drogodependencias y adicciones.**

## A) EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL

---

### ❖ OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Percibir con precisión los propios sentimientos y emociones.
- Identificar y definir los estados emocionales que experimenta la persona en distintos momentos contemplando la posibilidad de experimentar emociones múltiples.
- Reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.
- Percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás.
- Comprender las emociones de las otras personas.
- Implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales.
- Servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.
- Aceptar que los sentimientos y emociones, a menudo, deben ser regulados. Lo cual incluye:
  - ✓ La regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo).
  - ✓ La tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión).
  - ✓ Perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades.
  - ✓ La capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior, etc.
- Conseguir el difícil equilibrio entre la represión o inhibición emocional y el descontrol.
- Adquirir estrategias para hacer frente a las emociones negativas, disminuyendo su intensidad y duración con el fin de atenuar el malestar que provocan.
- Afrontar retos y situaciones de conflicto y las emociones que generan con estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.
- Tener una imagen positiva de sí mismo.
- Adquirir una valoración de sí mismo positiva, satisfactoria y ajustada a la realidad.
- Establecer y mantener una “buena relación” consigo mismo.
- Adquirir habilidades para revisar la propia conducta y asumir las consecuencias que se derivan de ella, no culpando siempre a los demás de los propios errores.
- Responder de los propios actos.
- Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.
- Decidir con responsabilidad sabiendo que, en general, lo más efectivo es adoptar una actitud positiva.

- Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.
- Desarrollar mecanismos personales para tomar decisiones sin dilación en situaciones personales, familiares, académicas, sociales o de tiempo libre que acontecen en la vida diaria, evitando actitudes pasivas o negadoras.
- Asumir la responsabilidad por las propias decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad.
- Conocer los propios derechos y deberes.
- Desarrollar un sentimiento de pertenencia y cierto grado de compromiso para la participación efectiva en un sistema democrático, la solidaridad, el ejercicio de valores cívicos, el respeto por los valores multiculturales y la diversidad etc. en el grupo social en el cada alumno o alumna desarrolle su vida.

**❖ BLOQUES TEMÁTICOS, ACTIVIDADES Y MECANISMO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR:**

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
Conciencia Emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Realizar dramatizaciones de situaciones relacionadas con la conflictividad emocional.</li> <li>+Realizar autodescripciones verbales ó escritas de su estado emocional o del de los otros.</li> <li>+Utilizar cuentos o lecturas o crearlas para explicar el funcionamiento de las emociones propias y de los otros.</li> <li>+Conocer cómo funciona nuestro cerebro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Taller de 1º de ESO de Hábitos de vida saludable.</li> <li>+Tutorías lectivas de la ESO: Plan de Acción Tutorial</li> <li>+Valores Éticos</li> <li>+Materia de 3º de ESO: Educación para la Ciudadanía y los Derechos Humanos.</li> </ul>
Regulación y autonomía emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Diseño de actividades que posibiliten el acompañamiento emocional de nuestro alumnado en estos tiempo de pandemia; buscando potenciar estados de ánimo adaptativos, estables y positivos a través del pensamiento.</li> <li>+Afrontar el estrés emocional mediante diferentes técnicas de relajación y respiración</li> <li>+Intervención psicopedagógica individual con el alumnado con mayores déficit en esta área.</li> <li>+Sistema de establecimiento de</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Programa de Alumnado Ayudante</li> <li>+Modelo de convivencia democrática, positiva y compartida establecido en el centro.</li> <li>+Materia de Educación Física.</li> <li>+Programa Específico realizado por el maestro de PT para algunos alumnos con NEAE.</li> <li>+Tutorías específicas de los grupos de 2º y 3º de PMAR</li> </ul>

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
	<p>las normas de aula en la ESO.</p> <p>+Realizar dramatizaciones usando roles adecuados de respuesta y afrontamiento emocional.</p> <p>+Empleo de técnicas para el control de las emociones negativas: autoinstrucciones, autoverbalizaciones, relajación y mindfulness.</p> <p>+Diseño y aplicación de un Programa de Acompañamiento emocional para el alumnado del primer ciclo de la ESO –Ver Programación del Departamento de Orientación para el curso 2020/21.</p>	<p>+Programa de Orientación Académica y Vocacional</p> <p>+Programa de Acompañamiento emocional</p>
Competencia Social	<p>+Desarrollo del programa PIECE</p> <p>+Sistemas de ayuda entre iguales</p> <p>+Intervención psicopedagógica individual en los casos más deficitarios.</p>	
Competencias para la Vida y el Bienestar	<p>+Compromisos educativos y de convivencia.</p> <p>+Elaboración de Itinerarios personalizados: Orientación Académica y profesional en los grupos de la ESO, Bachillerato y Ciclos Formativos; en colaboración en los últimos cursos de cada etapa con los Orientadores laborales de la zona.</p> <p>+Taller de Cultura Emprendedora en los grupos de 4º de ESO</p> <p>+Actividades que fomenten una correcta toma de decisión.</p> <p>+Proyecto de arteterapia con los grupos de 2º y 3º PMAR: Decoración de una zona de la</p>	

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
	planta de Oncología pediátrica.  +Video de promoción de la salud con todos los grupos de 1º a 3º de ESO, dirigido por el alumnado de 3º PMAR. Temática de este curso: La resiliencia	

## B) ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

### ❖ OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables.
- 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.
- Favorecer en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos de alimentación saludables.

### ❖ BLOQUES TEMÁTICOS, ACTIVIDADES Y MECANISMO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR:

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
Actividad Física.	+Actividades ordinarias y complementarias y extraescolares (encuentros deportivos intercentros, natación, acampada y deportes en la naturaleza, jornadas de convivencia deportiva para personas con discapacidad,...) propias de la materia de Educación Física.  +Torneos deportivos durante los recreos  +Actividades deportivas organizadas dentro de la materia de Hábitos de Vida Saludable.  +Excursiones de senderismo organizadas por la materia de	+Taller de 1º de ESO de Hábitos de Vida Saludable  +Materia de Biología y Geología  +Materia de Educación Física  +Plan de Acción Tutorial  +Taller de Teatro y Música, de 1º, 2º y 3º de ESO

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
	Biología y Geología en la ESO.	
Alimentación Equilibrada.	<p>+Actividades ordinarias y extraescolares organizadas dentro de la materia de Biología y Geología de la ESO.</p> <p>+Actividades ordinarias y extraescolares organizadas dentro de la materia de Taller de Hábitos de Vida Saludable de 1º de ESO.</p> <p>+Recomendaciones para padres y madres: reunión inicial del tutor con los padres/madres y asesoramiento individual.</p> <p>+Asesoría individual: Departamento de Orientación</p> <p>+Talleres para la prevención de trastornos de alimentación a cargo de ADANER –grupos de 4º de ESO.</p>	
Educación Vial	<p>+Talleres de Educación Vial a lo largo de toda la ESO a cargo de la Policía Local</p> <p>+Charla de AESLEME a los grupos de 3º de ESO</p>	<p>Programa de Educación Vial impartido en la localidad de Alcalá La Real por los técnicos de la policía local.</p> <p>Plan de Acción Tutorial: Colaboración con AESLEME</p>
Ecología	<p>+Concurso “Actúa: cuida tu aula y tu centro”.</p> <p>+Creación de un Equipo de mejora medioambiental, formado por Delegados y profesorado.</p> <p>+Normas de aula “medioambientales”.</p> <p>+Talleres de reciclaje</p>	<p>+Taller de 1º de ESO de Hábitos de Vida Saludable</p> <p>+Plan de Acción tutorial de la ESO</p>

### C) SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS

#### ❖ OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Entender la sexualidad como parte de la vida.
- Fomentar actitudes de respeto a la orientación y diversidad sexual.
- Detectar situaciones de violencia y orientaciones sobre cómo actuar.
- Prevenir de ETS y de embarazos inesperados.
- Promover prácticas sexuales responsables y prevenir riesgos derivados.
- Promover relaciones igualitarias. Contribuir a la prevención de la violencia de género.

#### ❖ BLOQUES TEMÁTICOS, ACTIVIDADES Y MECANISMO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR:

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
La sexualidad como parte de la vida.	+Talleres del Programa de Educación Afectivo Sexual municipal: 1º y 2º de ESO	+Plan de Igualdad del centro, en el que participan <u>todos los Departamentos Didácticos.</u>
Orientación y diversidad sexual.	+Talleres del Programa de Educación Afectivo Sexual municipal: 2º ESO  +Charla de la Asociación Familias por la diversidad: 3º ESO  +Realización de murales sobre el respeto de la diversidad sexual en inglés: Área de Inglés de 4º de ESO  +Asesoría individual: Departamento de Orientación	+Plan de Acción Tutorial  +Plan de Orientación Académica y Vocacional  +Materia de Biología y Geología  +Materia de EPVA  +Materia de Educación para la Ciudadanía y los derechos humanos – 3º ESO
Prácticas sexuales responsables y prevención de riesgos derivados.	+Talleres del Programa de Educación Afectivo Sexual municipal: 3º ESO  +Concurso de carteles sobre el SIDA: Bachillerato  +Asesoría individual: Departamento de Orientación	+Reglamento de Organización y Funcionamiento del centro.  +Plan de convivencia
Relaciones igualitarias.	+Elaboración de las normas de aula y del centro de una forma democrática, compartida e	

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
	<p>igualitaria.</p> <p>+Talleres del Programa de Educación Afectivo Sexual municipal: 4º ESO</p> <p>+Proyecto Interdisciplinar “Científicas en la historia”, con motivo del 8 de Marzo.</p> <p>+Actividades de Orientación Académica y Vocacional con perspectiva de género.</p> <p>+Recomendaciones para padres y madres: reunión inicial del tutor con los padres/madres y asesoramiento individual.</p>	
Prevenición de la violencia de género.	<p>+Talleres del Programa de Educación Afectivo Sexual municipal: 4º ESO</p> <p>+Actividades para trabajar el 25 de Noviembre: Tutorías lectivas de 3º ESO, en colaboración con la Federación de Asociaciones de Mujeres de Alcalá La Real.</p> <p>+Asesoría individual: Departamento de Orientación</p> <p>+Concursos literarios</p> <p>+Concurso de Rap contra la violencia de género y cuña de radio</p>	

#### **D) USO POSITIVO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN**

##### **❖ OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- +Concienciar y sensibilizar al alumnado del uso responsable de las TIC y de sus posibles riesgos.
- +Contribuir al desarrollo de una Buena competencia digital en todas sus dimensiones (instrumental, cognitiva, actitudinal y axiológica) entre nuestros alumnos/as.

- +Capacitación en materia de Seguridad TIC para alumnado, padres, madres, tutores y educadores de menores de edad.
- +Prevención de la aparición de malos usos de las TIC.
- +Favorecer el desarrollo de actitudes éticas en el comportamiento cotidiano en el uso de las TIC
- +Fomentar una gestión correcta de la identidad digital de nuestros/as alumnos/as y de su reputación online.

**❖ BLOQUES TEMÁTICOS, ACTIVIDADES Y MECANISMO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR:**

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
Estilos de Vida Saludable en una Sociedad digital	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Empleo de las TIC en el proceso de enseñanza y aprendizaje.</li> <li>+Enseñanza de las dimensiones de la competencia digital en las materias TIC impartidas en nuestro centro.</li> <li>+Talleres de uso positivo del móvil y de internet: 1º y 2º ESO.</li> <li>+Participación con los grupos de 1º de ESO en el 37 Concurso de la ONCE: “Conexión adiccioff –esto no es un juego”.</li> <li>+Normas del centro en torno al uso del móvil.</li> <li>+Formación para padres/ madres sobre ocio y tiempo libre saludable.</li> <li>+Colaborar en la difusión entre nuestro alumnado de la amplia oferta de actividades de Ocio y Tiempo libre saludable en la localidad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Plan de acción tutorial</li> <li>+Materias TIC impartidas en el centro</li> <li>+Materias impartidas en el centro</li> <li>+Programa PRODIG</li> </ul>
Adicciones a las TIC	<ul style="list-style-type: none"> <li>+Compromisos educativos, donde se incide en la organización del tiempo.</li> <li>+Asistencia al PROA</li> <li>+Asesoría individual: Departamento de Orientación</li> <li>+Derivaciones de casos con sospecha de adicción</li> </ul>	

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
Buenas Prácticas y Recomendaciones	+Talleres sobre el buen uso de las TIC, impartidas por los técnicos de Guadalinfo.  +Formación para padres/madres y para alumnado sobre ciberseguridad.  +Prevención del ciberbullying  +Programa PRODIG	

### **E) PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO, CANNABIS Y OTRAS DROGAS**

#### **❖ OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Conocer y apreciar el propio cuerpo y contribuir a su desarrollo, adoptando hábitos de salud y bienestar y valorando las repercusiones de determinadas conductas sobre la salud y la calidad de vida.
- Proporcionar al alumnado una información adecuada a su edad y a sus características sobre las drogas legales e ilegales, como un medio que les permita la adquisición de determinados conocimientos útiles para fomentar el pensamiento reflexivo y la actitud crítica.
- Adquirir conocimientos sobre los efectos y consecuencias del consumo de alcohol, cannabis y otras sustancias adictivas, así como los factores que influyen en su consumo.
- Conocer las limitaciones legales sobre la venta y consumo de estas sustancias adictivas y su relación con la protección de la salud.
- Conocer los factores de riesgo y de protección relacionados con el consumo de estas sustancias adictivas.
- Analizar la influencia positiva y negativa del grupo de iguales en el consumo de estas sustancias.
- Conocer los beneficios de mantenerse sin fumar y de los espacios libres de humo.
- Reflexionar sobre las consecuencias y los riesgos del tabaco para la salud.
- Conocer e identificar las sustancias que componen el tabaco e identificar sus efectos, así como la composición del humo de tabaco, y relacionarlo con algunos efectos que el hábito tabáquico tiene para la salud.
- Reflexionar sobre creencias erróneas, mitos sobre el tabaco y la influencia que el mercadeo y la moda ejercen sobre nuestras conductas.
- Reflexionar sobre la capacidad adictiva del tabaco y la dificultad de abandonarlo.

- Conocer la evolución de la epidemia del tabaquismo con perspectiva de género y sensibilizar sobre los cambios que, este consumo, generará en las poblaciones afectadas.
- Concienciar sobre la importancia de respirar aire sin humo, como derecho en un marco de respeto y tolerancia.
- Sensibilizar sobre el respeto de los derechos de personas fumadoras y no fumadoras.
- Concienciar de los riesgos del tabaquismo pasivo.
- Aprender a reconocer y afrontar las presiones sociales y del grupo de iguales en el consumo de tabaco.

**❖ BLOQUES TEMÁTICOS, ACTIVIDADES Y MECANISMO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR:**

BLOQUES TEMÁTICOS	ACTIVIDADES	MECANISMOS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR
Hábitos que contribuyen a una vida sana.	+Desarrollo de actividades que fomenten la instauración unos buenos hábitos de vida sana: sueño, deporte, alimentación equilibrada y actividad laboral (estudiante). Todo ello en colaboración con los padres y madres del alumnado y con los agentes del entorno.	+Taller de 1º de ESO de Hábitos de Vida Saludable  +Taller de Teatro y Música, de 1º, 2º y 3º de ESO  +Diferentes materias didácticas: Educación Física, Biología y Geología,...
Consumo de alcohol, cannabis y otras sustancias adictivas.	+Desarrollo del programa Unplugged en las tutorías lectivas de los grupos de la ESO +Actuaciones del alumnado ayudante –mediadores de salud  +Cineforum  +Talleres derivados del programa Ciudades ante las drogas.	+Plan de acción tutorial
Drogas: mitos y creencias.	+Actividades propias de la materia Hábitos de vida saludable.	
Prevención del tabaquismo.	+Actividades a realizar en la tutoría lectiva de 1º de ESO con motivo del Día Mundial sin tabaco.	

## 5. FORMACIÓN DE LOS IMPLICADOS EN ESTE PROGRAMA

- **Formación para padres y madres:**
  - +Charla sobre ciberseguridad, a cargo de personal de la Guardia Civil, a celebrar tras la reunión inicial del tutor/a con los padres/madres de su grupo.
  - +Jornadas formativas organizadas por el AMPA y/o el Ayuntamiento de la localidad a lo largo del curso.
  - +Asesoramiento individualizado prestado por la Orientadora del centro o por otros técnicos pertenecientes al SAS ó al Ayuntamiento.
  
- **Formación para el profesorado participantes:**
  - +Asistencia de la Coordinadora a las Jornadas provinciales de este programa.
  - +Formación ofertada por el CEP al respecto.
  - +Curso de Primeros Auxilios, impartido por técnicos del Hospital Comarcal de la localidad.
  - +Asesoramiento individualizado prestado por técnicos pertenecientes al SAS ó al Ayuntamiento.
  
- **Formación para el alumnado participante:**
  - +La adquirida a través del desarrollo del propio programa.
  - +Jornadas formativas trimestrales para el alumnado ayudante de 1º y 2º de ESO.
  - +Curso formativo para el alumnado mediador en salud.
  - +Formación entre iguales.
  - +Asesoramiento individualizado prestado por la Orientadora del centro o por otros técnicos pertenecientes al SAS (comentan la imposibilidad de asumir la Consulta Forma Joven por falta de personal) ó al Ayuntamiento.

## 6. RECURSOS

### RECURSOS HUMANOS

---

Dentro de los recursos humanos podemos contar con los siguientes:

- **Profesionales sanitarios del centro de salud de Alcalá la Real y del Hospital Comarcal de Alta Resolución**
- **Equipo Forma Joven y Comisión Forma Joven.**
- Los **profesionales** que, puntualmente, acudan al centro a desarrollar actividades, tales como charlas, talleres, conferencias, colaboración en celebración de efemérides... Estos profesionales pueden pertenecer a asociaciones, ayuntamientos, diputación, IAJ, Edificio Joven, organizaciones no gubernamentales, etc.

### RECURSOS MATERIALES

---

Respecto a los recursos materiales contaremos con:

**Material bibliográfico:**

- “Guías Forma Joven”,
- Programa de competencias sociales y emocionales de Manuel Segura.
- Programa “Aulas Felices” y “Golden 5”.
- Programa PIECE.
- Maletín Forma Joven.

**Material audiovisual:**

- Diversas películas que nos permitan abordar los bloques temáticos de este programa: Del revés, El guerrero pacífico, Wonder, Cadena de favores, ....
- Forma joven, una estrategia de salud para adolescentes y jóvenes de Andalucía.
- Adolescentes número 3. Los mundos de chicas y chicos adolescentes: escuela, amigos y sexualidad.

**Material en la red:**

- Materiales web Promueve Salud
- <http://www.formajoven.org/>
- Web Hábitos de vida saludable
- Material libre de diferentes páginas web: sexpresan, pantallas amigas,..

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

La **comunicación y difusión** se llevará a cabo utilizando los siguientes instrumentos y técnicas:

- Información al profesorado y aprobación en Claustro y Consejo escolar
- Información a las familias a través de las reuniones iniciales con los tutores/as.
- Información al alumnado a través de las tutorías y de visitas informativas del coordinador del programa.
- Información a la Vicedirección del centro y el resto de coordinadores de planes y programas y DACE.
- Información al profesorado mediante el panel informativo de actividades de la sala de profesores, sobre los próximos talleres, charlas, etc. de profesionales externos al Centro.
- Folletos informativos.
- Tablón de Forma Joven: cartelería y murales alusivos a los temas tratados.
- Exposiciones de trabajos del alumnado.
- Reuniones de tutores/as.
- Web del Centro: <https://blogsaverroes.juntadeandalucia.es/iesalfonsoxi/>
- Comunidad Colabor@.
- Medios de comunicación locales.

## 8. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

### **Evaluación Inicial**

Iniciamos la aplicación de este programa con una evaluación de las características del medio educativo en el que nos encontramos en relación con la salud y la seguridad, estableciendo áreas de mejora y, en definitiva, avanzando para generar un entorno más

saludable, seguro y respetuoso con el medio ambiente, en el que se promuevan unas relaciones interpersonales de calidad.

En esta evaluación inicial seleccionamos las Líneas de intervención y definimos el Plan de Actuación para la promoción y educación para la Salud de nuestro centro, teniendo en cuenta: el análisis del entorno incluido en el PEC, las características y necesidades del alumnado, los intereses y habilidades del profesorado, la implicación de la familia, los activos en salud comunitarios, y por supuesto, las propuestas de mejora recogidas en la evaluación del Plan de Actuación del curso anterior.

### **Seguimiento del Programa**

Tendrá como finalidad reconducir las actuaciones o procesos de intervención y optimizar los recursos disponibles, adaptando el Programa a la realidad de nuestro centro y será realizada en las reuniones que a lo largo del curso realizará la Comisión del Equipo de Promoción de Salud.

### **Evaluación Final**

Al finalizar el curso escolar se realizará un análisis de la consecución de los objetivos propuestos, dificultades encontradas y propuestas de mejora para el curso siguiente; dejando constancia de los resultados obtenidos en la Memoria de evaluación final alojada en el sistema Séneca.

Como **indicadores de evaluación** usaremos los siguientes:

- ✓ Grado de consecución de los objetivos marcados dentro de cada línea de intervención.
- ✓ Grado de mejora de la formación del alumnado, del profesorado y de sus padres / madres en torno a cada línea de intervención.
- ✓ Calidad y cantidad de actividades realizadas dentro de este programa y desde una perspectiva de integración curricular.
- ✓ Número de reuniones del Equipo de promoción de salud, así como de la repercusión de las mismas en la mejora de la aplicación del programa.
- ✓ Grado de apertura del centro a su entorno y de colaboraciones establecidas con diferentes agentes sociales.

Las **herramientas utilizadas** para el seguimiento y evaluación del programa serán las siguientes:

- ✓ En los talleres se realizan cuestionarios al alumnado participante y al profesorado acompañante; decidiendo en base a los datos aquí recogidos la continuidad o no de dichos talleres de cara al próximo curso escolar.

- ✓ Reuniones con los tutores de la ESO y con otros profesores coordinadores de otros planes y programas para determinar líneas de actuación, seguimiento y valoraciones cualitativas de todas las actuaciones realizadas.
- ✓ Registro de actuaciones llevadas a cabo, con una valoración de la calidad de las mismas y de su efectividad de cara al logro de los objetivos para los que se diseñaron.
- ✓ Memoria final que recoja todas las actividades realizadas, así como la valoración de los resultados obtenidos.