

SOMOS GINER



PROGRAMA HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

CEIP FRANCISCO GINER DE LOS RÍOS



CURSO 25/26

ÍNDICE

1. Equipo de promoción de la salud en el centro
2. Análisis de la situación inicial
3. Objetivos generales de promoción de la salud
4. Líneas de intervención que se desarrollarán: bloques temáticos, objetivos y contenidos específicos.
5. Estrategias de integración curricular
6. Formación
7. Cronograma de actividades y actuaciones durante el curso escolar
8. Recursos
9. Técnicas e instrumentos para la comunicación y difusión
10. Seguimiento y evaluación. Propuestas de mejora

1. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL CENTRO

El equipo de promoción del programa de la salud está formado por:

MIEMBROS	FUNCIÓN
Claustro	- Llevar a cabo las actividades propuestas con carácter anual, del programa de educación emocional, integrado curricularmente. - Realizar las actividades puntuales, relacionadas con el programa, que se planteen. - Participar en las celebraciones de las efemérides vinculadas a la promoción de hábitos de vida saludable - Generar conciencia en el alumnado y las familias de lo beneficioso que es adquirir y desarrollar hábitos de vida saludable
Alumnado	- Participar en actividades relacionadas con el programa Crecer en salud: educación emocional y estilos de vida saludable - Tomar conciencia de lo beneficioso que es adquirir y desarrollar hábitos de vida saludable
Conserje	Mantenimiento y adecuación de las infraestructuras del centro para realizar las actividades propuestas
Personal de mantenimiento	Colaborar en las diferentes propuestas: reciclado
Familias	- Participar en actividades relacionadas con el programa Crecer en salud: educación emocional y estilos de vida saludable. - Tomar conciencia de lo beneficioso que es adquirir y desarrollar hábitos de vida saludable
AMPA	- Informar/formarnos en relación con hábitos de vida saludable: educación emocional y estilos saludables. - Colaborar y participar en actividades propuestas: mejora del diseño del patio de infantil con la creación de nuevas zonas (juegos sensoriales, zonas verdes, rocódromo...)

Ayuntamiento	• Colaborar en actividades como: reciclado, actividades al aire libre en zonas deportivas y verdes del municipio, educación vial... • Aportar información y/o formación sobre estilos saludables
Enfermera de referencia	• Formar e informar sobre aspectos relacionados con los hábitos de vida saludable: alimentación, higiene, descanso, vacunación.

Se realizarán varias reuniones a lo largo del curso escolar:

MIEMBRO	TIPO DE REUNIÓN Y/O COMUNICACIÓN	CUÁNDO
Claustro	• Correo electrónico Gsuite • Claustros presenciales o a través de Meet • Reuniones presenciales o a través de Meet	A lo largo del curso, con una periodicidad trimestral
Familias y AMPA	• Correo electrónico Gsuite • Lista de difusión familias delegadas • Consejo Escolar	A lo largo del curso, con una periodicidad trimestral
Enfermera de referencia	• Reuniones presenciales • Comunicación vía WhatsApp	A lo largo del curso

2. ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN INICIAL

Nuestro centro está situado en Mairena del Aljarafe, más concretamente en la barriada "Los Rosales", enclave urbanístico de reciente construcción y que se encuentra en la zona de mayor expansión urbanística de nuestro municipio.

Nuestro centro se inauguró en el curso escolar 2.005/2.006 y año tras año ha ido evolucionando y definiendo su línea de intervención pedagógica. Es un centro bilingüe que cuenta con dos líneas de la Etapa de Educación Infantil y Educación Primaria y un Aula Específica de Autismo.

Este es nuestro sexto año participando en el Programa de innovación, Crecer en salud, diseñando una propuesta de educación emocional integrada curricularmente de forma transversal para las distintas etapas, así como llevando a cabo actividades relacionadas con la adquisición de hábitos de vida saludable, relacionados con la alimentación, actividad física y descanso. Del mismo modo, que se ha trabajado de manera conjunta con el proyecto Aldea, en el cuidado y mantenimiento del huerto, reciclado y buenas prácticas para el cuidado del medio ambiente así como, de sí mismo. Tratamos que los niños/as planifiquen, colaboren, tomen decisiones y asuman responsabilidades individuales y colectivas para cuidar su entorno y por tanto, el Medio Ambiente.

Partimos de la idea de concienciar a la comunidad educativa de la importancia de la adquisición de hábitos de vida saludable relacionados con el cuidado de uno mismo, de los demás y del medio en el que nos desarrollamos y aprendemos, siendo nuestras líneas de intervención educativa: la educación emocional y los estilos de vida saludable.

Alcanzando el logro de una educación integral, que comparte y se asienta en los cuatro pilares educativos que propone la UNESCO:

Aprender a ser	Aprender a convivir	Aprender a conocer	Aprender a hacer
----------------	---------------------	--------------------	------------------

3. OBJETIVOS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

1. Contribuir a la colaboración e implicación de los diferentes agentes sociocomunitarios (comunidad educativa, Ayuntamiento, centro de salud...) en la promoción de los hábitos de vida saludable.
2. Diseñar e implementar actividades transdisciplinares de educación y promoción para la salud en el centro para hacer del alumnado un agente activo y competente en la prevención y mejora de su salud, y de la comunidad educativa, favoreciendo actitudes, habilidades y conocimientos que le permitan afrontar una conducta saludable de forma libre, informada y consciente.
3. 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.
4. 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

4. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLARÁN: BLOQUES TEMÁTICOS, OBJETIVOS Y CONTENIDOS ESPECÍFICOS.

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: EDUCACIÓN EMOCIONAL		
BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	SABERES
Concienciación emocional	Identificar diferentes tipos de emociones, en sí mismos y en los demás, así como el significado que tienen a través de la auto-observación y la observación de las personas que tienen a su alrededor.	• Conocimiento de las propias emociones. Vocabulario emocional. Conocimiento de las emociones de los demás. • Interacción entre emoción, cognición y comportamiento.

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: EDUCACIÓN EMOCIONAL

BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	SABERES
Regulación emocional	Responder de forma apropiada a las emociones que experimentamos utilizando técnicas como el diálogo interno, la introspección, la meditación, la respiración o la relajación, entre otras.	• Expresión de emociones. • Regulación de emociones y sentimientos. • Habilidades de afrontamiento. • Autogeneración de emociones positivas.
Autonomía emocional	Desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar personal y social.	• Autoestima positiva. • Automotivación. • Autoeficacia emocional. • Responsabilidad. • Actitud positiva. • Análisis crítico de normas sociales. • Resiliencia
Competencia social	Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas pro-sociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.	• Habilidades sociales básicas. • Respeto por los demás. • Comunicación receptiva. • Comunicación expresiva.

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: EDUCACIÓN EMOCIONAL		
BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	SABERES
		• Compartir emociones. • Comportamiento pro-social y cooperativo. • Asertividad. • Prevención y solución de conflictos. • Gestión de emociones colectivas en contextos sociales
Competencias para la vida y el bienestar	Desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar personal y social.	• Fijación de objetivos adaptativos. • Toma de decisiones responsables. • Búsqueda de apoyos y recursos disponibles. • Ciudadanía activa. • Bienestar subjetivo. • Generación de experiencias óptimas en la vida

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Actividad física	1. Promover la incorporación en los estilos de vida del alumnado de la actividad física cotidiana, ya sea lúdica o pautada. 2. Incrementar la actividad física dentro y fuera de la escuela en el tiempo libre del alumnado.	Centro: 1. Desarrollar una política orientada a la promoción de una actividad física continuada y placentera. 2. Fomentar la práctica de actividades físicas y deportivas en la comunidad educativa, con independencia del nivel de competencia que posean, con un carácter inclusivo e integrador. Aula: 1. Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables. 2. 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.

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES		
BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Actividad física		Familias: 1. Informar y formar a las familias y al entorno escolar sobre los beneficios de la práctica deportiva y las actividades físicas para que puedan promover la participación de sus hijos e hijas en actividades físicas agradables 2. Contribuir a que las familias y el entorno escolar se conviertan en agentes dinamizadores de la práctica de la actividad física y el deporte en la edad escolar. 3. Promover la participación activa de padres y madres en actividades lúdico recreativas, salidas extraescolares, actividades deportivas, etc.
Alimentación saludable	1. Fomentar el consumo de al menos cinco raciones diarias de frutas y verduras frescas entre el alumnado	Centro: 1. Facilitar la adopción de una alimentación equilibrada mediante un diseño adecuado de los menús escolares

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES		
BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Alimentación saludable	2. Promover la adopción de una dieta saludable por parte del alumnado.	2. Promover el desarrollo de conductas modélicas por parte del profesorado en relación con la alimentación Aula: 1. Favorecer en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos de alimentación saludables. Familias: 1. Proporcionar a las familias información sobre la alimentación adecuada durante la infancia y la adolescencia 2. Proporcionar a las familias información sobre el tipo de alimentos que son promovidos por el centro para el desayuno, el almuerzo, la merienda, y/o las salidas que efectúa la escuela (consumo de fruta y bocadillos)

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: ESTILOS DE VIDA SALUDABLES		
BLOQUES TEMÁTICOS	OBJETIVOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS
Alimentación saludable		restricción del consumo de bollería, golosinas y bebidas azucaradas). 3.Promover la participación activa de padres y madres en actividades tales como: talleres de cocina, actividades lúdico recreativas, cuidado de un huerto, siembra cuidado y recogida.

4. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

El programa de hábitos de vida saludable se integra de forma transversal a lo largo de todo el curso escolar, en las diferentes etapas, ciclos, niveles, áreas y materias de conocimiento.

Así como, se coordina conjuntamente con los otros planes y programas del centro: Plan de Igualdad, proyecto de Biblioteca, Aldea, Plan de Convivencia y Escuela Espacio de Paz y Proyecto Bilingüe.

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Programa educación emocional. Realización de un programa con diseño curricular para abordar, mediante actividades participativas y	Infantil, Primaria y Aula TEA	a) Competencia en comunicación lingüística. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud, Plan de Igualdad, Plan de convivencia, Escuela Espacio de Paz y Plan de biblioteca.

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
conjuntas los diferentes bloques temáticos de la educación emocional, desglosado por ciclos y temporalizadas			
Creación del rincón saludable: ilustraciones mascotas Monster Grower, recuento y gráficas consumo fruta por aula cada mes, información frutas por estación, mensajes positivos...	Infantil Primaria y Aula TEA	a) Competencia en comunicación lingüística. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crecer en Salud, Proyecto Aldea, Plan de Igualdad, Plan de convivencia, Escuela Espacio de Paz
Uso plataforma Monster Grower (consumo fruta diario en clase)	Infantil Primaria y Aula TEA	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crecer en Salud y Proyecto Aldea

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Reparto de fruta y hortaliza	Infantil Primaria y Aula TEA	a) Competencia en comunicación lingüística. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.	Crece en Salud y Proyecto Aldea
Día Mundial de la Alimentación	Infantil Primaria y Aula TEA	a) Competencia en comunicación lingüística. e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud y Proyecto Aldea, Plan de convivencia, Escuela Espacio de Paz
Día de la Paz - Día de la Sonrisa	Infantil Primaria y Aula TEA	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crece en Salud y Proyecto Aldea, Plan de Igualdad, Plan de convivencia, Escuela Espacio de Paz

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Desayuno andaluz	Infantil Primaria y Aula TEA	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crecer en Salud y Proyecto Aldea
Celebración del Día del Medio Ambiente	Infantil Primaria y Aula TEA	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crecer en Salud y Proyecto Aldea
Taller SVB y primeros auxilios	4º Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crecer en Salud y Plan de Igualdad, Plan de convivencia, Escuela Espacio de Paz

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Taller 'Lava tus manos'	Infantil - 3 años	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.	Crece en Salud y Plan de Convivencia
Taller de higiene bucodental	1º Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.	Crece en Salud
Taller 'Las chuches no son comida'	Infantil - 4 años	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.	Crece en Salud
Taller sobre bebidas energéticas y vapor	5º de Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud y Plan de Convivencia

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Taller 'El dragón que aprendió a respirar'	Infantil - 5 años	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender.	Crece en Salud
Taller ¿Cómo como?	2º de Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud
Taller 'Emociones'	3º de Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud y Plan de Convivencia

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Talleres 'Cambios en la adolescencia' y 'Tabaco y nuevas formas de fumar'	6º de Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud
Taller 'Mi cuerpo no se toca'	Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud y Plan de Convivencia
Jornadas deportivas juegos cooperativos intercentros de la localidad	3º ciclo	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crece en Salud y Plan de Convivencia

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Difusión de información aportada por la enfermera de referencia: calendario de vacunación, infografías...)	Comunidad Educativa	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crece en Salud
Plan Director - Charlas Guardia Civil 'Prevención acoso escolar' y 'Peligros uso de Internet'	3º ciclo	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crece en Salud, Plan Igualdad y Plan de Convivencia
Festival de Cortos - Crece en Salud	Infantil y Primaria	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crece en Salud, Aldea, Plan de Biblioteca y Plan de Convivencia

ACTUACIONES	ETAPA/CICLO	COMPETENCIAS	PLANES Y PROGRAMAS
Día Mundial de la Salud - Campaña Donación de Sangre	Comunidad Educativa	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana. h) Competencia en conciencia y expresiones culturales.	Crecer en Salud y Plan de Convivencia
Participación en el programa Biciescuela	3ºciclo	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crecer en Salud y Plan de Convivencia
Día de la Salud Mental	Alumnado	e) Competencia personal, social y de aprender a aprender. f) Competencia ciudadana.	Crecer en Salud y Plan de Convivencia

5. FORMACIÓN

- Coordinadora:
 - Jornadas de coordinación Inicial y final
 - Cursos de formación relacionados con la promoción de hábitos saludables
- Claustro:
 - Información sobre la oferta de cursos relacionados con educación emocional, huertos escolares y promoción de hábitos saludables
- Comunidad educativa: alumnado, claustro y familias:
 - Difusión informativa facilitada por las enfermeras de referencia del centro

6. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y ACTUACIONES DURANTE EL CURSO ESCOLAR

ACTUACIONES	DESCRIPCIÓN	DIRIGIDO A	TEMPORALIZACIÓN
Programa educación emocional	Puesta en práctica del programa con diseño curricular para abordar, mediante actividades participativas y conjuntas los diferentes bloques temáticos de la educación emocional, desglosado por ciclos y temporalizadas trimestralmente.	Alumnado	Todo el curso
Uso de Monster Grower para el recuento diario de consumo fruta y verdura	Recomendación del consumo de alimentos saludables. Motivación al alumnado del consumo de fruta y verdura, a través del uso de plataforma digital Monster Grower. Recuento mensual y gráficas consumo por clases.	Alumnado	Todo el curso
Participación en el programa Biciescuela	Programa de fomento del uso de la bicicleta y normas de educación vial por parte del Ayuntamiento de Mairena para 6º de Primaria	Alumnado de 6º	Enero - Febrero
Reparto de frutas y hortalizas	Repartir entre el alumnado las frutas y verduras. Animar a su ingesta. Compensar la carencia de algunos niños frente al consumo de estos alimentos	Alumnado	2º y 3º trimestre

ACTUACIONES	DESCRIPCIÓN	DIRIGIDO A	TEMPORALIZACIÓN
Día de la Sonrisa y Día de Paz y la No violencia	Premiar al alumnado con Premios Nobel adaptados a sus competencias: tolerancia, esfuerzo, integración... (actividad aún por concretar)	Alumnado	Octubre y enero
Desayuno andaluz	Conocer, identificar y degustar alimentos típicos andaluces frecuentes en el desayuno: pan y aceite de oliva.	Alumnado	Febrero
Día del Medio Ambiente	Actividad por concretar.	Alumnado, claustro y familias	Junio
Taller 'Lava bien tus manos'	Mediante este taller la enfermera ofrecerá pautas relacionadas con la higiene	Alumnado 3 años	Por determinar
Taller 'Las chuches no son comida'	Mediante este taller la enfermera transmitirá información acerca de una alimentación saludable	Alumnado 4 años	Por determinar
Taller 'El dragón que aprendió a respirar'	Charla ofrecida por la enfermera para conocer técnicas de relajación	Alumnado 5 años	Por determinar
Taller 'Bebidas energéticas y vaper'	Charla ofrecida por la enfermera acerca de los peligros del consumo de bebidas energéticas y váper	Alumnado 5º Primaria	Por determinar

ACTUACIONES	DESCRIPCIÓN	DIRIGIDO A	TEMPORALIZACIÓN
Taller 'Lava bien tus dientes'	Charla de la enfermera acerca de una adecuada salud buco-dental	Alumnado 1º Primaria	Por determinar
Taller '¿Cómo como?'	Taller de la enfermera acerca de información nutricional y elaboración de recetas saludables	Alumnado 2º Primaria	Por determinar
Taller 'Emociones'	Charlas informativas ofrecidas por la enfermera sobre educación emocional	Alumnado 3º Primaria	Por determinar
Divulgación infografías	Divulgar la información aportada por la enfermera acerca de distintos hábitos saludables y prevención	Comunidad educativa	Durante todo el curso
Taller 'SVB y primeros auxilios'	Charla de la enfermera acerca de nociones básicas de primeros auxilios	Alumnado 4º Primaria	Por determinar
Taller 'Cambios en la adolescencia' y 'Tabaco y nuevas formas de fumar'	Charla de la enfermera acerca de los cambios físicos y emocionales que se experimentan en la adolescencia y los peligros del consumo de tabaco y váper	Alumnado de 6º Primaria	Por determinar

ACTUACIONES	DESCRIPCIÓN	DIRIGIDO A	TEMPORALIZACIÓN
Taller 'Mi cuerpo no se toca'	Charla de la enfermera, con la comunicación previa a familia y profesorado, para la prevención del abuso sexual	Alumnado Primaria	Por determinar
Festival de Cortos 'Crecer en Salud'	Animar al alumnado, con la ayuda del profesorado, a crear cortos de animación digital con temáticas relacionadas con el programa Crecer en Salud	Alumnado	3º trimestre
Día Mundial de la Alimentación	A través de un test didáctico creado por la FAO el alumnado reflexionará acerca del desperdicio alimentario	Alumnado	16 octubre
Día Mundial de la Salud - Red Centro Donantes de Sangre	Se ofrecerán las instalaciones del centro durante la mañana y la tarde del 7 de abril para organizar una campaña de donación de sangre	Comunidad Educativa	7 abril
Jornada juegos cooperativos intercentros	Participación de jornada de juegos cooperativos que tiene lugar en el Polideportivo Municipal de Mairena del Aljarafe en la que participan los colegios públicos de la localidad	Alumnado 3º ciclo	3º trimestre
Plan Director - Charlas Guardia Civil	Nuestro alumnado recibe charlas a cargo de la Guardia Civil de la localidad dirigidas a 5º (prevención del acoso escolar) y 6º (peligros de uso de Internet)	Alumnado 3º ciclo	Octubre

7. RECURSOS

- [Dossier Programas Educativos de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional](#)
- [Guía Didáctica Educación Emocional](#)
- [Pautas para la elaboración del Plan de actuación](#)
- [Canal Youtube Hábitos de Vida Saludable](#)
- Moodle Creciendo en Salud
- Programa de Inteligencia Emocional - Banco de recursos obtenidos en la formación de centro
- [Escuela de familias](#)

8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN

Para la comunicación sobre las actuaciones llevadas a cabo nos serviremos de diferentes técnicas e instrumentos:

- Reuniones: a través de Meet (equipo de promoción de la salud), claustros, reuniones informales.
- Comunicaciones:
 - Internet: correo electrónico, plataforma Gsuite, [web del centro](#)
 - Cartelería informativa en el centro y exposición de trabajos realizados por el alumnado.
- Classroom: difusión alumnado y familias

9. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN. PROPUESTAS DE MEJORA

El seguimiento del programa y sus propuestas, así como el grado de participación de los diferentes integrantes del mismo se valorará de la siguiente manera:

- Evaluación externa a través de los formularios de seguimiento (febrero) y memoria de evaluación final (mayo-junio) de Séneca
- Evaluación interna: se valorará el proceso de seguimiento continuo al final de cada trimestre. Se seguirá la siguiente tabla donde se recogen los indicadores a evaluar, las dificultades y logros encontrados, así como las propuestas de mejora:

EVALUACIÓN TRIMESTRAL CRECER EN SALUD			
1.Utilización efectiva del tiempo de aprendizaje en el aula (actividades complementarias y efemérides) • Valoraciones: • Logros: • Dificultades:			
Propuesta de mejora	temporalización/ organización	Personal/ recursos	Indicadores de calidad
2. Concreción del currículo ha desarrollar, adaptado al contexto y la planificación efectiva de la práctica docente. • Valoraciones: • Logros: • Dificultades:			
Propuesta de mejora	temporalización/ organización	Personal/ recursos	Indicadores de calidad

3. Relación con las familias, los agentes externos y el entorno • Valoraciones: • Logros: • Dificultades:			
Propuesta de mejora	Temporalización/ organización	Personal/ recursos	Indicadores de calidad
4. Funcionamiento del programa: idoneidad de actividades, participación diferentes agentes, mejora en la adquisición de hábitos de vida saludable en el alumnado • Valoraciones: • Logros: • Dificultades:			
Propuesta de mejora	Temporalización/ organización	Personal/ recursos	Indicadores de calidad

Así mismo se evaluarán la consecución de los objetivos propuestos:

- Se ha contribuido con el programa a la colaboración e implicación de los diferentes agentes sociocomunitarios (comunidad educativa, Ayuntamiento, centro de salud...) en la promoción de los hábitos de vida saludable.
- Se ha diseñado e implementado actividades transdisciplinares de educación y promoción para la salud en el centro para hacer del alumnado un agente activo y competente en la prevención y mejora de su salud, y de la comunidad educativa, favoreciendo actitudes, habilidades y conocimientos que le permitan afrontar una conducta saludable de forma libre, informada y consciente.
- Con nuestra propuesta hemos promovido 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.
- Sensibilizado 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.

" La felicidad del cuerpo se funda en la salud;
la del entendimiento, en el saber. "

Tales de Mileto