

PLAN DE ACTUACIÓN

PROGRAMA EDUCATIVO	FORMA JOVEN
--------------------	-------------

CURSO	2020/21
-------	---------



PROGRAMAS DE PROMOCIÓN DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

CENTRO	IES RÍO VERDE
--------	---------------

CÓDIGO	29700216
--------	----------

COORDINACIÓN	ISABEL ARANDA PALOMO
--------------	----------------------



1. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL CENTRO.

El equipo de la promoción para la salud estará compuesto por:

- Equipo directivo: Su función será comprobar que todo queda registrado en Séneca y además supervisará el seguimiento del programa.
- Coordinadora del Programa: La función será recabar información, formar el equipo de trabajo, contactar con diversos organismos para las sesiones, reuniones con tutores y realizar plan de actuación, entre otras funciones.
- Coordinadora Plan de Igualdad y Coordinadora Espacio de Paz. Organizara sesiones de sensibilización en diferentes momentos con los alumnos y actividades por determinadas efemérides.
- Tutores de los grupos de secundaria
- Departamento de orientación. Participa en la elaboración del plan de actuación y realización de charlas y sensibilización. además contactar con los diferentes organismos y asociaciones para planificar charlas y talleres.

2. INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN INICIAL.

Nuestro centro se encuentra ubicado en la ciudad costera de Marbella, con una población aproximada de 130.000 habitantes y con buenas infraestructuras de comunicación tanto con la capital de provincia como con el resto de poblaciones cercanas.

El instituto está ubicado en el centro de la ciudad, rodeado de edificios y muy cercano al paseo marítimo. Parte del edificio se encuentra en su estado original(años 60). Se han hecho sucesivas reformas para adecuarlo a la normativa de espacios.

El número de alumnos/as se sitúa en torno a los 1500 con 42 nacionalidades diferentes, por lo que se presentan diferentes **necesidades educativas** como son :

-Debido a la etapa del desarrollo en la que se encuentran nuestros alumnos, pueden ser vulnerable a determinadas sustancias, por ello se ve la necesidad de atenderlos y asesorarlos.

- La pandemia ha puesto de manifiesto que existe un brecha digital entre nuestro alumnado, por ello tenemos que ofrecer herramientas y recursos para cerrar o disminuir esta brecha.

- El tiempo de confinamiento, ha provocado en nuestro alumnado situaciones de estrés y ansiedad, de ahí la necesidad de trabajar la educación emocional de nuestro alumnado.

Las enseñanzas que se imparten son la ESO, Bachillerato de Ciencias y Tecnología, Humanidades y CC Sociales , Artes. FP(FPB, Ciclos formativos de grado medio y superior), Enseñanzas de adultos, ESPA(presencial y semipresencial), Bachillerato presencial y Semipresencial y curso de preparación para las pruebas de acceso a los ciclos formativos.

El centro participa en los siguientes Planes y Proyectos de la Consejería de Educación: Proyecto para la Aplicación de las Tecnologías de la Información y la Comunicación a la Gestión, Proyecto de Bilingüismo (sección bilingüe de francés), Plan de Igualdad, Proyecto Kyoto Educa.

La dedicación profesional de la mayoría de las familias se lleva a cabo dentro del sector servicios, completandose con trabajos del ámbito de la profesiones liberales y el funcionariado.

Las relaciones con las instituciones del entorno son fluidas y muy coordinadas y se desarrollan actuaciones en el centro referidas al ámbito de promoción de la salud. (Asociación concordia, Marbella Solidaria).

3. OBJETIVOS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD QUE SE PRETENDEN ALCANZAR ESTE CURSO.

Los objetivos generales que nos proponemos este curso son:

- 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.
- Promover aptitudes que permitan tomar conciencia de las emociones propias y de los demás, así como aprender a regularlas, mediante estrategias que favorezcan el desarrollo personal y social.
- Sensibilizar sobre la importancia de 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 de hábitos relacionados con la higiene respiratoria, lavado de manos, distancia social, caminos escolares seguros, así como todas aquellas acciones relacionadas con los autocuidados y la reducción de la accidentalidad.
- 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.
- Concienciar al alumnado sobre el impacto del 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.

4. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLARAN. BLOQUES TEMÁTICOS Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS.

Las líneas de intervención que vamos a trabajar son:

- **Educación emocional.** En este tiempo de pandemia que estamos viviendo y tras haber vivido un confinamiento domiciliario, el trabajo de la educación emocional en nuestro centro es una necesidad prioritaria.
- **Uso positivo de las TIC.** Comprobamos casi todos los días en nuestras aulas que el alumnado no sabe utilizar de forma adecuada las TIC, es decir, no saben escribir un email, no saben pasar un documento word a formato PDF, etc. Además, hacen uso excesivo de las redes sociales llegando incluso haciendo de ellas un su inadecuado.
- **Sexualidad y relaciones igualitarias.** Debido a la etapa del desarrollo en la que se encuentra nuestro alumnado, la sexualidad comienza a adquirir un papel muy importante, formándose e incluso consolidando su identidad de género y manejando relaciones sexuales.
- **Prevención de drogodependencias.** Se ha observado que en los últimos años ha vuelto a aumentar el consumo en menores y sobre todo el consumo de pastillas. Vemos necesario tratar el tema con nuestro alumnado asesorando sobre los efectos a corto y largo plazo del consumo de sustancias.
- **Estilos de vida saludables.** se sigue observando como la alimentación no es un punto interesante entre el alumnado y como sus desayunos aun no son todo lo saludables que debería ser. A ello le sumamos, el índice de obesidad y la falta de actividad física.

Los bloques temáticos que se van a trabajar son:

- Educación Socio-emocional.
- Sexualidad y Relaciones Igualitarias.
- Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.
- Prevención de Drogodependencias: Alcohol, Tabaco, Cannabis y otras Drogas(pastillas).

Los objetivos específicos son:

Educación Socio-Emocional:

- Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia y diálogo.

- Aprender a identificar diferentes tipos de emociones, en sí mismos y en los demás, así como el significado que tienen, para así responder y relacionarse de una forma más eficaz.
- Regular apropiadamente las emociones que experimentamos utilizando técnicas como el diálogo interno, la meditación, la respiración o la relajación, control del pensamiento, etc.
- Desarrollar en el alumnado habilidades, actitudes y valores para organizar su vida de forma sana y equilibrada, propiciando experiencias de bienestar personal y social.

Sexualidad y relaciones igualitarias:

- Educar en el ámbito afectivo-sexual, basado en el conocimiento de los cambios físicos, biológicos, emocionales y psicológicos propios de la adolescencia.
- Facilitar que los alumnos y alumnas adquieran una imagen más ajustada y positiva de sí mismos/as, desarrollando actitudes positivas frente a los cambios propios de la pubertad y adolescencia.
- Descubrir la sexualidad como una faceta personal íntima que va más allá de la genitalidad y que comprende afecto, comunicación, la capacidad de dar y recibir.
- Informar sobre la importancia de establecer relaciones sanas y seguras. Prevenir VIH, ETS y embarazos no deseados.
- Contribuir a la eliminación y detección de la violencia de género en las parejas adolescentes, y promover la elección de parejas saludables.

Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación:

- Concienciar y ayudar al alumnado a mantener una relación equilibrada con las nuevas tecnologías.
- Capacitar a los menores para el uso responsable, seguro y saludable de los teléfonos móviles, así como evitar abusos y extorsiones a través de los mismos.
- Estimular los usos socialmente positivos de internet porque ayudan a percibir el medio como una herramienta de participación, de encuentro y de intervención enriquecedora en la sociedad.
- Conocer las amenazas existentes en la red y cómo protegernos de ellas.

Prevención de consumo de alcohol, drogas, tabaco:

- Concienciar y ayudar al alumnado a mantener una relación equilibrada con las nuevas tecnologías.

- Capacitar a los menores para el uso responsable, seguro y saludable de los teléfonos móviles, así como evitar abusos y extorsiones a través de los mismos.
- Retrasar la edad de inicio en el consumo de tabaco entre el alumnado de educación secundaria.
- Disminuir la prevalencia del consumo de drogas entre los y las adolescentes del centro.
- Concienciar al alumnado de los peligros de las nuevas formas de adicción como las cachimbas, alertar sobre los efectos y las conductas mediadas por las drogas, de forma que comprendan y asimilen que es posible hacer compatibles la diversión y salud.
- Prevenir el tabaquismo.

5. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN CURRICULAR POR ÁREAS CURRICULARES, METODOLOGIAS INNOVADORAS, ETC.

El Plan de Actuación se desarrollará en la ESO a través de:

- Las tutorías lectivas: muchas de las temáticas se abordarán desde el Plan de Acción Tutorial, organizando las actividades de forma coordinada en la reunión semanal entre orientadora y tutores/as.
- Las Programaciones Didácticas: por normativa se establece que la promoción de hábitos saludables se ha de trabajar como tema transversal.
- En nuestro centro, los departamentos de Educación Física y el de Biología y Geología tendrán un papel destacado, como complemento a lo trabajado en las horas de tutoría lectiva.
- La celebración de efemérides: celebraciones puntuales relacionadas con el Día de la Alimentación, Día Escolar de la No-violencia y la Paz, Día contra la eliminación de la Violencia hacia las mujeres, etc.
- La integración en otros Planes y Programas del centro: Colaboración con las coordinadoras del Plan de Coeducación y Escuela Espacio de Paz.

En el caso de Bachillerato y puesto que no disponen de una hora de tutoría lectiva, las actuaciones se desarrollarán a través de la asesoría de salud con los técnicos sanitarios que acudirán (si las condiciones de pandemia lo permiten) a nuestro centro .

6. PROPUESTA DE FORMACIÓN PARA LOS DIFERENTES SECTORES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA.

Jornadas Iniciales de Trabajo: dirigida al profesorado que coordina el programa educativo en el centro. La duración será de 4 horas en jornada de mañana, se celebrarán durante la primera quincena del mes de noviembre. El objetivo principal es orientar a los centros en la puesta en marcha del programa, así como en el desarrollo de las propuestas.

Jornadas Formativas de Asesoramiento: dirigida a todo el profesorado que coordina el programa. La duración será de 4 horas en jornada de mañana, se celebrará a comienzo del segundo trimestre. El objetivo principal es propiciar un punto de encuentro para la reflexión entre los centros participantes con el apoyo y asesoramiento del CEP.

7. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y ACTUACIONES QUE SE LLEVARÁN A CABO DURANTE EL CURSO ESCOLAR.

El cronograma de actividades será:

Actividad o Línea de Intervención	Sesión	Curso
Reunión de equipo de promoción de la salud	1 sesión. Mes de noviembre	
Reunión de formación a equipo de promoción para la salud	1 sesión. 2º Trimestre.	
Uso responsable de las TIC	2 sesiones. 1º Trimestre 2 sesiones. 2º Trimestre	1º ESO
Uso responsable de las TIC	2 sesiones. 1º Trimestre 2 sesiones. 2º Trimestre	2º ESO
Uso responsable de las TIC	2 sesiones. 1º Trimestre 2 sesiones. 2º Trimestre	3º ESO

Uso responsable de las TIC	2 sesiones. 1º Trimestre	4º ESO
Educación emocional	2 Sesiones 1º Trimestre 2 Sesiones 1º Trimestre	1º ESO
Educación emocional	2 Sesiones 1º Trimestre 2 Sesiones 1º Trimestre	2º ESO
Educación emocional	2 Sesiones 1º Trimestre 2 Sesiones 1º Trimestre	3º ESO
Educación emocional	2 Sesiones 1º Trimestre	4º ESO
Educación en valores: Sexualidad y relaciones con iguales	3 sesiones. 1º trimestre 2 sesiones. 2º trimestre 2 sesiones. 3º Trimestre	1º ESO
Educación en valores: Sexualidad y relaciones con iguales; Prevención drogodependencias	3 sesiones. 1º trimestre 2 sesiones. 2º trimestre 2 sesiones 3º Trimestre	2º ESO
Educación en valores: Sexualidad y relaciones con iguales; Prevención drogodependencias	3 sesiones. 1º trimestre 2 sesiones. 2º trimestre 2 sesiones 3º Trimestre	3º ESO

El cronograma queda abierto, ya estamos aun esperando respuesta de diversos organismos para organizar talleres y actividades.

8. RECURSOS EDUCATIVOS.

Los recursos educativos serán los siguientes:

Recursos personales:

- Equipo de Forma Joven: coordinadora, profesorado y alumnado participante.
- Los profesionales del Plan Director, Fundación Alcohol y Sociedad, Concordia y Marbella Solidaria para el desarrollo de los talleres.

- Departamento de Orientación y profesorado de los diferentes grupos.
- Asesoría de salud.

Recursos materiales:

Material de Forma Joven:

- Dossier informativo del programa.
- Guía Didáctica de la L.I. Educación Emocional.
- Guía Didáctica de la L.I. Sexualidad y Relaciones Igualitarias.
- Guía Didáctica de la L.I. Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación.
- Guía Didáctica de la L.I. Prevención de Drogodependencias: alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas

Recursos del departamento de orientación.

Programa Emocionario.

Programas para trabajar las emociones.

Páginas webs relacionadas.

9. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN.

- Informar de la puesta en marcha del Plan de Actuación en las reuniones establecidas por el Equipo Directivo: ETCP, FEIE, Claustro y reuniones de tutores.
- Informar al alumnado a través de las tutorías y de visitas informativas de la coordinadora del programa.
- Dinamización desde el Plan de Orientación y Acción Tutorial.
- información a través de la página web del centro.
- Información a través del BLog del Departamento de Orientación.

10. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN.

Se realizará un seguimiento trimestral del programa, para ello tendremos en cuenta:

- Evaluación del Plan de Acción Tutorial, por parte del alumnado y de los tutores/as, que se refleja en la Memoria Final del Departamento.
- Diálogo, debate de los talleres y charla que se van realizando
- Cuestionario de satisfacción al finalizar los talleres y actividades.
- Grado de participación del alumnado en los diferentes talleres.
- Grado de implicación del profesorado participante en la realización de las diferentes actividades.

Al término del programa se realizará una valoración conjunta acerca de la consecución de los objetivos propuestos, las dificultades encontradas y las propuestas para la continuidad en el desarrollo de la promoción de Hábitos de Vida Saludable con vuestro alumnado.