I.E.S. EL CORONIL

Programas de Promoción de Hábitos de Vida Saludable

Plan Actuación del programa Forma Joven en el ámbito educativo" Curso 2022/23.

Centro: IES EL CORONIL
Código: 41701845

Coordinación: Francisco José Rodríguez Losa

Índice

Líneas de intervención

1. ***Análisis del entorno***
2. ***Objetivos específicos***
3. ***Contenidos/ Líneas de intervención***
4. ***Estrategias de integración curricular***
5. ***Actividades***
6. ***Técnicas y estrategias de difusión***
7. ***Seguimiento***
8. ***Estrategias de formación para desarrollar con éxito el programa.***
9. ***Evaluación del programa***

1. **ANÁLISIS DEL ENTORNO**:

a) CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO.

El instituto está situado en la localidad sevillana de El Coronil, ubicado en la zona sur de la provincia de Sevilla, recibiendo el mismo nombre de la localidad a la que pertenece I.E.S. “El Coronil”.

La localidad de El Coronil tiene como principal actividad económica la agricultura, por lo que la mayoría de su población se dedica a dicho sector. En el sector industrial podemos encontrar pequeñas empresas familiares dedicadas a la construcción y a la producción de productos agroalimentarios. Por lo que el nivel socio – económico- cultural de la población de dicha localidad podemos decir que es medio.

Respecto a hábitos de vida saludable relacionados con la población joven, tras consultar con distintos colectivos implicados en el programa, encontramos que existen situaciones de riesgo que afectan a un tanto por ciento relativamente alto. Estas situaciones están relacionadas con:

- **Consumo inadecuado de alcohol, tabaco, cachimbas, vaper,…y otras sustancias.**
- **Conflictos mal resueltos entre grupos de jóvenes o familias.**
- **Poca información sobre aspectos relacionados con las relaciones afectivo-sexuales.**
- **Uso inadecuado del móvil y otras tecnologías de la información y la comunicación.**
- **Falta de ejercicio físico o práctica deportiva tendiendo a una vida sedentaria.**
- **Alimentación poco saludable, tanto en hábitos como desde el punto de vista nutricional.**
- **Dificultades para incorporarse al mercado laboral.**

b) CARACTERÍSTICAS DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA.

Está formado por el claustro de profesores, el alumnado, los padres y madres, la asociación de padres y madres, dos conserjes, dos limpiadoras y la representación del Ayuntamiento. Carecemos de un administrativo. En nuestro centro se imparte la Educación Secundaria Obligatoria, oscilando entre dos o tres cursos cada nivel.

En cuanto a las carencias más significativas y quizás más relevantes y que influyen en la convivencia, cabe señalar que no disponemos de todo lo necesario para desarrollar el trabajo educativo en toda su globalidad siendo necesaria la propia pericia de sus profesionales al encontrarse en determinadas situaciones sin los recursos necesarios.

Esos medios a los que se hace referencia porque escasean o simplemente no existen son:

- Pista polideportiva apropiada para realizar actividad física y material deportivo.
- Un gimnasio o una sala de usos múltiples para dar clase de educación física en caso de lluvia...
- Aula de idioma.
- Salón de actos.

c) LA SITUACIÓN DE LA CONVIVENCIA EN EL CENTRO. ACTUACIONES DESARROLLADAS POR EL CENTRO.

Sin ser éste un centro con graves problemas de disciplina, un primer análisis de la convivencia en nuestro centro muestra la indisciplina habitual de un pequeño grupo de alumnos/as que manifiesta rechazo a las normas del Centro y con grandes dosis de desmotivación para estudiar y esforzarse. Este hecho obliga al profesorado a realizar un esfuerzo constante por mantener el interés de sus alumnos/as.

La Educación Secundaria Obligatoria es una etapa evolutiva crucial para transmitirles la importancia de aceptar unos límites entre su libertad y la de los demás, el respeto a las normas de convivencia y la adquisición de hábitos de responsabilidad. La adquisición de los principios básicos de convivencia y de respeto a los demás, así como los valores esenciales para una vida en equilibrio, se debe iniciar en el ambiente familiar. También deben completarse y reforzarse en el centro educativo, llegando a tener el Centro de enseñanza un mayor protagonismo en algunas ocasiones.

Por ello, nuestro Claustro de profesores mantiene una actitud unánime ante la necesidad de hacer entender a los alumnos y a sus padres/madres que el respeto de tales normas no es negociable. Nuestra estrategia común, entre otras, ha sido en los últimos años, mantener continuas entrevistas con los alumnos y con sus padres, informarles acerca de sus derechos, pero también de sus deberes como estudiantes y como ciudadanos.

Nuestra entrada en el ***Proyecto Escuela: Espacio de Paz*** fue decisiva para concienciar a todo al profesorado primero, al alumnado, a las familias y en general a toda la comunidad sobre la necesidad de ir todos a una en el tema de la convivencia.

d) LA RELACIÓN CON LAS FAMILIAS Y OTRAS INSTITUCIONES DEL ENTORNO.

Hemos de decir que, en general, la relación del centro con las familias de nuestros alumnos es buena. Creemos que tanto padres como madres entran en nuestro centro con la libertad que da tener la seguridad de que van a ser oídos, tanto en los buenos como en los malos momentos. Nos gustaría, no obstante, que acudieran al Centro con mayor asiduidad las familias del alumnado que presenta problemas de disciplina de manera reiterada, para así poder actuar conjuntamente e intentar solucionarlos con la ayuda del Departamento de Orientación.

Desde el centro y en colaboración con el Ayuntamiento, Delegación de Educación y otras asociaciones y fundaciones, cada año se ponen en marcha distintos **planes**, **programas, charlas y talleres de prevención** con el alumnado, como son:

- Proyecto Escuela Espacio de Paz.

- Programa de acompañamiento escolar y programa de apoyo lingüístico para inmigrantes.

- Plan de lectura: “El placer de leer”.

- Forma Joven.

- Plan de igualdad entre hombres y mujeres.

- Plan director sobre convivencia y seguridad escolar.

- Celebración de efemérides relevantes y Días internacionales

Tras la experiencia que vamos acumulando en el programa, seguimos considerando que es una buena herramienta para que con él se pueda contribuir a alcanzar los objetivos generales de la etapa, fomentando la participación e implicación de toda la comunidad educativa. Nos planteamos objetivos a largo plazo que requieren persistir en las temáticas seleccionadas, considerando que todas adquieren un papel relevante en la formación de nuestro alumnado.

En el análisis realizado a finales de curso observamos que la intervención realizada en cada una de las líneas continua siendo insuficiente para conseguir un efecto claro en la totalidad del alumnado. Después de llevar trabajando varios años las distintas temáticas, consideramos que sigue existiendo una gran necesidad en la comunidad educativa de fomentar una adecuada salud

socio-emocional, estilos de vida saludable, un adecuado desarrollo de la sexualidad y relaciones igualitarias, uso adecuado de las TICs y prevención de las drogodependencias.

Este año, una de de las actuaciones específicas que queremos llevar a cabo es continuar con el estudio de los efectos de las actividades desarrolladas en un curso, realizando un pretest y postest, centrándonos en una línea de intervención. Nuestra intención es repetir este mismo procedimiento en años sucesivos.

Al final del curso pasado realizamos un primer sondeo sobre determinados aspectos relacionados con la inteligencia emocional de nuestro alumnado. Tras analizar los resultados y trabajar durante este curso esos aspectos, valoraremos de nuevo al final de curso los resultados conseguidos.

Por otra parte, para el diseño de este plan anual tomaremos como referencia y punto de partida la valoración del plan de actuación del año pasado. Por este motivo, intentaremos mejorar tres de los aspectos en los que hemos conseguido peor valoración:

- Reforzar el protagonismo y participación del Equipo de promoción de la Salud.
- Mayor implicación en las actividades del centro de nuestro nuevo referente de salud.
- Estrategias de integración curricular por áreas curriculares
- Propuesta de formación
- Recursos educativos
- Técnicas e instrumentos para la comunicación y difusión
- Seguimiento y evaluación

2. **CONSTITUCIÓN DEL EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD**:

El Equipo de Promoción de la Salud quedará constituido de la siguiente forma:

- **EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD:**
    - **El Equipo Directivo**
    - **El Orientador/a del EOE**
    - **Alumnado del centro (mínimo 2/3 ALUMNOS/AS)**
    - **Profesional socio-sanitario, Enfermero Referente Escolar**
    - **Coordinadora del Plan de Convivencia y de coeducación.**
    - **Profesorado del perteneciente al ETCP**
    - **Profesorado coordinador del Plan de Formación**

- **Coordinador del Programa Forma Joven.**
- **La presidenta del AMPA**

Los alumnos/as serán seleccionados durante los primeros meses de curso.

3. **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**:

A partir del análisis inicial del centro y de la información que recogeremos en un cuestionario específico dirigido al alumnado y al profesorado sobre las distintas líneas de intervención, concretaremos a lo largo del primer trimestre los objetivos generales que determinamos a continuación:

Educación Socio emocional (1)

1. Promover en el alumnado un conocimiento de las características personales propias y de los compañeros para conseguir una adecuada autoestima y autoconcepto, así como el respeto a los demás. Conciencia emocional.
2. Concienciar al alumnado sobre la importancia de controlar las propias emociones para lograr un adecuado clima de convivencia en cualquier ámbito de la vida. Competencia social
3. Potenciar la comprensión y la aceptación del grupo de iguales como un marco positivo para el logro de metas y el desarrollo personal, desarrollando así la inteligencia intra e interpersonal. Competencia social
4. Aprender estrategias para la resolución pacífica de conflictos, desarrollando su bienestar personal y social. Regulación emocional.

Estilos de vida saludable (2)

1. Interiorizar y aplicar hábitos de vida saludables concretos en los ámbitos de: alimentación, hábitos posturales, educación vial y consumo.
2. Valorar la actividad física y el deporte como un medio para desarrollar todas las áreas del desarrollo personal: social, afectivo, cognitivo,…

Sexualidad y relaciones igualitarias (3)

1. Conocer, comprender y asumir la sexualidad humana como una posibilidad de desarrollo personal desde el respeto a las diferentes opciones sexuales.
2. Adquirir información sobre distintos métodos de anticoncepción existentes.
3. Prevenir riesgos no deseados en la práctica de la sexualidad: enfermedades de transmisión sexual, embarazos, violencia de género.
4. Favorecer una aceptación e integración equilibrada de los cambios biofisiológicos y psicológicos propios de la adolescencia.

Uso positivo de las TIC (4)

1. Conseguir un uso adecuado de las TIC
2. Conocer los riesgos de internet y telefonía móvil tanto por parte del alumnado como de las familias.
3. Desarrollar distintas estrategias para el uso positivo de las TIC.

Prevención de Drogodependencias (5)

1. Aprender a tomar decisiones evitando presiones de grupo negativas que vayan en contra de la salud individual.
2. Sensibilizar a los alumnos hacia la conveniencia de adoptar hábitos de vida saludables que favorezcan un desarrollo personal equilibrado a nivel físico, psíquico y social.
3. Prevenir y reducir en su caso el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilegales.
4. Retrasar la edad de inicio del consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales.

PROPUESTAS DE MEJORA:

Tas analizar la información de años anteriores, consideramos varios aspectos que debemos reforzar en el presente año y que también nos planteamos como objetivos específicos:

- Intentar que a las distintas temáticas se les pueda dedicar más sesiones, ya que las acciones puntuales parecen insuficientes.
- Mantener las actuaciones de manera longitudinal, durante varios años.
- Buscar recursos variados para cada año.
- Seguir fomentando la implicación de todo el profesorado.
- Seguir insistiendo en la participación de alumnos/as mediadores/as.
- Fomentar que se realicen más actividades desde las materias curriculares en relación con las distintas líneas de intervención
- Estudio estadístico de los efectos de actuaciones realizadas en un curso en relación a la línea de intervención educación socio-emocional.
- Mejorar la difusión del dosier del programa y los recursos que aparecen en la página web
- Fomentar una mayor participación de las familias mediante la implicación del AMPA.
- Poner en marcha la asesoría individual con la colaboración de nuestro referente en salud.

4. **CONTENIDOS**:

1.- Educación Socio-Emocional:

- Conciencia Emocional.
- Regulación Emocional.
- Autonomía Emocional.
- Competencia Social. Respeto a diferencias personales.
- Competencias para la Vida y el Bienestar.

2.- Estilos de vida saludable:

- Actividad física
- Alimentación equilibrada
- Prevención de accidentes y lesiones

3.- Sexualidad y Relaciones Igualitarias:

- La sexualidad como parte de la vida.
- Orientación y diversidad sexual.
- Prácticas sexuales responsables y prevención de riesgos.
- Relaciones igualitarias. Prevención de la violencia de género.

4.- Uso positivo de las TICS:

- Estilos de vida saludable en una Sociedad Digital.
- Adicciones a las Tics.
- Buenas prácticas y recomendaciones
- Consecuencias del mal uso de las TICs

5.- Prevención del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas:

- Hábitos que contribuyen a una vida sana
- Consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas
- Drogas: mitos y creencias
- Prevención del tabaquismo
- Uso de “cachimbas”

5. **ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**:

- Informar a toda la comunidad educativa de los objetivos del plan y del programa Forma Joven.

- Implicar a toda la comunidad educativa y especialmente al Equipo Directivo del centro en el desarrollo del plan.
- Facilitar estrategias, materiales y contenidos para que el profesorado incluya en las programaciones actividades relacionadas con las distintas líneas de intervención.
- Solicitar formación específica al coordinador de la formación en el centro para que el profesorado pueda formarse en las distintas líneas de intervención.
- Integrar actividades específicas de las distintas líneas de intervención en el plan de acción tutorial.
- Implicar a distintas instituciones, organismos, asociaciones,… en el desarrollo de las actividades del plan: Guardia Civil, Policía Local, Policía Nacional, Ayuntamiento, Centro de salud, Fundación Alcohol y Sociedad, Asociación Lucha contra el cáncer, Cruz Roja Española, Universidad, Asociación Ana Bella, Diputación de Sevilla, Asociación de madres y padres,…

6. **ACTIVIDADES**:

Septiembre-octubre:
Presentación del programa en el centro
Solicitud del programa
Contacto con el referente de salud
Constitución del equipo de salud
Elección de moderadores alumnado

Octubre-noviembre:
Análisis de necesidades
Elaboración del programa planificando las acciones
Desarrollo del programa con evaluación continua.
Organización de talleres.

Noviembre-diciembre:
Desarrollo del programa con evaluación continua.

Diciembre:
Valoración trimestral del desarrollo del programa

Enero-marzo
Desarrollo del programa con evaluación continua.
Valoración trimestral del desarrollo del programa

Abril-Junio

Desarrollo del programa con evaluación continua.
Valoración trimestral del desarrollo del programa

Junio:
Valoración final del desarrollo del programa
Elaboración de memoria
Informar al Consejo Escolar de los resultados

Las siguientes actividades están programadas para desarrollar con el alumnado con la colaboración de ponentes externos a lo largo del curso:

1º de la ESO:

ACTIVIDAD	*LÍNEA DE INTERVENCIÓN*
ORIENTACION ESCOLAR: AUTOCONOCIMIENTO	*1*
DÍA DE LA CONSTITUCIÓN	*3*
HÁBITOS POSTURALES	*2*
REDES SOCIALES	*3,4*
PREVENCIÓN TABACO Y CACHIMBAS	*5*
ACOSO ESCOLAR	*3,4*
ALIMENTACIÓN: bebidas energéticas	*2*
EDUCACIÓN VIAL	*2*
ALCOHOL Y SOCIEDAD1	*5*
ALCOHOL Y SOCIEDAD1	*5*
IGUALDAD DE GÉNERO	*3*
DÍAS INTERNACIONALES	1-5

2º de la ESO:

ACTIVIDAD	*LÍNEA DE INTERVENCIÓN*
ORIENTACION ESCOLAR: AUTOCONOCIMIENTO	*1*
RIESGOS DE INTERNET	*3, 4*
DROGAS Y ALCOHOL	*5*
EFECTO DE LAS VACUNAS, mecanismos de actuación	*2*
EDUCACIÓN VIAL	*2*
ACOSO ESCOLAR	*3,4*
IGUALDAD DE GÉNERO	*3*
DÍAS INTERNACIONALES	1-5
PREVENCIÓN TABACO Y CACHIMBAS	*5*

3º de la ESO:

ACTIVIDAD	*LÍNEA DE INTERVENCIÓN*
ORIENTACION ESCOLAR: AUTOCONOCIMIENTO	1
VIOLENCIA DE GÉNERO	*3*
ALCOHOL Y SOCIEDAD1	*5*
EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL	*3*
PREVENCIÓN DROGODEPENDENCIAS	*5*
CONSUMO RESPONSABLE	*2*
TRASTORNOS ALIMENTACIÓN	2
IGUALDAD DE GÉNERO	*3*
PREVENCIÓN TABACO Y CACHIMBAS	*5*
CONSECUENCIAS ACCIDENTES DE TRÁFICO	2
PRIMEROS AUXILIOS	1,2
BANDAS JUVENILES	1
CONTROLA TIC: TECNOADICCIONES	4
DÍAS INTERNACIONALES	1-5

4º de la ESO:

ACTIVIDAD	*LÍNEA DE INTERVENCIÓN*
PRIMEROS AUXILIOS	*1,2*
ORIENTACION ESCOLAR: AUTOCONOCIMIENTO	*1*
PREVENCIÓN TABACO Y CACHIMBAS	*5*
RIESGOS DE INTERNET	*4*
EDUCACIÓN AFECTIVO SEXUAL	*3*
DROGAS Y ALCOHOL	*5*
VIOLENCIA DE GÉNERO	*3*
IGUALDAD DE GÉNERO	*3*
PREVENCIÓN DELITOS DE ODIO	*1,3*
PREVENCIÓN VIOLENCIA DE GÉNERO POR INTERNET	*3,4*
XENOFOBIA	*3*
DÍAS INTERNACIONALES	1-5
INTELIGENCIA EMOCIONAL	*1*

Además de los talleres indicados, cada departamento organiza actividades dentro de sus programaciones en relación con las líneas de

intervención y en función de la relación que exista entre los contenidos que trabajen en el aula.

Por otra parte, diseñaremos material específico para poder trabajar con el alumnado mediante la herramienta Classroom.

Con objeto de analizar la situación inicial, plantear dilemas que ayuden a la reflexión y aprendizaje e ir valorando los efectos de las actividades realizadas utilizaremos cuestionarios en distintos momentos del curso.

Con las familias proponemos impartir talleres sobre:

- alimentación
- alcohol
- cachimbas/tabaco/vaper

7. **RECURSOS EDUCATIVOS**:

- Personal: sanitario referente de salud, personal del ayuntamiento, orientador, tutores, profesorado del centro y AMPA.
- Materiales: folletos, carteles, etc.
- Informáticos: plataforma colabora, páginas web (Consejería Educación), portal de hábitos de vida saludable, etc.

8. **TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN**:

- Sanitarios y Orientador/a visitan las aulas para informar del programa y colocar el buzón de sugerencias.
- El/la orientador/a informa en el Claustro, ETCP y reuniones con tutores.
- Informar en Consejo Escolar.
- Informar al profesorado mediante correo electrónico y panel de la sala de profesores.
- Informar a las familias en la reunión de Tutores/as inicial de principio de curso.
- Informar al alumnado en sesiones de Tutoría.
- Uso de página web del centro, blogs, correos electrónicos, carteles y documentos explicativos.
- Uso de redes sociales: Instagram, Twitter, facebook.
- Creación de un grupo Classroom (clase) para el alumnado denominado FORMA JOVEN

- Creación de unidad compartida de DRIVE, para compartir información con el profesorado y para trabajo cooperativo denominado FORMA JOVEN.
- Creación de cuestionarios google para recoger información del alumnado, profesorado y familias.

9. ESTRATEGIAS DE FORMACIÓN PARA DESARROLLAR CON ÉXITO EL PROGRAMA.

A lo largo del curso participaremos en Jornadas Iniciales de Trabajo y Jornadas Formativas de Asesoramiento organizadas con carácter obligatorio a lo largo del curso.

Además, el profesorado participará en las acciones planificadas en las que ponentes de distintas procedencias trabajarán las distintas temáticas seleccionadas.

Por otra parte, todos los participantes se ilustrarán de los recursos web de que disponemos al profundizar en cada una de las temáticas.

El Equipo Directivo del centro ha solicitado al profesorado participante las demandas formativas para incluirla en la solicitud que se le demande al CEP para el presente curso.

10. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN:

- Reunión semanal con los tutores para coordinar el desarrollo y evaluar el plan.
- Reunión mensual con el coordinador sanitario, ATS, para coordinar el desarrollo y evaluar el plan.
- Hoja de registro para recoger qué actividades se han llevado a cabo a la práctica, organizadas por línea de intervención.
- Hoja de la implicación y participación de la familia en el desarrollo de actividades de promoción de hábitos de vida saludable.
- Cuestionarios sobre el grado de satisfacción y de implicación del alumnado, profesorado y familiar.
- Reuniones con claustro de profesores y ETCP para obtener información sobre el desarrollo del programa.
- Valoración final del programa en el Consejo Escolar.