



CEIP ANTONIO GONZÁLEZ  
ÁLVAREZ  
Mairena del Alcor

# PROYECTO CRECIENDO EN SALUD



COORDINADORA : ROSARIO GONZÁLEZ LOBATO

CEIP ANTONIO GONZÁLEZ ÁLVAREZ

## INDICE

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.

2. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD.

3. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN.

4. OBJETIVOS.

5. CONTENIDOS.

6. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.

7. ACTIVIDADES. TEMPORALIZACIÓN.

8. RECURSOS EDUCATIVOS.

9. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN.

10. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN.

## 1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.

El CEIP Antonio González Álvarez está situado en la localidad sevillana de Mairena del Alcor. Dicha localidad cuenta con unos 20.000 habitantes aproximadamente, encontrándose a unos 25 km de Sevilla. El centro cuenta con dos líneas de 3 y 4 años, y una en 5 años de la etapa de Educación Infantil. En primaria, cuenta con dos líneas en 1º de E.P., tres en 2º de E.P., dos líneas en Segundo ciclo de E.P. y en Tercer ciclo, tres en 5º y cuatro en 6º de E.P.

El centro cuenta con alumnado que en su mayoría pertenecen a un barrio de nivel socioeconómico y cultural medio.

En el último curso, no se ha trabajado de manera directa el área de creciendo en salud con un plan establecido como tal, y ante la necesidad de hacerlo ya que el claustro y también las familias han mostrado interés en la línea de hábitos saludables. Este curso se va a comenzar a trabajar, con miras de seguir mejorando en todos estos aspectos para que el alumnado se desarrolle y se forme para una vida sana y saludable para su futuro.

Aunque si decir, que en los últimos años se ha intentado concienciar a las familias y al alumnado de la importancia de crear hábitos de vida saludable realizando diversas actividades involucrando a toda la comunidad educativa. Se han trabajado aspectos relacionados con este programa como por ejemplo la educación emocional en las tutorías, educación vial en el área de educación física, la alimentación saludable desde ciencias naturales, actividades saludables desde la festividad de las efemérides, entre otros aspectos.

Este proyecto, nos ayuda a vertebrar y organizar todo el trabajo desde Infantil a Primaria, tanto desde la escuela como desde casa, ya que, como hemos indicado en todo momento buscamos la implicación de toda la Comunidad Educativa.

El centro ya trabaja y ha trabajado en otros Planes y Proyectos, tales como: Plan de Igualdad, Diseño Universal de Aprendizaje, Plan de Lenguaje y Comunicación, Plan de Lectura y Biblioteca, y Plan de apertura, así como el Plan Impulsa para el Aula Específica (solicitado el 25 de noviembre), los cuales también desde una visión global, contribuirán a la consecución de los objetivos que nos proponemos

en este proyecto.

## 2. LÍNEAS ESTRATÉGICAS DE INTERVENCIÓN.

| LÍNEAS ESTRATÉGICAS       | BLOQUES TEMÁTICOS  |
|---------------------------|--|
| Educación Socio-emocional | -Competencia para la vida y bienestar.<br>-Competencia social. |
| Estilos de vida saludable | -Actividad física.<br>-Alimentación Equilibrada.               |

### 2.1. JUSTIFICACIÓN DE LAS LÍNEAS DE INTERVENCIÓN.

#### 2.1.1. Educación Socio-Emocional.

Pensamos que es fundamental para un desarrollo mental sano y para prevenir problemas y conflictos dentro y fuera del aula. 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 dotarle de herramientas y habilidades que garanticen su salud y bienestar personal y social. Así como el logro de una inclusión real a través de la aceptación de las diferencias, y del trabajo de los valores, tales como la solidaridad, ayuda, respeto, etc y emociones con el alumnado.

#### 2.1.2. Estilos de Vida Saludable.

Aunque se haya trabajado con anterioridad, en otros cursos, pensamos que es necesario para crear buenos hábitos alimenticios.

Contribuimos a:

- Reducir el consumo de alimentos relacionados con la bollería, pasteles, chucherías, ...

- Fomentar el consumo de alimentos sanos.
- Prevenir enfermedades por malos hábitos alimenticios.
- Fomentar la práctica de actividad física para la mejora de la salud mental y física.

### 3. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD.

|   |
|---|
| Equipo directivo  |
| Coordinadora del programa : maestra PT y Tutora del Aula Específica                   |
|   |
| AMPA  |
| Coordinaciones de otros programas y proyectos para realización de actividades comunes |
| Enfermera de referencia   |
| Claustro  |

### 4. OBJETIVOS.

#### 4.1 OBJETIVOS GENERALES DEL PROYECTO.

- Sensibilizar sobre la importancia de realizar actividad física.
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia de una alimentación equilibrada y la relación entre esta y el estado de salud.
- Contribuir a prevenir problemas de salud relacionados con la alimentación, y en definitiva a mejorar los hábitos alimenticios.

- Contribuir a prevenir problemas de salud relacionados con la higiene corporal postural y bucodental.
- Valorar la importancia de tener un cuerpo y una mente sano.
- Formar y concienciar acerca de los beneficios saludables de las frutas y hortalizas.
- Crear nuevos estilos de vida saludables y respetuosos con el medio ambiente, haciendo partícipes a las familias y al profesorado como piezas clave.

## 4.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE CADA LÍNEA DE ACTUACIÓN.

### A) Educación socio-emocional:

- Aprender niños/as a manejar sus emociones y cómo estas influyen en los demás.
- Reducir e incluso alcanzar la ausencia de situaciones conflictivas en el patio y las aulas (Habilidades sociales).
- Hacer del recreo un espacio más inclusivo, donde todo el alumnado pueda jugar y disfrutar en unión, respetando las diferencias y comprendiendo las singularidades del alumnado con nee, y poner en práctica las habilidades sociales aprendidas por todo el alumnado.

### B. Estilos de vida saludable:

- Fomentar la práctica de actividad física en el centro fundamentalmente a través de juegos y actividades cooperativas.
- Elaborar un calendario semanal de ingesta de alimentos saludables.
- Reducir el consumo de alimentos relacionados con la bollería, pasteles, chucherías, etc
- Prevenir enfermedades por mala alimentación y sedentarismo.

- *Aprender a comer nuevos alimentos saludables, como son las frutas y las verduras, e incluirlas en la rutina de alimentación del alumnado y las familias.*

## 5.CONTENIDOS.

| LINEAS ESTRATÉGICAS              | CONTENIDOS  |
|----------------------------------|---|
| <i>Educación socio-emocional</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Competencia para la vida y bienestar.</i></li> <li>● <i>Competencia social.</i></li> <li>● <i>Conciencia y autonomía emocional</i></li> <li>● <i>Recreos más inclusivos.</i></li> </ul>   |
| <i>Estilos de vida Saludable</i> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● <i>Los alimentos: funciones, la rueda y pirámide de los alimentos.</i></li> <li>● <i>La alimentación equilibrada. La dieta mediterránea.</i></li> <li>● <i>Los desayunos saludables.</i></li> <li>● <i>Los juegos y el ejercicio físicos.</i></li> <li>● <i>Seguimiento de sus hábitos alimenticios.</i></li> <li>● <i>Clasificación de los alimentos según su origen y sus funciones.</i></li> <li>● <i>Elaboración de recetas.</i></li> <li>● <i>Manipulación de los utensilios relacionados con la alimentación.</i></li> <li>● <i>Interés por una alimentación sana.</i></li> <li>● <i>El disfrute en las comidas.</i></li> <li>● <i>Aprecio por el desayuno andaluz.</i></li> <li>● <i>Valoración por alimentos naturales.</i></li> </ul> |

## 6. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN ESCOLAR.

Nuestro proyecto se integrará en el currículo a través de las siguientes actividades:

### 6.1. Actividades complementarias:

Se proponen algunas actividades complementarias a desarrollar a lo largo del curso 2022/23. Dichas actividades son modificables, se pueden añadir o incluir otras nuevas que se propongan durante el desarrollo del programa.

Indicamos a continuación algunas de ellas:

- Se realizará un desayuno saludable a través de un calendario de desayunos saludables y en el caso de que se conceda el plan de consumo de frutas, a través del reparto de frutas del Plan de Consumo de Frutas.
- Desayuno Andaluz a base de pan con aceite y zumo de naranja ecológico organizado por el AMPA.
- Plan de desayuno saludable semanal.
- Realización de Charlas coloquios y /o talleres por la Policía Local, Guardia Civil y enfermera escolar.
- Participar en todas las actividades deportivas que desde la Delegación de Deportes se propongan.
- Carreras solidarias por efemérides: Día de la diversidad funcional, 3 de diciembre.
- Salidas y visitas al campo, a granjas escuelas y/o parques y espacios abiertos.
- Celebración de un "Carnaval saludable" para el fomento y motivación hacia el consumo de alimentos saludables.
- Trabajar en grupos cooperativos, en la que cada alumno tenga su función, para desarrollar habilidades sociales en grupo.
- Realización de talleres sobre emociones, iniciación al yoga, relajación.



- Realización de recetas en casa y en el colegio.
- Creación de spots publicitarios que fomenten la vida sana, en la radio del colegio.
- Talleres de recreos inclusivos.
- Diseño de Situaciones de Aprendizaje en las que se puedan incluir actividades encaminadas a conseguir una mayor concienciación sobre la educación emocional y hábitos saludables.

## 6.2. A través de las diferentes áreas.

En este apartado se indican posibles actividades desde las diferentes áreas, algunas de ellas propuestas cursos anteriores y otras, desarrollar propuestas dando para su continuidad desarrollo a en las el realizadas en presente curso escolar.

- Educación Física: Gymkhana ecológica en primer y segundo ciclo, circuitos de orientación en tercer ciclo. Juegos sobre concienciación y educación emocional.
- Área de Ciencias de la Naturaleza y Ciencias Sociales: Trabajo de contenidos relacionados como son la rueda de los alimentos, etc.
- Lengua Castellana y Literatura: lecturas relacionadas con l la alimentación, aspectos emocionales, educación en valores, concursos de comic, poesías.
- Pedagogía Terapéutica y Audición y Lenguaje: Educación Emocional y social a través de actividades específicas para el alumnado con NEAE.
- Contenidos recogidos en los programas específicos de las PT AL sobre Habilidades Sociales y Educación Emocional, y extrapolados a las aulas ordinarias.
- Ámbitos del Aula Específica: Autonomía e higiene corporal, autonomía en la alimentación, espacio multisensorial: sensaciones y emociones a través del cuerpo.

### 6.3. A través de la Celebración de Efemérides.

Desde la celebración de las efemérides en el centro también se retoman contenidos que impregnan el programa, dado su carácter de centro.

Es por ello, y dado su carácter interdisciplinar que sus objetivos y contenidos están presentes en las actividades que se realizan para la celebración de efemérides. Citamos algunos ejemplos como son:

- Día de la Diversidad Funcional (3 de Diciembre), en el que la propuesta de actividades desde el Equipo de Orientación ha tenido una gran acogida desde el centro y se trabajaban desde ella "La Carrera Solidaria", en colaboración con el CEEE Virgen de La Esperanza de Algeciras, que a su vez dona el dinero para causas relacionadas con las personas con Diversidad Funcional.
- Día de Andalucía, trabajándose el también cual desde se celebra dicha con actividad un desayuno contenidos saludable, propios del programa.
- Día del Síndrome de Down, el cual se celebró con una sesión de fotos voluntaria al alumnado que vino con calcetines de diferentes colores, fomentando el "Todos somos iguales pero Diferentes". Concienciación sobre la igualdad.
- Día del Autismo, realizando actividades de concienciación y respeto a las diferencias individuales y propias del espectro autista, implicada, por ello, también de la educación emocional.

### 7. ACTIVIDADES. TEMPORALIZACIÓN

| Actuación/<br>Actividad                 | Línea/s de<br>Intervención      | Participante<br>s                 | Dirigido por:                                   | Trimestre     |
|---|---------------------------------|-----------------------------------|---|---------------|
| Desayunos<br>saludables<br>(frutómetro) | Estilos de<br>vida<br>saludable | Alumnado<br>de todo el<br>centro. | Cordinadora<br>del<br>programa y<br>profesorado | Todo el curso |
| Día del Flamenco                        | Estilos de<br>vida<br>saludable | Alumnado                          | Maestros de<br>Música                           | 1º trimestre  |

|   |  |                             |  |                   |
|---|--|-----------------------------|--|-------------------|
| Desayuno Andaluz                                | Estilos de vida saludable                        | Alumnado y familias         | AMPA   | 2º trimestre      |
| Carnaval Saludable                              | Estilos de vida saludable                        | Alumnado y AMPA             | Profesorado del centro, familias y AMPA                                      | 2º trimestre      |
| Spots publicitarios saludables                  | Estilos de vida saludable                        | Alumnado del todo el centro | Profesorado del Centro que imparte el área de Lengua y coordinador a del PLC | 2º y 3º trimestre |
| Día de la Diversidad Funcional (3 de diciembre) | Estilos de vida saludable<br>Educación Emocional | Alumnado y Profesorado      | E.O.   | 2º trimestre      |
| Día de amistad                                  | Educación Emocional                              | Alumnado de todo el centro. | Profesorado del Centro que imparte el área de Lengua y coordinador a del PLC | 2º trimestre      |
| Taller de lavado de manos y de RCP              | Estilos de vida saludable                        | Alumnado de E.I. de 5 años. | Enfermera escolar de referencia  | 1º trimestre      |
| Charlas de Higiene bucodental                   | Estilos de vida saludable                        | Alumnado de 2º E.P.         | Enfermera escolar de referencia  | 2º trimestre      |
| Charla de prevención de consumo de bebidas      | Estilos de vida                                  | Alumnado de 5º de E.P.      | Enfermera escolar de referencia  | 2º trimestre      |

|   |                                 |  |  |                      |
|---|---------------------------------|--|--|----------------------|
| energéticas,<br>consumo de<br>comida rápida,... | saludable                       |  |  |                      |
| Talleres sobre<br>educación<br>emocional        | Educación<br>emocional          | Alumnado<br>de 1º ciclo de<br>E.P.<br>y Aula EE  | Coordinador<br>a del plan y<br>del plan<br>impulsa   | 2º y 3º<br>trimestre |
| Talleres de patios<br>inclusivos                | Educación<br>emocional          | Alumnado<br>de 1º ciclo de<br>E.P.<br>y Aula EE  | Coordinador<br>a del plan y<br>del plan<br>impulsa   | 2º y 3º<br>trimestre |
| Circuito de<br>psicomotricidad                  | Estilos de<br>vida<br>saludable | Alumnado<br>de 1º ciclo de<br>E.P.<br>y Aula EE  | Coordinador<br>a del plan y<br>maestra de<br>la ONCE | 1º trimestre         |
| Día del Autismo                                 | Educación<br>emocional          | Alumnado<br>del Centro                           | EO   | 3º trimestre         |
| "Baile a 5 ritmos"                              | Estilos de<br>vida<br>saludable | Alumnado<br>1º ciclo de<br>primaria y<br>Aula EE | Coordinadora<br>del plan y<br>del plan<br>Impulsa    | 2º y 3º<br>trimestre |
| Talleres de cocina                              | Estilos de<br>vida<br>saludable | Alumnado<br>1º ciclo de<br>primaria y<br>Aula EE | Coordinador<br>a del plan y<br>del plan<br>impulsa   | 2º y 3º<br>trimestre |

## 8. RECURSOS EDUCATIVOS.

ESPACIALES: aulas, pasillos para exponer carteles y murales, patio, biblioteca, SUM, la calle,...

PERSONALES: equipo docente, personal del centro, alumnado, familias, policía local, enfermera de referencia, Guardia Civil, etc.

CURRICULARES: la programación didáctica, material elaborado, documentos normativos, ...

DIDÁCTICOS: cuadrante con los días de la semana y los alimentos que tienen que traer, fotos, boletín informativo, folletos informativos, recortes de periódicos, material elaborado por los alumnos/as, ...

MATERIALES FUNGIBLES y NO FUNGIBLES: libros de texto, papel continuo, cartulinas, folios de colores, cajas de cartón recicladas, tijeras, pegamento, mobiliario, etc.

AUDIVISUALES E INFORMÁTICO: ordenadores, internet, etc

OTROS: fruta, pan, aceite y zumo de naranja (desayuno andaluz)

## 9. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN.

- A través de la página web del colegio y Redes sociales.
- Información a las familias a través de boletines informativos.
- Información a las familias y al resto de la comunidad educativa a través del Consejo Escolar.
- Carteles informativos realizados por el alumnado y los tutores/as por todo el centro escolar.
- Mensajes a través del Programa de radio del Centro Escolar.
- Agenda del alumnado y comunicaciones por PASEN.
- Delegados/as de clase tanto de padres/madres como los delegados de alumnos/as.

## 10. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN.

- Seguimiento de las actividades realizadas a través de las reuniones de ciclos, ETCP y Reuniones de coordinadores de los diferentes Planes del Centro. (al menos, una vez al trimestre).
- Grado de realización de las diferentes actividades propuestas. (Mes

de junio)

- Cumplimentación de las diferentes memorias anuales en el sistema SÉNECA y las que realizamos internamente a nivel de centro.
- Cumplimentación de los diferentes cuestionarios de los diferentes programas del profesorado.
- Registro anecdótico de los conflictos del centro (cuaderno de incidencia del profesorado)
- Registro de todas las actividades programadas y las realizadas con anotaciones del grado de satisfacción.