

Nombre del Proyecto:

**“CON MIS AMIGOS  
SANO Y ACTIVO”**



# P.E.S.

*C.E.I.P*

*“MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA”*

*ALMAGRO*

PLAZA DE CERVANTES, 1 - 13270 – ALMAGRO (CIUDAD REAL)  
TLF. 926261009  
E-mail: 13000402.cp@edu.jccm.es

## 1. INTRODUCCIÓN.

### CONTEXTUALIZACIÓN DEL PROYECTO

#### **Información social, cultural y económica del centro:**

**Tipo de Población:** A la vista de un sondeo existente realizado entre un 35% de los habitantes de la ciudad hemos obtenido los siguientes resultados, por sectores económicos.

De una población eminentemente agrícola y ganadera, años atrás, en la actualidad la tasa correspondiente al Sector Primario alcanza la cifra del 5,7%; mientras que el Sector Secundario - industria y construcción - se eleva al 34,6%; siendo el 59,5% restante al Sector Servicios. De lo que se desprende que a la población almagreña le corresponde una tasa de ocupación semejante a la de los países europeos más avanzados o desarrollados.

**Nivel económico:** Respecto al nivel económico de Almagro, de lo anterior se desprende que, al dedicarse el 94% de la población activa a los sectores secundario y terciario y, a pesar de estar soportado últimamente una crisis económica general, tiene un grado de estabilidad más que aceptable y de economías bastante saneadas, teniendo en cuenta además que, del referido porcentaje, el 20% son familias en las que ambos cónyuges trabajan. Además, existe otro sector de la población, generalmente femenina, que realizan en casa trabajos para segundos: elaboración de géneros de punto, encajes, bordados de tarjetas... y otras actividades de la denominada economía sumergida.

**Nivel cultural:** Almagro por historia, tradición y costumbres es una ciudad eminentemente cultural y artística contando con un extenso número de espacios culturales entre los que destaca el “Corral de Comedias” y el “Festival Internacional de Teatro Clásico”. Razón por la que su Ayuntamiento cuenta, generalmente, con grandes recursos asistenciales de la Administración.

En relación nuestra localidad cuenta (aparte de 3 Colegios Públicos de Educación Infantil y Primaria y 2 Institutos de Educación Secundaria) con un módulo de adultos atendido por varios educadores que prestan sus servicios en la Universidad Popular; entidad que imparte, además, otras actividades de tipo lúdico, cultural, deportivo, artesanal... y la Asistencia Social.

**Análisis o evaluaciones iniciales realizadas para la detección de necesidades:** En nuestra Comunidad Educativa se ven reflejadas diferentes conductas en cuanto a comportamientos activos y saludables, como el intento de mantener una dieta mediterránea o la práctica de deporte por diferentes medios. Por otro lado también se ven reflejadas conductas sedentarias y poco saludables, como el uso excesivo de nuevas tecnologías, sin olvidar la televisión, o la ingesta excesiva de alimentos ricos en hidratos de carbono o grasas saturadas.

#### **Alumnado.**

Hemos de reconocer que carecemos de un análisis sistemático en cuanto al índice de práctica regular de actividad físico-deportiva de nuestro alumnado; al igual que información concreta fidedigna que nos indique el tipo de hábitos saludables que practican en cuanto a alimentación, higiene personal y postural, pautas para la realización de actividad física saludable, nociones de primeros auxilios producidos durante la práctica de actividad físico-deportiva, prevención en el consumo de sustancias adictivas, etc.

En cambio, la observación diaria del comportamiento de los alumn@s de nuestro Colegio nos proporciona gran información. Observamos que:

- un número importante no practica actividad físico-deportiva al menos una hora

al día,

- entre los alimentos ingeridos durante la hora de recreo por todos los alumn@s la fruta no ocupa el lugar destacado que buscamos en nuestras programaciones didácticas,
- en algunos alumn@s es necesario recordar que deben mejorar su higiene personal
- nuestro alumnado carece de todo tipo de nociones de primeros auxilios

#### Familias.

Las familias de nuestra Comunidad Educativa tienen, de acuerdo a los datos de nuestro Proyecto Educativo de Centro, un nivel sociocultural medio.

En cuanto al grado de participación en la vida del centro indicar que es destacable su colaboración y participación en todo tipo de actividades.

Respecto a los hábitos de salud nos ocurre algo parecido al alumnado, careciendo de estudio sistemático que nos indique el tipo de conductas saludables que practican en sus hogares. No obstante consideramos éste es un aspecto que debemos continuar fomentando entre nuestro alumnado y por extensión entre sus familias.

Por último indicar que la A.M.P.A de nuestro Colegio realiza anualmente una variada oferta de actividades extracurriculares entre las que se encuentran unas dedicadas a la actividad físico-deportiva.

#### Centro.

La Dirección y Jefatura de Estudios se encargan de organizar los recursos humanos y profesionales, tanto docentes como no docentes, y de su distribución horaria, de acuerdo a la normativa vigente. También se encarga de distribuir uniformemente los horarios de las diversas instalaciones del centro, entre ellas las deportivas y de usos múltiples.

En el tema de actuaciones educativas actuales relacionadas con adquisición de hábitos saludables son muchas y variadas, aunque algunas veces se observa inconexión entre ellas. Destacamos los desayunos saludables promovidos por diferentes asociaciones locales, las charlas de la Escuela Local de Padres, o las campañas del Centro de Salud local.

Por su parte el centro carece de servicio de cafetería y máquinas expendedoras.

En el siguiente punto indicamos que los recursos materiales del centro en cuanto a la práctica de actividad físico-deportiva son escasos y se encuentran en malas condiciones de uso, en gran parte debido a los recortes que están sufriendo los colegios en su presupuesto de funcionamiento. También consideramos que las instalaciones deportivas no son adecuadas para la práctica de actividad físico-deportiva necesitando una gran renovación, y los equipamientos deportivos son escasos para un alumnado de 320 niñ@s en el curso actual. Por consiguiente nos vemos en la necesidad de utilizar las instalaciones municipales del pabellón polideportivo cubierto cercano al centro por los alumn@s de 5º y 6º de Educación Primaria.

#### Entorno.

En nuestra localidad hay una amplia y variada oferta de actividades deportivas entre las que destacamos las “Escuelas Deportivas Municipales”, los “Talleres de la Universidad Popular”, clubs deportivos... porque tenemos estrecha colaboración con ellos. Esta apertura al entorno también se ve reflejada en la relación que tenemos con otros agentes locales como la “Escuela Local de Padres” o las diversas instituciones municipales entre las que podemos destacar la Policía Local.

A no más de 10 minutos caminado de nuestro centro se encuentra el pabellón polideportivo municipal, el cual utilizamos normalmente y para actividades puntuales

siempre que nos es necesario. Esto último es extensible al campo de fútbol de nuestro equipo local. El centro de salud de la localidad también está muy cercano y en ocasiones lo visitamos como actividad complementaria escolar. También se encuentra cercano el parque principal de la localidad.

**Justificación de la necesidad del proyecto:**

En nuestra localidad existe una amplia oferta de actividades deportivas a través de las diferentes escuelas deportivas municipales y diversos clubes privados a las que asisten un número desconocido de nuestros alumn@s. Esta oferta es principalmente competitiva y rara vez tiene en cuenta otros aspectos relacionados con la salud, y por supuesto, solo intervienen los deportistas más destacados.

Nuestro Colegio, por el contrario, lleva realizando actividades saludables y deportivas por incitativa propia y en colaboración con otras instituciones a lo largo de muchos años. Nuestra oferta educativa se caracteriza por la integración de todo el alumnado, propiciando en todo momento la participación, la colaboración y la formación de “buenas personas, sanas y saludables.

Estas actividades aunque si están ya integradas en la Programación General Anual desde hace más de 20 años (por ejemplo el Día del Deporte), carecían de un hilo conductor claro: unas dedicadas al deporte, otras dedicadas a la salud, otras dedicadas a la alimentación adecuada y saludable.

En consecuencia creemos que esta oportunidad que nos ha propuesto la administración educativa nos va a permitir aglutinarlas en un único y extenso proyecto que abarque todos los ámbitos de la sociedad actual en los que la salud es un pilar primordial, no solo en su faceta curativa, sino principalmente preventiva y educativa. Este proyecto educativo saludable vendrá a enriquecer indudablemente nuestro actual proyecto educativo y completará la formación integral de nuestros alumn@s, convirtiendo la salud y la educación deportiva en un valor más.

También creemos que estas actuaciones educativas se deben convertir en conductas y hábitos que se extiendan fuera de los límites del Colegio, conformando un estilo de vida activa y saludable que perdure en nuestros alumn@s a lo largo de toda su vida.

Y por último creemos que este proyecto completará nuestra actual oferta educativa al extenderlo al máximo número de asociaciones relacionadas con la salud y el deporte, y a todos los miembros de la comunidad educativa.

**Experiencias previas en otros proyectos o programas deportivos:**

-Estudio Aladino, estrategia NAOS para la prevención de la obesidad y el sobrepeso en población infantil.

-Plan Director: Guardia Civil y Policía Nacional.

-Este curso 2016/2017 podemos acreditar haber solicitado el “Sello Vida Saludable”.

-Plan Consumo de Fruta durante el curso 2016/2017.

**2. CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO DOCENTE**

**DATOS DEL CENTRO**

|  |                                |         |         |           |
|--|--------------------------------|---------|---------|-----------|
| <b>Nombre del centro:</b>                  | “MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA” |         |         |           |
| <b>Tipo de centro:<br/>(señalar con x)</b> | C.E.I.P.: X                    | C.R.A.: | I.E.S.: | I.E.S.O.: |
| <b>Dirección:</b>                          | PLAZA DE CERVANES, 1           |         |         |           |

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Código de Centro:</b> | 13000402   |
| <b>Localidad:</b>        | ALMAGRO  |
| <b>Código Postal:</b>    | 13270  |
| <b>Teléfono:</b>         | 926261009  |
| <b>Provincia:</b>        | CIUDAD REAL  |
| <b>Email:</b>            | <a href="mailto:13000402.cp@edu.jccm.es">13000402.cp@edu.jccm.es</a> |
| <b>Otros:</b>            |  |

#### NIVELES, CURSOS, GRUPOS, NÚMERO DE ALUMNADO Y PROFESORADO DEL CENTRO

(Rellenar el que corresponda al tipo de centro. los cuadros que no se utilicen se pueden eliminar).

##### INFANTIL

| Curso                   | 1º | 2º | 3º |
|-------------------------|----|----|----|
| <b>Número de grupos</b> | 1  | 2  | 2  |
| <b>Total alumnado</b>   | 23 | 28 | 39 |
| <b>Nº Chicos</b>        | 9  | 10 | 23 |
| <b>Nº Chicas</b>        | 14 | 18 | 16 |

##### PRIMARIA

| Curso                   | 1º | 2º | 3º | 4º | 5º | 6º |
|-------------------------|----|----|----|----|----|----|
| <b>Número de grupos</b> | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  |
| <b>Total alumnado</b>   | 44 | 31 | 28 | 42 | 49 | 36 |
| <b>Nº Chicos</b>        | 21 | 15 | 16 | 21 | 24 | 18 |
| <b>Nº Chicas</b>        | 23 | 16 | 12 | 21 | 25 | 18 |

#### INSTALACIONES DEPORTIVAS

Propias, del centro:

El centro dispone de una pista polideportiva de 36 x 18 metros y una pequeña sala de usos múltiples de 16 x 6 metros que se utiliza como gimnasio y sala de

psicomotricidad.

Convenios para el uso de instalaciones deportivas municipales o de titularidad privada. Nuestro Colegio solicita todos los años al Ayuntamiento el uso del pabellón polideportivo municipal cercano para la práctica de Educación Física de los alumnos de 5º y 6º curso de Educación Primaria. El consistorio lo cede gratuitamente, así como todas sus instalaciones polideportivas municipales cuando realizamos actividades puntuales tales como el “Día del Deporte”.

### 3. OBJETIVOS GENERALES.

(Formular los objetivos que se pretenden alcanzar)

| Objetivos Generales |  |
|---------------------|--|
| 1                   | <b>Promover la práctica diaria de actividades físico-deportivas entre todo nuestro alumnado, durante y después de la jornada escolar, para reducir el sedentarismo y aumentar el tiempo de actividad.</b>                                      |
| 2                   | <b>Incorporar a nuestro Proyecto Educativo propuestas sobre hábitos saludables que permitan a nuestros alum@s desarrollar una vida plena y llegar a la vida adulta sanos.</b>  |
| 3                   | <b>Impulsar entre todo nuestro alumnado actividades sobre alimentación equilibrada, higiene personal y postural y pautas para la realización de actividad física saludable; corrigiendo y evitando posibles futuros problemas de obesidad.</b> |
| 4                   | <b>Educar en los problemas que se derivan del abuso de determinados alimentos y el consumo de sustancias nocivas; incluyendo la utilización abusiva de las nuevas tecnologías y los riesgos que conllevan.</b>                                 |
| 5                   | <b>Fomentar entre toda la comunidad educativa la educación física y el deporte y la educación sanitaria, facilitando asimismo la adecuada utilización del ocio y el tiempo libre.</b>  |

### 4. CONSEJO SALUDABLE DE CENTRO

| ENTIDADES COLABORADORAS |   | PROGRAMA Y/O ACTIVIDAD EN LA QUE COLABORAN   | COMPROMISO DE COLABORACIÓN |
|-------------------------|---|--|----------------------------|
| Ayuntamiento:           | Concejal de deportes, Policía Local, Conserje del Colegio | PIV-Dz1, PIV- Dz2<br>PVI-Hs4<br>PIX-Ae1, PIX-Ae2   | Sí- A renovar.             |
| Asociación:             | AMPA  | PIV-Dz1<br>PV-Df1, PV-Df2,<br>PV-Df3, PV-Df4<br>PV-Df5, PV-Df6<br>PV-Df7, PV-Df8<br>PV-Df9<br>PVI-Hs2, PVI-Hs3<br>PVIII-Ac6, PIX-Ae2 | Si- A renovar.             |
| Club deportivo:         |   |  |                            |

|                      |  |   |                |
|----------------------|--|---|----------------|
| Cruz Roja:           |  |   |                |
| Centro de Salud:     | X  | PVI-Hs1, PVI-Hs6<br>PVI-Hs7, PVI-Hs8  | Si- A renovar. |
| Empresa:             |  |   |                |
| Otras instituciones: | Escuela Local de Padres,<br>Universidad Popular,<br>Centro de Formación del profesorado<br>Guardia Civil | PIV- Dz3, PVI-Hs5<br>PVI-Hs6, PVI-Hs9<br>PVI-Hs10, PVI-Hs11<br>PVI-Hs12<br>PIX-Ae3, | Si- A renovar. |
| ONG                  |  |   |                |

(Especificar en nombre de la entidad colaboradora, indicando el programa y en código de la actividad en la que colaboran (ejemplo: PIV-Dz1) y marcar con una “SI” si se adjunta compromiso de colaboración con ella, Anexo V)

## 5. PROGRAMAS.

### PROGRAMA I: EDUCACIÓN DEPORTIVA

#### 1. Descripción

El modelo de Educación Deportiva (ED) constituye un planteamiento metodológico mediante el cual ofrecer una enseñanza del deporte destacando sus cualidades educativas y ofreciendo una visión más auténtica del mismo. Se fundamenta en seis características claves para aportar una experiencia deportiva más holística y auténtica: *temporadas* en lugar de unidades didácticas; *desarrollo del sentido de pertenencia y afiliación*; *competición educativa*; *registro de records*; *evento final*; *festividad* (trofeos y diplomas para los participantes).

La asignación de roles a desempeñar durante una temporada de ED tiene la finalidad de implicar al alumnado en la planificación y desarrollo de su experiencia deportiva. Los roles se clasifican en: *jugador*, desempeñado por todos los participantes, *roles de equipo obligatorios* (árbitro y anotador); y finalmente *roles específicos* (entrenador, preparador físico, capitán, delegado, periodista, etc.).

En cada grupo o clase se desarrolla una competición entre varios equipos. Esa competición también se desarrolla de forma simultánea en los cursos del mismo nivel. El evento final consistirá en una competición en la cual se puedan enfrentar equipos de diferentes clases, bien por niveles de juego o clasificación dentro de su clase (primero de grupo contra primeros de grupo, segundos contra segundos, etc.). Dichos encuentros se pueden llevar a cabo en la propia clase de Educación física, durante recreos e incluso después del horario lectivo.

Con la finalidad de buscar un intercambio de experiencias entre los centros que se adhieran al proyecto, se propone también la creación de equipos comunes en redes de centros. Una red de centros estaría constituida por varios centros que participan en el proyecto pero además están interconectados en la realización de la temporada de ED, existiendo equipos comunes en cada uno de los centros (p.ej. se crea una temporada con cinco equipos y en cada centro existe cada uno de los equipos, A, B, C, D y E), de tal forma que los resultados en cada uno de los centros escolares pero del mismo

equipo pueden sumar para la clasificación final. En un evento final se pueden realizar experiencias inter-centros con un ambiente de festividad en el cual los diferentes equipos tengan una experiencia directa.

También, siempre y cuando sea posible, los centros de Educación secundaria, con el alumnado de mayor edad (4º ESO o 1º Bachillerato) pueden organizar el evento final de uno o varios centros de educación primaria, especialmente del alumnado de 6º curso, que el próximo año se puede incorporar al instituto.

En las propuestas inter-centros, es aconsejable la utilización de las TIC para mantener contactos entre el alumnado que forman parte de los mismos equipos en los diferentes centros.

## 2. Objetivos

- Ofrecer experiencias de aprendizaje deportivo auténticas que permitan el desarrollo de participantes cultos, competentes y entusiastas.
- Adquirir valores de responsabilidad personal y social que fomenten la capacidad de trabajo de manera autónoma del alumnado.
- Adaptar el deporte como fenómeno social y cultural al contexto educativo mediante un formato atractivo para el alumnado.
- Potenciar las relaciones sociales de los centros a través de propuestas de interacción y colaboración.

## 3. Compromiso a desarrollar la temporada deportiva:

Aceptación y compromiso de llevar a cabo la temporada de educación deportiva en el centro: X (marcar con una x)

Seleccionar los cursos con los cuales se llevará a cabo (marcar con una x)

| E. PRIMARIA |   |
|-------------|---|
| 1º          |   |
| 2º          |   |
| 3º          |   |
| 4º          |   |
| 5º          |   |
| 6º          | X |

| E. SECUNDARIA |  |
|---------------|--|
| 1º            |  |
| 2º            |  |
| 3º            |  |
| 4º            |  |

## 4. Realización de competición inter-centros: X

(Marcar con una "x" si se va a llevar a cabo una propuesta inter-centros)

**Especificar los centros con los cuales se llevará a cabo:**

|    | Nombre del centro                         | Nivel | Localidad |
|----|---|-------|-----------|
| 1. | IES Clavero Fernández de Córdoba-Almagro. | IES   | Almagro   |

## PROGRAMA II: DESCANSOS ACTIVOS



## 1. Descripción

La escuela representa el entorno ideal para promover, crear y consolidar hábitos de AF en la infancia que perduren en la vida adulta. Promover y estimular la práctica de actividad física debe ser una prioridad para los centros escolares en los cuales la promoción de hábitos saludables sea una seña de identidad.

Los descansos activos son periodos de 5-10 minutos de actividad física que se realiza con de aumentar el nivel de actividad física de los escolares, contribuyendo a alcanzar las recomendaciones para cada tramo de edad.

Los descansos activos permiten romper con las conductas sedentarias durante el tiempo lectivo de una forma divertida, sencilla y práctica. Son factibles para poder llevarse a cabo por el profesor tutor y requieren poco material para su puesta en práctica. Estas actividades están vinculadas con los contenidos del currículum, por tanto ofrecen también la posibilidad de abordar el aprendizaje de conceptos de forma activa, divertida y significativa.

## 2. Objetivos

- Promover la actividad física en escuelas infantiles y centros de primaria
- Mejorar la salud física, psicológica y favorecer las relaciones sociales
- Aumentar el rendimiento académico a través de aprendizajes significativos
- Reforzar los contenidos curriculares de todas las áreas de conocimiento
- Generar hábitos regulares de actividad física desde las primeros cursos de escolarización

## 3. Compromiso a desarrollar el programa de descansos activos:

Persona Responsable Infantil:

Persona Responsable Primaria:

Aceptación y compromiso de llevar a cabo el programa en el centro: X (marcar con una x)

Seleccionar los cursos con los cuales se llevará a cabo. (marcar con una x)

| E. INFANTIL |   |
|-------------|---|
| 1º          | X |
| 2º          | X |
| 3º          | X |

| E. PRIMARIA |   |
|-------------|---|
| 1º          | X |
| 2º          | X |
| 3º          | X |
| 4º          | X |
| 5º          | X |
| 6º          | X |

**El programa se desarrollará en 2017-18 en Ed. Infantil y 1º de Ed. Primaria y en 2018-19 y 2019-20 se incorporarán los demás niveles dentro de las áreas de**

---

## Inglés y DNLs del programa bilingüe.

---

### **PROGRAMA III: EVALUACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA Y HÁBITOS SALUDABLES**

---

#### **1. Descripción**

Se ha constatado un progresivo descenso de la condición física de los escolares, especialmente de su capacidad cardiorrespiratoria, donde los escolares de nuestro país destacan por niveles más bajos que niños de otros países, de modo que una de cada cuatro niñas y uno de cada diez niños tenían un mayor riesgo cardiovascular futuro. En nuestro país un poco más del 10% de los niños menores de 6 años son obesos, lo que es consecuencia de una mala alimentación pero también del sedentarismo. Por eso es vital que desde la infancia los padres estimulen la actividad física, ya que permitirán que los niños crezcan sanos desde el punto de vista físico, mental y emocional.

Ante esta situación, durante los últimos años están llevándose a cabo iniciativas de distinto tipo y alcance para promover entre niños y jóvenes la práctica de actividad física y la adopción de estilos de vida activos. Sin embargo, se carece de un registro sistemático y periódico de información relativa que permita monitorizar a lo largo del tiempo los cambios en los hábitos de actividad física y en la condición física de esta población.

La finalidad de este programa es la colaboración del centro escolar en la aplicación de test concretos para la medición de la condición física y los hábitos saludables de los escolares y poder valorar el impacto que los proyectos escolares saludables pueden tener.

#### **2. Objetivos**

- Crear un registro sistemático y periódico de información relativa a los patrones de actividad física, la conducta sedentaria y el estado de condición física de los escolares de Castilla-La Mancha.
- Conocer los niveles de actividad física de los escolares de Castilla-La Mancha e identificar la población activa e inactiva.
- Conocer la prevalencia del sedentarismo entre los adolescentes de la región.

#### **3. Compromiso para llevar a cabo la evaluación de la condición física y hábitos saludables con los test y pruebas que se faciliten al centro:**

Aceptación y compromiso de llevar a cabo la temporada de educación deportiva en el centro: X (marcar con una x)

Seleccionar los cursos con los cuales se llevará a cabo. (marcar con una x)

| E. PRIMARIA |   |
|-------------|---|
| 1º          | X |
| 2º          | X |
| 3º          | X |
| 4º          | X |
| 5º          | X |
| 6º          | X |

| E. SECUNDARIA |  |
|---------------|--|
| 1º            |  |
| 2º            |  |
| 3º            |  |
| 4º            |  |

| BACHILLERATO |  |
|--------------|--|
| 1º           |  |

#### PROGRAMA IV: DESPLAZAMIENTO ACTIVO AL CENTRO

##### 1. Descripción

Durante más de una década venimos observado el creciente aumento de tráfico y coches a las entradas de nuestro Colegio al comienzo y final de la jornada educativa, llegando a constituir un problema de circulación importante para una localidad que no alcanza los nueve mil habitantes.

Este hecho también lo corrobora nuestro Ayuntamiento, siendo este tema tratado en el último Consejo Escolar Municipal y pidiendo colaboración para establecer actuaciones concretas por parte de los centros educativos con el fin de fomentar desplazamientos sin utilizar el coche cuando se viene al Colegio.

En consecuencia, la finalidad de este programa es establecer una estrecha colaboración entre Ayuntamiento, familias y centro educativo para posibilitar que los niños acudan al colegio de una forma activa: andando o utilizando cualquier otro medio de locomoción que no sea un vehículo motorizado.

##### 2. Objetivos

- Concienciar y promocionar el desplazamiento habitual del alumnado y sus acompañantes al Colegio caminando.
- Posibilitar que los alumnos accedan al centro utilizando un medio de transporte activo como la bicicleta o el patinete.
- Colaborar con las instituciones municipales para evitar aglomeraciones de tráfico en las inmediaciones de nuestro Colegio.
- Participar en el programa de Educación Vial local.

##### 3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear

(Por cada propuesta de actuación y/o actividad habrá que rellenar un cuadro como el siguiente)

#### 4. Otros aspectos

**Porcentaje de alumnado del centro al que va dirigido el programa**

76-100%

|   |   |
|---|---|
| <p><b>Desarrollo de una U.D. relacionada con el desplazamiento activo y la seguridad vial (señalar con una “x” en caso afirmativo) y explicar brevemente en qué consistirá</b></p>  |   |
| <p><b>Se prevén medidas facilitadoras (planificación de espacios para guardar el material, aparca bicis, etc.) para aquellos alumnos/as que se desplazan con asiduidad al centro mediante un medio de transporte activo. (señalar con una “x” en caso afirmativo) x y explicar en qué consistirán</b></p> | <p><b>Se aparcarán debidamente identificadas, como es habitual de años anteriores, junto a la puerta falsa del colegio, en el rincón que existe al lado del gimnasio.</b></p> |

#### PROGRAMA V: DEPORTE EN FAMILIA

##### 1. Descripción

Cada día más padres y tutores de las nuevas generaciones nos vemos involucrados en múltiples quehaceres diarios que nos impiden dedicar parte de nuestro tiempo a estar con nuestros familiares e hij@s y compartir con ellos experiencias y momentos de ocio de calidad.

Es más, estamos inculcando esta misma dinámica de vida a nuestros hij@s, apuntándolos a múltiples actividades extraescolares que los mantienen ocupados toda la tarde.

En consecuencia, este programa va dirigido a utilizar el deporte como un medio en el que los adultos y los niños/niñas de nuestro Colegio compartan unos momentos de ocio y recreo de calidad. En estos momentos los maestros y padres/tutores fundamentalmente, nos debemos responsabilizar de difundir de manera positiva los valores de esfuerzo, colaboración y participación presentes en el deporte, buscando como objetivo final la diversión y el desarrollo de “buenas” personas; no únicamente buenos deportistas donde lo fundamental sea el rendimiento.

Para ello en este programa proponemos actividades del tipo “Día de la Familia”, dónde los familiares más cercanos de nuestros alumn@s desempeñarán un papel fundamental en su organización y desarrollo.

##### 2. Objetivos

- **Compartir entre alumnos, padres/tutores y maestros diversos momentos educativos caracterizados por una actividad dinámica.**
- **Extender las actividades de nuestro Proyecto Educativo “Día de la Familia” y “Día del Deporte” a un mayor número de familias, posibilitando**

que éstas participen de forma activa y colaboren en su organización.

- Concienciar a los padres a través de ejemplos prácticos que el mejor modelo de educación deportiva es la que pueden propiciar ellos a través de la difusión de valores como la participación, el esfuerzo o la colaboración.
- Posibilitar que padres técnicos y experimentados en cualquier modalidad deportiva participen durante el desarrollo de las clases de la asignatura de Educación Física.

### 3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear

(Por cada propuesta de actuación y/o actividad habrá que rellenar un cuadro como el siguiente)

### 4. Otros aspectos

#### Número total de actuaciones contempladas en el programa

9 en el curso escolar.

#### Periodicidad de las propuestas planteadas

De 1 a 3 al mes

## PROGRAMA VI: HÁBITOS SALUDABLES

### 1. Descripción

Los hábitos son esas acciones que, a base de repetirlas, se convierten en nuestra forma de hacer las cosas. Establecer rutinas saludables en la infancia es una inversión en salud para toda la vida.

Comer bien, hacer deporte, beber agua o ver menos televisión son algunas costumbres que los niñ@s deben aprender desde pequeños para llevar una vida sana. No hay que esperar a que nuestros alumn@s tengan problemas de salud o sobrepeso para establecer unos buenos hábitos de vida.

La prevención es, sin duda, la mejor apuesta de futuro. El juego y el deporte son, las actividades dinámicas, junto a una alimentación equilibrada y unos correctos hábitos de sueño y descanso, los pilares de una vida saludable.

En consecuencia, este programa está dirigido a concienciar a los alumn@s de la importancia de unos buenos hábitos saludables con actuaciones coordinadas con los medios sanitarios de la localidad y las familias. También se establecerán actuaciones para que los alumn@s pongan en práctica en situaciones reales el mayor número de rutinas saludables.

### 2. Objetivos

- Proponer actividades concretas para mejorar los hábitos saludables de alimentación equilibrada, estableciendo, a su vez, una estrecha

colaboración entre escuela y casa.

- Continuar incidiendo en los actuales hábitos de higiene personal y postural de nuestro alumnado.
- Colaborar con los medios sanitarios locales para conocer en profundidad y poner en práctica nociones de primeros auxilios y pautas para una mejor realización de actividad física saludable.
- Orientar a toda la comunidad educativa en cuanto al consumo excesivo de determinados alimentos, sustancias nocivas e incluso formas de utilización de su tiempo libre tales como el uso incorrecto de las nuevas tecnologías.

### 3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear

(Por cada propuesta de actuación y/o actividad habrá que rellenar un cuadro como el siguiente)

### 4. Otros aspectos

#### Porcentaje de participación del alumnado del centro en el programa

76-100%

#### Agentes externos que colaboran con el centro en el desarrollo del programa

| COLABORACIÓN CON                    | Marcar con una "x" | Se adjunta compromiso de colaboración SI/NO |
|-------------------------------------|--------------------|---|
| Centro de Salud                     | X                  | Si- Pendiente de renovación                 |
| Cruz Roja                           |                    |   |
| Otras Asociaciones o colectivos     | X                  | Si- Pendiente de renovación.                |
| AMPA                                | X                  | Si- Pendiente de renovación                 |
| Ayuntamiento                        | X                  | Si- Pendiente de renovación                 |
| Plan director – Guardia Civil       | X                  | No  |
| Centro de Formación del Profesorado | X                  | No  |
| Escuela Local de Familias           | X                  | Si- Pendiente de renovación.                |
| Universidad Popular                 | X                  | Sí- Pendiente de renovación.                |

(En el caso de que colaboren con el centro más de una asociación, selecciona y copia tantas filas como necesites)

#### NÚMERO DE ACTUACIONES PLANTEADAS

| HÁBITO SALUDABLE   | CÓDIGO ACTIVIDAD | CON EL ALUMNADO | CON EL PROFESORADO | CON LAS FAMILIAS |
|--------------------|------------------|-----------------|--------------------|------------------|
| Higiene personal y | Hs1              | x               |                    | X                |

|  |      |   |   |   |
|--|------|---|---|---|
| postural   |      |   |   |   |
| Alimentación equilibrada                         | Hs2  | X |   | X |
| Alimentación equilibrada                         | Hs3  | X |   |   |
| Alimentación equilibrada                         | Hs4  | X |   |   |
| Prevención en el consumo de sustancias adictivas | Hs5  | X |   |   |
| Primeros auxilios                                | Hs6  | X | X |   |
| Primeros auxilios                                | Hs7  |   | X | X |
| Higiene personal y postural                      | Hs8  |   | X |   |
| Alimentación equilibrada                         | Hs9  | X |   | X |
| Alimentación equilibrada                         | Hs10 | X | X |   |
| Prevención en el consumo de sustancias adictivas | Hs11 |   | X | X |
| Actividad física saludable                       | Hs12 | X | X | X |

## PROGRAMA VII: RECREOS CON ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA ORGANIZADA

### 1. Descripción

En nuestro Colegio disponemos de tres espacios de recreo bien diferenciados: uno para Educación Infantil, otro para 1º, 2º y 3º de Educación Primaria y un tercero para 4º, 5º y 6º de Educación Primaria. En estos espacios se pueden realizar actividades diferenciadas y adecuadas a la edad de nuestros alumn@s.

Estas actividades van a fomentar fundamentalmente la práctica de juegos tradicionales. Estos juegos están dirigidos a los alumn@s de 1º, 2º y 3º de Educación Primaria y se dividirán por estaciones, estando el alumnado asignado a una estación concreta en un día determinado y rotando a la siguiente estación el próximo día.

A su vez, en este programa vamos a realizar un concurso de talentos para todos los alumn@s de 4º, 5º y 6º de Educación Primaria que se va a realizar en la sala de usos múltiples del Colegio. Habrá una fase de clasificación, unas semifinales y una final. Otra parte importante de este programa es la participación en competiciones de juegos y deportes tradicionales como el cesterío o fútbol y baloncesto, en el que los equipos estarán mezclados por niveles y por sexos.

En todas estas actividades se primará la participación conjunta de géneros masculino y femenino, y se posibilitará en todo momento también la participación integrada de todos los alumn@s del Centro.

## 2. Objetivos

- Fomentar y proponer vías de participación en una actividad dinámica y reglada en el tiempo de recreo para todo el alumnado del centro.
- Propiciar que nuestros alumn@s participen de forma autónoma en juegos organizados respetando las normas sin necesidad de supervisión directa y continuada por parte de un alumno.
- Aceptar a todos los compañer@s como miembros activos del juego, con independencia de su nivel de habilidad, raza, género, nacionalidad, etc.

## 3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear

(Por cada propuesta de actuación y/o actividad habrá que rellenar un cuadro como el siguiente)

## 4. Otros aspectos

### Porcentaje de alumnado del centro al que va dirigido el programa

51-75%

|   |     |
|---|-----|
| Se plantean actividades para el alumnado femenino | X   |
| Código de la actividad                            | Rc1 |
| Código de la actividad                            | Rc2 |
| Código de la actividad                            | Rc3 |
| Código de la actividad                            | Rc4 |
| Código de la actividad                            | Rc5 |
| Código de la actividad                            | Rc6 |

(En el caso de que la respuesta sea afirmativa, indicar los códigos de aquellas actuaciones y/o actividades dirigidas al alumnado femenino)

|   |  |
|---|--|
| Se potencia el juego limpio y la educación en valores | X  |
| Especificar claramente las estrategias a utilizar     | El profesor encargado propondrá la actividad a organizar y responsabilizará a diferentes grupos de alumn@s de 6º de Educación Primaria de su organización y desarrollo. El profesor responsable siempre es el encargado de resolver dudas y conflictos que puedan surgir. Los grupos siempre serán mixtos en |



|  |  |
|--|--|
|  | <p><b>género y edad.</b><br/> <b>Participación libre y autocomprometida</b><br/> <b>Organización de equipos y</b><br/> <b>competiciones por parte de los</b><br/> <b>alumn@s de 5º y 6º de E. Primaria.</b><br/> <b>Arbitraje rotativo por parte de los</b><br/> <b>propios alumn@s.</b></p> |
|--|--|

(En el caso de que la respuesta sea afirmativa, especificar claramente las estrategias a utilizar)

|   |
|---|
| <b>Se realizan recreos con actividad físico-deportiva organizada de enero a junio</b> |
| 5 días por semana   |

|   |
|---|
| <b>Número de actividades diferentes que se plantean</b> |
| De 6 a 10   |

### ***PROGRAMA VIII: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS COMPLEMENTARIAS***

#### **1. Descripción**

En este programa vamos a recoger actuaciones y actividades físico-deportivas integradas en otras generales, que vienen recogidas en la Programación General Anual, contempladas tradicionalmente como jornadas especiales, y que se diferencian de las propiamente lectivas por los espacios y los recursos personales y materiales que se utilizan.

Normalmente se realizan a propuesta del propio centro educativo y se busca la colaboración de otras entidades. En ellas va a participar el conjunto del alumnado del centro con el fin de constituir un complemento al currículo del área de Educación Física en interdisciplinariedad con las materias de Ciencias, Educación Musical e Inglés fundamentalmente.

#### **2. Objetivos**

- **Identificar por parte de los alumn@s los efectos beneficiosos que tiene el ejercicio físico para la salud física y mental.**
- **Realizar actividades físicas y juegos en el medio natural o en entornos no habituales, adaptando las habilidades motrices a la diversidad e incertidumbre procedente del entorno y a las propias posibilidades del alumnado.**
- **Construir composiciones grupales en interacción con sus propios compañeros, utilizando los recursos expresivos del cuerpo y partiendo de estímulos musicales, plásticos o verbales.**

#### **3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear**

#### **4. Otros aspectos**

| <b>El programa contempla actuaciones y/o actividades interdisciplinares SI</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código de actividad y el/los Departamentos Didácticos implicados) |  |
|--|--|
| <b>Ac2</b>   | <b>E. Física y E. Musical</b>                            |
| <b>Ac3</b>   | <b>E. Física y E. Musical</b>                            |
| <b>Ac4</b>   | <b>Ciencias Sociales, Ciencias Naturales y E. Física</b> |
| <b>Ac5</b>   | <b>Inglés, E. Física y E. Musical</b>                    |
| <b>Ac6</b>   | <b>Ciencias Sociales, Ciencias Naturales y E. Física</b> |

| <b>Número de actuaciones y/o actividades diferentes que se plantean en el programa</b> |
|--|
| De 6 a 10  |

| <b>El programa incluye actuaciones y/o actividades permanentes (de noviembre a junio) SI</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta) |                                      |
|--|--------------------------------------|
| <b>CÓDIGO DE ACTIVIDAD</b>   | <b>TITULO</b>                        |
| <b>Ac6</b>   | <b>Paseos por Almagro en familia</b> |

| <b>El programa incluye actuaciones y/o actividades de iniciación deportiva y a la competición SI</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta) |                        |
|--|------------------------|
| <b>CÓDIGO DE ACTIVIDAD</b>   | <b>TITULO</b>          |
| <b>Ac1</b>   | <b>Día del Deporte</b> |

| <b>El programa incluye actuaciones y/o actividades de ocio y recreación SI</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta) |                                      |
|--|--------------------------------------|
| <b>CÓDIGO DE ACTIVIDAD</b>   | <b>TITULO</b>                        |
| <b>Ac6</b>   | <b>Paseos por Almagro en familia</b> |

| <b>El programa incluye actuaciones y/o actividades a realizar durante las tutorías</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta) |               |
|--|---------------|
| <b>CÓDIGO DE ACTIVIDAD</b>   | <b>TITULO</b> |
|  |               |

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

**El programa incluye actuaciones y/o actividades a realizar durante las guardias**

(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta)

| CÓDIGO DE ACTIVIDAD | TITULO |
|---------------------|--------|
|                     |        |

***PROGRAMA IX: ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EXTRACURRICULARES***

**1. Descripción**

Como fácilmente es apreciable, y cada día más, la evolución tecnológica y de diferentes modalidades que está consiguiendo el mundo deportivo es abismal. Así, un centro educativo, cerrado a sus limitados recursos personales y materiales, difícilmente podría cumplir sus funciones físico-deportivas si no plantea actividades extracurriculares que cuenten también con la ayuda de empresas y personal cada vez más especializado y cualificado, posibilitando la ampliación de bagajes motrices y un avance hacia el futuro.

Por lo tanto en este programa recogemos las actividades que, relacionadas con la práctica de actividad físico-deportiva y el fomento de la salud, favorecen la apertura de nuestro centro al entorno: cercano y lejano; aprovechando la riqueza natural y/o de apoyo técnico que nos pueda ofrecer.

De este modo creemos que el desarrollo integral de nuestro alumnado también se verá ampliado y se completará su formación mínima a la vez que el uso de su tiempo libre.

**2. Objetivos**

- Practicar actividades físico-deportivas en un entorno diferente al habitual del centro escolar.
- Organizar, por el propio centro o en colaboración con otras entidades actividades que amplíen la riqueza físico-deportiva de nuestro alumnado.
- Propiciar el desarrollo integral del alumnado, completar su formación mínima y el uso de su tiempo libre con otra variedad de actividades físicas, no fácilmente accesibles en el día a día, y que el entorno ofrece.

**3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear**

(Por cada propuesta de actuación y/o actividad habrá que rellenar un cuadro como el siguiente)

**4. Otros aspectos**

**El programa contempla actuaciones y/o actividades interdisciplinares**  
 (En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código de actividad y el/los Departamentos Didácticos implicados)

|  |  |
|--|--|
|  |  |
|--|--|

**Número de actuaciones y/o actividades diferentes que se plantean en el programa**

De 6 a 10

**El programa incluye actuaciones y/o actividades permanentes (de noviembre a junio) X**  
 (En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta)

| CÓDIGO DE ACTIVIDAD | TITULO   |
|---------------------|--|
| <b>Ae1</b>          | <b>Escuelas deportivas municipales</b>         |
| <b>Ae2</b>          | <b>Actividades extraescolares-multideporte</b> |
| <b>Ae3</b>          | <b>Talleres U.P.</b>                           |
|                     |  |

**El programa incluye actuaciones y/o actividades de iniciación deportiva y a la competición X**  
 (En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta)

| CÓDIGO DE ACTIVIDAD | TITULO                                 |
|---------------------|--|
| <b>Ae1</b>          | <b>Escuelas deportivas municipales</b> |
| <b>Ae4</b>          | <b>Somos deporte 3-18</b>              |

**El programa incluye actuaciones y/o actividades de ocio y recreación X**  
 (En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta)

| CÓDIGO DE ACTIVIDAD | TITULO   |
|---------------------|--|
| <b>Ae2</b>          | <b>Actividades extraescolares-multideporte</b> |
| <b>Ae3</b>          | <b>Talleres U.P.</b>                           |

**Participación en eventos deportivos del municipio SI**  
 (En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta)

| CÓDIGO DE ACTIVIDAD | TITULO |
|---------------------|--------|
|                     |        |

|            |  |
|------------|--|
| <b>Ae1</b> | <b>Escuelas deportivas municipales</b> |
| <b>Ae4</b> | <b>Somos deporte 3-18</b>              |

**Participación, como centro, en el Campeonato Regional del Deporte en Edad Escolar 2016-2017**

(En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa)

|                     |           |
|---------------------|-----------|
| MODALIDAD DEPORTIVA | CATEGORÍA |
|                     |           |

**Organizo, como centro, eventos deportivos**

(En el caso que la respuesta sea afirmativa indicad el código y el título de la actuación y/o actividad propuesta)

|                     |        |
|---------------------|--------|
| CÓDIGO DE ACTIVIDAD | TITULO |
|                     |        |

**PROGRAMA X: USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN**

| <b>Medio utilizado para la difusión</b>                    | <b>Contenido/información a difundir</b>   |
|--|---|
| <b>Web del centro</b>                                      | -Hacer público el proyecto.<br>-Informar de las actividades que se están realizando en cada momento puntual del curso.<br>-Difundir un resumen gráfico (fotos y vídeos fundamentalmente) de las actividades realizadas. |
| <b>Redes sociales</b>                                      |   |
| <b>Herramientas digitales (blogs, wikis, etc.)</b>         |   |
| <b>Utilización de la pizarra digital interactiva (PDI)</b> | -Hacer público el proyecto.<br>-Informar de las actividades que se están realizando en cada momento puntual del curso.<br>-Difundir un resumen gráfico (fotos y vídeos fundamentalmente) de las actividades realizadas. |
| <b>Otros medios</b>  | -Correo electrónico de las familias.<br>-Página web oficial del Ayuntamiento.   |

-Facebook y Twitter del AMPA.

(Especificar claramente cómo se utilizarán los diferentes medios indicados)

## 6. TEMPORALIZACIÓN.



|        |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Hs7    | Etapas de Infantil y Primaria – Protocolo de actuación alumnado con enfermedades crónicas             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs8    | Taller monográfico de prevención de enfermedades posturales, ocio y descanso                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs9    | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de elaboración de menú y cocina saludable                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs10   | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de etiquetado  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs11   | Taller de uso responsable de videojuegos e Internet, prevención de primeras adicciones para familias. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs12   | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de ocio/descanso: Yoga y Mindfulness                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| P-VII  | RECREOS CON AF  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc1    | 1º, 2º y 3º Primaria - Las 3 estaciones   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc2    | 4º, 5º y 6º Primaria - Concurso de talentos   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc3    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 1: el cementerio   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc4    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 2: fútbol sala   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc5    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 3: Baloncesto 3x3  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc6    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición bádminton 1x1  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| P-VIII | AF COMPLEMENTARIAS  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac1    | Etapas de Infantil y Primaria – Día del deporte   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac2    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la familia   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac3    | Etapas de Infantil y Primaria – Graduaciones  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac4    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la salud y el medio ambiente                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac5    | Etapas de Infantil y Primaria – Halloween   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac6    | Etapas de Infantil y Primaria – Paseos por Almagro en familia   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



|                        |  |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|------------------------|--|------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| P-IX                   | <b>AF EXTRACURRICULARES</b>  |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Ae1                    | Etapa de Primaria - Escuelas deportivas municipales                      |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Ae2                    | Etapa de Infantil - Actividades extraescolares-multideporte              |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Ae3                    | 2º y 3º Infantil y etapa de Primaria - Talleres U.P.                     |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Ae4                    | Etapa de Primaria - Somos deporte 3-18                                   |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Ae5                    | 3º y 4º Primaria - Excursión de 3º y 4º de E. Primaria                   |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Ae6                    | 5º y 6º Primaria - Excursión de 5º y 6º de E. Primaria                   |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| P-X                    | <b>USO TIC</b>   |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|                        |  |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| <b>PROGRAMAS/MESES</b> |  | <b>Curso 2018/2019</b> |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
|                        |  | <b>OC<br/>T</b>        | <b>NO<br/>V</b> | <b>DI<br/>C</b> | <b>EN<br/>E</b> | <b>FE<br/>B</b> | <b>MA<br/>R</b> | <b>AB<br/>R</b> | <b>MA<br/>Y</b> | <b>JU<br/>N</b> |
| P-IV                   | <b>DESPLAMIENTO ACTIVO</b>   |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Dz1                    | Etapas de Infantil y Primaria – Mi cole sin coches                       |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Dz2                    | 4º y 5º Primaria - Circuito de E. Vial y Peatonal                        |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Dz3                    | Etapas de Infantil y Primaria – Camino sano y menú saludable             |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Dz4                    | Etapas de Infantil y Primaria – Conozco mi localidad, caminos de Almagro |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Dz5                    | Etapas de Infantil y Primaria – En ruta con el Quijote                   |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| P-V                    | <b>DEPORTE EN FAMILIA</b>  |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Df1                    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la familia                        |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Df2                    | Etapas de Infantil y Primaria – Día del deporte                          |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Df3                    | Etapas de Infantil y Primaria – Halloween en movimiento                  |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Df4                    | Etapas de Infantil y Primaria – Desfile de Carnaval                      |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |
| Df5                    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de Castilla-La Mancha                |                        |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |                 |

|       |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| Df6   | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la salud física y medioambiental                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df7   | Etapas de Infantil y Primaria – Jornadas de convivencia familiar                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df8   | Etapas de Infantil y Primaria – Paseos por Almagro en familia                                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df9   | Etapas de Infantil y Primaria – Excursión con familias  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| P-VI  | <b>HÁBITOS SALUDABLES</b>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs1   | Etapas de Infantil y Primaria -Taller básico de cuidado personal, higiene postural y alimentación |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs2   | Etapas de Infantil y Primaria – La rueda del desayuno   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs3   | Etapas de Infantil y Primaria – Aprendo a comer sano  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs4   | Etapas de Infantil y Primaria – Huerto escolar  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs5   | 5º y 6º Primaria - Uso de videojuegos, Internet y prevención temprana de adicciones               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs6   | 5º y 6º Primaria - Curso básico de primeros auxilios, RCP básica                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs7   | Etapas de Infantil y Primaria – Protocolo de actuación alumnado con enfermedades crónicas         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs8   | Taller monográfico de prevención de enfermedades posturales, ocio y descanso                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs9   | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de elaboración de menús y cocina saludable                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs10  | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de etiquetado  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs11  | Taller de uso responsable de videojuegos e Internet, prevención de primeras adicciones            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs12  | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de ocio/descanso: Yoga y Mindfulness                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| P-VII | <b>RECREOS CON AF</b>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc1   | 1º, 2º y 3º Primaria - Las 3 estaciones   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc2   | 4º, 5º y 6º Primaria - Concurso de talentos   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|                        |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
|------------------------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Rc3                    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 1: el cementerio                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Rc4                    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 2: fútbol sala                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Rc5                    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 3: Baloncesto 3x3                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Rc6                    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición bádminton 1x1                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| P-VIII                 | AF COMPLEMENTARIAS  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ac1                    | Etapas de Infantil y Primaria – Día del deporte                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ac2                    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la familia                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ac3                    | Etapas de Infantil y Primaria – Graduaciones                        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ac4                    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la salud y el medio ambiente |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ac5                    | Etapas de Infantil y Primaria – Halloween                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ac6                    | Etapas de Infantil y Primaria – Paseos por Almagro en familia       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| P-IX                   | AF EXTRACURRICULARES  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ae1                    | Etapa de Primaria - Escuelas deportivas municipales                 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ae2                    | Etapa de Infantil - Actividades extraescolares-multideporte         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ae3                    | 2º y 3º Infantil y etapa de Primaria - Talleres U.P.                |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ae4                    | Etapa de Primaria - Somos deporte 3-18                              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ae5                    | 3º y 4º Primaria - Excursión de 3º y 4º de E. Primaria              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| Ae6                    | 5º y 6º Primaria - Excursión de 5º y 6º de E. Primaria              |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| P-X                    | USO TIC   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
|                        |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |                        |           |           |           |           |           |           |           |           |
| <b>PROGRAMAS/MESES</b> |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | <b>Curso 2019/2020</b> |           |           |           |           |           |           |           |           |
|                        |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | <b>OC</b>              | <b>NO</b> | <b>DI</b> | <b>EN</b> | <b>FE</b> | <b>MA</b> | <b>AB</b> | <b>MA</b> | <b>JU</b> |
|                        |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | <b>T</b>               | <b>V</b>  | <b>C</b>  | <b>E</b>  | <b>B</b>  | <b>R</b>  | <b>R</b>  | <b>Y</b>  | <b>N</b>  |

|             |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------|---|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <b>P-IV</b> | <b>DESPLAMIENTO ACTIVO</b>  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dz1         | Etapas de Infantil y Primaria – Mi cole sin coches  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dz2         | 4º y 5º Primaria - Circuito de E. Vial y Peatonal   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dz3         | Etapas de Infantil y Primaria – Camino sano y menú saludable                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dz4         | Etapas de Infantil y Primaria – Conozco mi localidad, caminos de Almagro                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Dz5         | Etapas de Infantil y Primaria – En ruta con el Quijote  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>P-V</b>  | <b>DEPORTE EN FAMILIA</b>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df1         | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la familia   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df2         | Etapas de Infantil y Primaria – Día del deporte   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df3         | Etapas de Infantil y Primaria – Halloween en movimiento   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df4         | Etapas de Infantil y Primaria – Desfile de Carnaval   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df5         | Etapas de Infantil y Primaria – Día de Castilla-La Mancha   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df6         | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la salud física y medioambiental                           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df7         | Etapas de Infantil y Primaria – Jornadas de convivencia familiar                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df8         | Etapas de Infantil y Primaria – Paseos por Almagro en familia                                     |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Df9         | Etapas de Infantil y Primaria – Excursión con familias  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>P-VI</b> | <b>HÁBITOS SALUDABLES</b>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs1         | Etapas de Infantil y Primaria -Taller básico de cuidado personal, higiene postural y alimentación |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs2         | Etapas de Infantil y Primaria – La rueda del desayuno   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs3         | Etapas de Infantil y Primaria – Aprendo a comer sano  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs4         | Etapas de Infantil y Primaria – Huerto escolar  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs5         | 5º y 6º Primaria - Uso de videojuegos, Internet y prevención temprana de adicciones               |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs6         | 5º y 6º Primaria - Curso básico de primeros auxilios, RCP básica                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs7         | Etapas de Infantil y Primaria – Protocolo de actuación alumnado con enfermedades                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
|        | crónicas   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs8    | Taller monográfico de prevención de enfermedades posturales, ocio y descanso           |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs9    | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de elaboración de menú y cocina saludable       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs10   | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de etiquetado                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs11   | Taller de uso responsable de videojuegos e Internet, prevención de primeras adicciones |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Hs12   | Etapas de Infantil y Primaria – Taller de ocio/descanso: Yoga y Mindfulness            |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| P-VII  | RECREOS CON AF   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc1    | 1º, 2º y 3º Primaria - Las 3 estaciones  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc2    | 4º, 5º y 6º Primaria - Concurso de talentos  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc3    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 1: el cementerio                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc4    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 2: fútbol sala                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc5    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición 3: Baloncesto 3x3                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Rc6    | 4º, 5º y 6º Primaria - Competición bádminton 1x1                                       |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| P-VIII | AF COMPLEMENTARIAS   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac1    | Etapas de Infantil y Primaria – Día del deporte  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac2    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la familia                                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac3    | Etapas de Infantil y Primaria – Graduaciones   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac4    | Etapas de Infantil y Primaria – Día de la salud y el medio ambiente                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac5    | Etapas de Infantil y Primaria – Halloween  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ac6    | Etapas de Infantil y Primaria – Paseos por Almagro en familia                          |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|-------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| <b>P-IX</b> | <b>AF EXTRACURRICULARES</b>  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Ae1</b>  | <b>Etapa de Primaria - Escuelas deportivas municipales</b>         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Ae2</b>  | <b>Etapa de Infantil - Actividades extraescolares-multideporte</b> |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Ae3</b>  | <b>2º y 3º Infantil y etapa de Primaria - Talleres U.P.</b>        |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Ae4</b>  | <b>Etapa de Primaria - Somos deporte 3-18</b>                      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Ae5</b>  | <b>3º y 4º Primaria - Excursión de 3º y 4º de E. Primaria</b>      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>Ae6</b>  | <b>5º y 6º Primaria - Excursión de 5º y 6º de E. Primaria</b>      |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| <b>P-X</b>  | <b>USO TIC</b>   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|             |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

### 7. METODOLOGÍA.

#### Principios metodológicos.

Nuestro proyecto se enmarca en los principios y valores del proyecto educativo de centro que están presentes en todas las actividades de centro. No obstante, por su carácter singular también es necesario fundamentar las actuaciones del programa en una serie de principios diferenciadores de la propia actividad que desarrolla. Son los siguientes:

#### **1.- Implicación de toda la comunidad educativa.**

Aunque se hayan nombrado coordinador y responsables del proyecto, en el mismo, es necesaria la implicación del conjunto del profesorado, alumnado y familias. Asimismo se entiende su contenido como una responsabilidad compartida para su correcto y completo desarrollo así como para la valoración de su ampliación o continuidad.

#### **2.- Convivencia, integración e igualdad de oportunidades.**

Los contenidos que componen los diferentes programas además de compartir los principios de instaurar hábitos saludables o la práctica autónoma de la actividad física; también se orientan a la mejora de la convivencia entre el alumnado del centro, origen de la integración efectiva, bien de alumnado con necesidades educativas especiales, situación sociofamiliar desfavorecida, minorías étnicas como en el logro de la igualdad entre géneros en el campo de la actividad deportiva.

#### **3.- Trabajo en equipo.**

El logro de los objetivos no se basa en la intervención de unas pocas personas implicadas sino en la gestión de grupos colaborativos, dentro y fuera del centro, que favorecen la puesta en marcha, desarrollo y evaluación del programa como clave en su total desarrollo.

#### **4.- Apertura al entorno.**

Desde el colegio se entiende que “es necesario un pueblo para educar a un niño”; de la misma manera se considera fundamental incorporar los elementos del entorno a la práctica docente y en concreto, el proyecto con el fin de enriquecerlo. Con este fin, Ayuntamiento, AMPA, Centro de Salud, Escuela de Madres y Padres Local, y Administraciones Públicas tienen protagonismo en lo que al proyecto se refiere y en la vida del colegio en general.

#### **5.- Habilitación del alumnado, profesorado y comunidad educativa.**

La finalidad última del proyecto estriba en la mejora de la competencia de toda la comunidad educativa y en consecuencia, del alumnado para ser capaces de autogestionar su propia actividad física de manera sana y de aplicar el conocimiento sobre hábitos saludables (actividad, ocio, descanso y alimentación básicamente) para la prevención de enfermedades y trastornos derivados de un estilo de vida sedentario, estresado y de alimentación inadecuados. En definitiva, lograr según las capacidades del niño **autonomía y responsabilidad** con respecto a su propia salud es un objetivo irrenunciable en este proyecto y en el pleno desarrollo de sus capacidades y aptitudes.

#### **LINEAS BÁSICAS DE LA METODOLOGÍA A EMPLEAR**

En los contenidos de cada uno de los programas se han indicado de qué actividades se compone cada uno y su programación individual, no obstante, a grandes rasgos, las actividades generales de que se compone el proyecto son:

- Programa I- Metodología/Actividades incluidas en las PPDD de Educación Física tal y como recoge las directrices del programa.
- Programa II- Descansos activos- Metodología TPR (total physical response, role playing etc.) en el área de Inglés y Sciences con implicación del profesorado de Inglés en su impartición y en el incremento de los minutos de actividad física en el aula.
- Programa III-Evaluación de la condición física y hábitos saludables- Registro de peso y talla, recogida de datos mediante cuestionario de los hábitos de los alumnos del centro. Recopilación en herramienta digital que permita el contraste y la información de los mismos a la Administración y a la propia comunidad educativa.
- Programa IV- Desplazamiento activo al centro- Actividades de fomento de los desplazamientos peatonales al colegio (reconocimientos, premios etc.), de Educación Vial para la prevención de accidentes (circuito de educación vial, charlas, rutas urbanas en bicicleta, senderismo etc.), acompañamiento de alumnos a comedor escolar andando (uso de datos en comparativa con otros alumnos que se desplazan en coche o que no consumen un menú saludable como el que se ofrece en el comedor escolar), salidas que se incluyan en la PGA y que se realicen caminando bien dentro de la localidad bien en el contexto de excursiones o jornadas.
- Programa V- Deporte en familia- Apoyo de las familias a través del AMPA a las jornadas y salidas del centro. Organización de jornadas de convivencia que impliquen actividad físico-deportiva (torneos deportivos, rutas senderistas o ciclistas). Organización de “Paseos por Almagro en familia” como actividad conjunta que incluye desplazamientos caminando a la vez que se explica y se da a conocer el patrimonio histórico-artístico de la localidad. Realización de una excursión anual con carácter lúdico que incluye actividades físico-deportivas para toda la familia (multiaventura, rutas culturales etc.)
- Programa VI- Hábitos saludables- Charlas sobre hábitos saludables y prevención de enfermedades (obesidad, diabetes, trastornos posturales etc.) para alumnado y familias (Centro de Atención Primaria de Almagro); charlas de uso responsable de las redes sociales, videojuegos e Internet (Plan Director); extensión de prácticas relativas a la salud y la alimentación (desayuno saludable, día de la fruta, ocio y descanso etc.); colaboración con la Escuela Local de Familias en la implementación de actividades formativas orientadas al conjunto de familias de la localidad.
- Programa VII- Recreos con actividad organizada- Durante un día en semana se celebrarán torneos de diferentes deportes, concursos de baile, concursos de juegos tradicionales incluyendo deportes minoritarios, de inclusión de diferentes tipos de alumnado y preferentemente mixtos para favorecer la igualdad entre hombres y mujeres.
- Programa VIII- Actividades físico-deportivas complementarias- Debemos distinguir los siguientes grupos de actividades:
  - Jornadas especiales relacionadas con la promoción de la salud y la práctica físico-deportiva (Día del Deporte, Día de la Salud y el Medioambiente, Día de la familia) en las que se tratará mediante actividades conjuntas con la comunidad educativa, por grupos en temáticas concretas dentro y fuera de clase fomentar la actividad física, el deporte y el cuidado de la propia salud.



- Actos escolares y jornadas que se acompañan de exhibiciones físico-deportivas (bailes, coreografías, competiciones etc.) como son los actos de apertura y fin de curso, acto de graduación y otras jornadas especiales (Día de Castilla la Mancha, Halloween, Carnaval etc.).
- Excursiones de los diferentes ciclos en las que se incluyen actividades físico- deportivas (multiaventura, rutas a pie o en bicicleta, visita a instalaciones deportivas- piscina, o desplazamiento activo en visitas didácticas).
- Desplazamientos dentro de la localidad como complemento formativo a las programaciones de aula (visitas a monumentos, edificios, teatro etc.).
- Programa IX- Actividades físico- deportivas extracurriculares que se nutriría de la difusión y fomento de la participación de nuestros alumnos y sus familias en las siguientes actividades:
  - Escuelas deportivas municipales (fútbol, baloncesto, balonmano, atletismo, gimnasia rítmica, yudo, ajedrez etc.).
  - Actividades físico- deportivas ofertadas por la Universidad Popular- Centro de Educación de Adultos (zumba, baile, yoga, gimnasia de mantenimiento etc.)
  - Actividades de fomento de hábitos saludables ofertadas por la Universidad Popular- Centro de Educación de Adultos (taller de nutrición, cocina saludable etc.)
- Programa X- Uso de las tecnologías de la información y la comunicación- Engloba tanto lo que se refiere a su uso como apoyo en la didáctica de los contenidos del proyecto como en la publicidad y difusión del mismo a través de Internet (Web oficial del centro, Facebook del AMPA, Twiter del AMPA y Web oficial del Exmo. Ayto. de Almagro).

## **ESTRATEGIAS PARA POTENCIAR LA PARTICIPACIÓN DEL ÁMBITO FEMENINO EN LAS ACTUACIONES Y/O ACTIVIDADES PLANTEADAS EN EL PROYECTO**

Todas las actuaciones de este programa incluyen medidas que favorecen la igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres especialmente en aquellos contextos donde la participación de ellas es minoritaria. Las líneas clave de actuación incluirían las siguientes:

- Ofrecer modelos femeninos de relevancia y significatividad en todos los ámbitos de la salud y el deporte a través de la presencia de las mismas en las actividades del proyecto y el contacto con los alumnos.
- Facilitar el acceso de las niñas a las actividades y los espacios mediante actividades mixtas y conjuntas. Plantear deportes alternativos o actividades que permitan la participación tanto de ellos como de ellas.
- Educar al alumnado en la superación de la dicotomía femenino-cuidador vs masculino- competitivo. Permitir mediante las diferentes actuaciones que los alumnos y alumnas adopten los diferentes roles sin prejuicios ni ideas preconcebidas sobre sí mismos o su contexto inmediato desde edades tempranas.

- Concienciar de esta filosofía al conjunto del claustro y contar con el apoyo de las familias para favorecer la igualdad efectiva entre hombres y mujeres.

### **ESTRATEGIAS PARA POTENCIAR LA PARTICIPACIÓN INCLUSIVA EN LAS ACTUACIONES Y/O ACTIVIDADES PLANTEADAS EN EL PROYECTO**

En el conjunto de las actuaciones que se proponen en nuestro PES ya constan las adaptaciones necesarias para garantizar la participación de los alumnos con necesidades específicas de apoyo educativo con un aprovechamiento efectivo de las mismas. Entre el total de las estrategias cabe destacar las siguientes:

- Programar los apoyos y las adaptaciones necesarias en el conjunto de las actividades previstas.
- Realizar actividades con colaboradores externos relacionados con la atención de personas con discapacidad (ONCE, ANFISA etc.).
- Ofrecer modelos de éxito en el ámbito deportivo con el que puedan identificarse el alumnado con diversidad funcional.

### **ESTRATEGIAS PARA POTENCIAR LA PARTICIPACIÓN DEL ALUMNADO EN SITUACIÓN DESFAVORABLE EN LAS ACTUACIONES Y/O ACTIVIDADES PLANTEADAS EN EL PROYECTO.**

La previsión en nuestro proyecto, como meta final, es la participación del alumnado en su conjunto, de manera que en esta diversidad es necesario contemplar al alumnado con una situación sociopersonal de desventaja perteneciente o no a la Residencia Escolar; para ello, habrá que ofrecer a los alumnos la posibilidad de incorporarse a las actividades deportivas extraescolares, ofrecer ejemplos de superación personal y de resiliencia en el ámbito deportivo, facilitar el acceso a hábitos saludables que están al alcance de todos (alimentación, actividad física, descanso etc.) y por supuesto, contemplar sus necesidades (económicas, personales, sociales) en las actividades generales no solamente del PES sino de todas las que se realicen en el colegio.

### **ACCIONES FORMATIVAS QUE SE PRETENDER REALIZAR CON RELACIÓN AL PROYECTO ESCOLAR SALUDABLE PRESENTADO**

- **Taller básico de cuidado personal, higiene postural y alimentación**
- **Curso básico de primeros auxilios, RCP básica**
- **Protocolo de actuación de alumnado con enfermedades crónicas**
- **Taller monográfico de prevención de enfermedades posturales, ocio y descanso**
- **Taller de elaboración de menús y cocina saludable**
- **Taller de etiquetado**
- **Taller de uso responsable de videojuegos e Internet. Prevención de primeras adicciones**

## 8. IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y OTRAS ENTIDADES O AGENTES EXTERNOS EN EL PROYECTO ESCOLAR SALUDABLE.

|  |
|--|
| <b>Porcentaje de participación en el Proyecto del profesorado y alumnado del centro.</b>   |
| <b>76-100%</b>   |
| Justificación del porcentaje señalado: Copia del acta de reunión de Claustro en la que se acepta la participación del profesorado por mayoría. |

|  |       |
|--|-------|
| <b>Colaboración de entidades o agentes externos al centro en el Proyecto</b> |       |
| Número de agentes o entidades colaboradoras en el Proyecto Escolar Saludable | 4 (9) |

De acuerdo a lo especificado en el punto 4 del Proyecto (Consejo Escolar Saludable)

|   |   |
|---|---|
| <b>Participación activa del AMPA en el PROYECTO</b> |   |
| PROGRAMA IV   | Elija un elemento.                        |
| PROGRAMA V  | Dirige el programa y más de una actividad |
| PROGRAMA VI   | Dirige una actividad del programa         |
| PROGRAMA VII  | No colabora en el programa                |
| PROGRAMA VIII                                       | Dirige dos actividades del programa       |
| PROGRAMA IX   | Dirige una actividad del programa         |
| PROGRAMA X  |   |

## 9. PARTICIPACIÓN EN PROGRAMAS RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD FÍSIO-DEPORTIVA Y LA MEJORA DE LA SALUD Y CALIDAD DE VIDA.

### PROGRAMAS, CAMPAÑAS O EVENTOS DE ÁMBITO REGIONAL PROMOVIDOS POR LA JUNTA DE COMUNIDADES DE CASTILLA-LA MANCHA

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Participación, como centro, en el Campeonato Regional del Deporte en Edad Escolar 2016-2017</b>                                      |           |
| (En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa) |           |
| MODALIDAD DEPORTIVA   | CATEGORÍA |
|   |           |
| <b>Participación, como centro, en el Campeonato Regional del Deporte en Edad Escolar 2015-2016</b>                                      |           |
| (En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa) |           |

| MODALIDAD DEPORTIVA   | CATEGORÍA |
|---|-----------|
|   |           |
| <b>Participación, como centro, en el Campeonato Regional del Deporte en Edad Escolar 2014-2015</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa) |           |
| MODALIDAD DEPORTIVA   | CATEGORÍA |
|   |           |

|   |
|---|
| <b>Participación en el plan de consumo de frutas curso 2016-17 SI</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, adjunto certificado del centro                |
| <b>Participación en el plan de consumo de frutas curso 2015-16</b><br>(Señala SI o NO)    |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, adjunto certificado del centro                |
| <b>Participación en el plan de consumo de frutas curso 2014-15</b><br>(Señala SI o NO)    |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, adjunto certificado del centro                |

|  |
|--|
| <b>Desarrollo de Proyecto +ACTIVA durante el curso 2014-15</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, adjunto certificado del centro         |
| <b>Desarrollo de Proyecto +ACTIVA durante el curso 2013-14</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, adjunto certificado del centro         |

|  |
|--|
| <b>Participación en otros programas, campañas o eventos de ámbito regional, promovidos por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha que fomenten la práctica de actividad física y el deporte, así como la mejora de la salud y la calidad de vida durante el curso 2016-17</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, especificar el/los programa/s, campaña/s o evento/s  |
|  |
| <b>Participación en otros programas, campañas o eventos de ámbito regional, promovidos por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha que fomenten la práctica de actividad física y el deporte, así como la mejora de la salud y la calidad de vida durante el curso 2015-16</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, especificar el/los programa/s, campaña/s o evento/s  |

|  |
|--|
|  |
| <b>Participación en otros programas, campañas o eventos de ámbito regional, promovidos por la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha que fomenten la práctica de actividad física y el deporte, así como la mejora de la salud y la calidad de vida durante el curso 2014-15</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, especificar el/los programa/s, campaña/s o evento/s  |
|  |

**PROGRAMAS, CAMPAÑAS O EVENTOS DE ÁMBITO ESTATAL PROMOVIDOS POR EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA**

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Participación, como centro, en el Campeonato de España en Edad Escolar 2016-2017</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa) |           |
| MODALIDAD DEPORTIVA  | CATEGORÍA |
|  |           |
| <b>Participación, como centro, en el Campeonato de España en Edad Escolar 2015-2016</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa) |           |
| MODALIDAD DEPORTIVA  | CATEGORÍA |
|  |           |
| <b>Participación, como centro, en el Campeonato de España en Edad Escolar 2014-2015</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa indica la modalidad deportiva y la categoría del equipo/as con los que el centro participa) |           |
| MODALIDAD DEPORTIVA  | CATEGORÍA |
|  |           |

|   |
|---|
| <b>Acreditar haber solicitado el distintivo de calidad “Sello de Vida Saludable”, convocado por el ministerio de Educación, Cultura y Deportes por orden ECD/2474/2015 y que cuenten con el informe favorable emitido por la Dirección General de juventud y Deportes de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha SI,</b><br>(En el caso que la respuesta sea afirmativa, adjuntar dicho informe) |
|---|

|  |
|--|
| <b>Participación en otros programas, campañas o eventos de ámbito nacional, que fomenten la práctica de actividad física y el deporte, así como la mejora de la salud y la calidad de vida durante el curso 2016-17 SI</b><br>(Señala SI o NO) |
|--|

|  |
|--|
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, especificar el/los programa/s, campaña/s o evento/s  |
| Plan Director de la Guardia Civil  |
| <b>Participación en otros programas, campañas o eventos de ámbito nacional, que fomenten la práctica de actividad física y el deporte, así como la mejora de la salud y la calidad de vida durante el curso 2015-16 SI</b><br>(Señala SI o NO) |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, especificar el/los programa/s, campaña/s o evento/s  |
| Estudio Aladino, estrategia NAOS y Plan Director de la Guardia Civil   |
| <b>Participación en otros programas, campañas o eventos de ámbito nacional, que fomenten la práctica de actividad física y el deporte, así como la mejora de la salud y la calidad de vida durante el curso 2014-15</b><br>(Señala SI o NO)    |
| En el caso que la respuesta sea afirmativa, especificar el/los programa/s, campaña/s o evento/s  |
| Plan Director de la Guardia Civil  |