FORMAJOVEN

Promueve Salud

Programa para la Innovación Educativa

Hábitos de vida saludable

I.E.S VALLE DEL AZAHAR - 29700631

2020-21

PLAN DE ACTUACIÓN

Este programa es una herramienta enfocada a la promoción de la salud, facilitando el tratamiento de los contenidos curriculares relacionados con las líneas de actuación recogidas en el programa: educación emocional, estilos de vida saludable, sexualidad y relaciones igualitarias, uso positivo de las TIC y prevención del consumo de sustancias.

plan de actuación
I.E.S. valle del azahar - 29700631

Eva M. Flores Pérez

Índice

1. JUSTIFICACIÓN Y MARCO DE REFERENCIA 2
2. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD (EPS) 3
3. INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN INICIAL 4
a) CONTEXTO SOCIAL Y ECONÓMICO 4
b) DESCRIPCIÓN DEL CENTRO 5
c) SITUACIÓN INICIAL 6
4. OBJETIVOS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD 7
5. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN Y BLOQUES TEMÁTICOS 8
a) Objetivos específicos 9
b) Contenidos de los bloques temáticos 11
6. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR 14
7. PROPUESTA DE FORMACIÓN Y/O COORDINACIÓN 15
8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y ACTUACIONES 16
9. RECURSOS EDUCATIVOS 18
a) Materiales digitales 18
b) Materiales tangibles 19
c) Humanos 19
10. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN 19
11. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN 20
a) Propuestas de mejora 21
b) Otras consideraciones 21

1. JUSTIFICACIÓN Y MARCO DE REFERENCIA

El desarrollo del programa Forma Joven es, un nuestro centro, un objetivo al que damos mucha importancia y que, como es sabido, requiere de la participación de la comunidad educativa en su conjunto. Por suerte, contamos con una gran implicación de todos los miembros.

En nuestro caso, el departamento de **Convivencia** es el que sirve de columna vertebral a programas como el de Coeducación, Bilingüismo, Biblioteca y, por supuesto, **Forma Joven,** así como los departamentos Artístico y de Actividades Extraescolares (DACE). Esta imbricación de los programas que desarrollamos en el IES Valle del Azahar nos permite una mayor eficacia e impacto en nuestro alumnado cuando ponemos en práctica la integración curricular.

Este punto de partida no es baladí, sino que por el contrario propicia redes de conexión entre todos los niveles de organigrama del centro, desde la Directiva hasta las familias, pasando por el personal de servicio, el profesorado y el alumnado. Esto habla de una firme convicción en que la colaboración y el reparto de responsabilidades y tareas da un mejor resultado que tendrá una continuidad en el tiempo.

Aunque esta es la dinámica general, este curso en particular requiere, más que nunca, la coordinación, el acuerdo y la colaboración de tod@s para sacar adelante los objetivos con unas circunstancias que podemos llamar adversas y muy alejadas de nuestra práctica habitual en el centro.

Tomando como referencia el Marco Teórico de Referencia Programa para la Innovación Educativa Hábitos de Vida Saludable que se ha puesto a nuestra disposición en el Portal de Hábitos de Vida Saludable, hemos tenido en cuenta el escenario que ha propiciado la COVID-19 en el desarrollo de actividades y actuaciones del Programa Forma Joven y la consecución de los objetivos que nos hemos marcado.

En esta línea y teniendo siempre en cuenta el Plan de Contingencia (PROTOCOLO DE ACTUACIÓN COVID-19) de nuestro centro, hemos hecho los oportunos cambios para intentar conseguir dichos objetivos sin ver mermada nuestra propuesta.

2. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD (EPS)

MIEMBROS	***Cargo/Responsabilidad***	***Sector***	***Comisión COVID***
Eva Flores Pérez	Coordinadora Forma Joven	Profesorado	Sí
Juan Jiménez Morales	Director	Eq. directivo	Sí (presidente)
Bárbara Arias Gómez	Vicedirectora	Eq. directivo	
Carlos Alarcón Ortiz	Jefe de estudios y P.R.L.	Eq. directivo	Sí
Miguel Gabarrón Segarra	Secretario	Eq. directivo	Sí
Concepción Almoguera Gaviño	Enfermera	C. salud	Sí
Antonia Camacho Romero	AMPA	Familias	Sí
Joaquín Gámez Torres	Alumno mediador	Alumnado	Sí
José Bello Trujillo	Ordenanza	P.A.S.	Sí
Ana Isabel Martín Doña	Jefa de estudios adjunta (Convivencia)	Eq. directivo	
Sebastián Gámez Millán	Jefe de dpto. Convivencia	Profesorado	
Juana Ruiz Lucas	Coordinadora Coeducación	Profesorado	
Susana Trujillo Hidalgo	Orientadora	Profesorado	
José Antonio Urbaneja Carrasco	Jefe dpto. Educación Física	Profesorado	
Jorge Gallardo Gandulla	Alcalde	Alcalde	Sí

Teniendo en cuenta que este curso la prioridad en relación a la salud pasa por la protección ante la pandemia que estamos sufriendo, hemos considerado que era coherente incluir en el EPS a los miembros que forman parte de nuestra COMISIÓN COVID. Dichos miembros forman parte de todos los ámbitos de los activos en salud comunitarios.

Además, y tal y como se corresponde con la forma de organización de nuestro centro que hemos extrapolado a este programa, están incluidos los responsables de convivencia, coeducación, orientación y educación física.

Señalar que contribuyen de forma directa al desarrollo del programa el departamento de actividades extraescolares y artístico, así como prácticamente el total del profesorado. La mayor parte de los coordinadores que forman parte y colaboran con nuestro programa a través del suyo propio, que contribuyen a dar sentido a la transversalidad de los contenidos de forma joven, forman parte del profesorado. Nos topamos con una barrera técnica a la hora de incluirlos en el programa de promoción de la salud, puesto que solo admite a 10 miembros del profesorado.

En esta ocasión, por lo motivos ya mencionados relacionados con la pandemia hemos elegido a los que forman parte de la comisión COVID y a los que sostienen el paraguas bajo el que se desarrollan las actividades del I.E.S. Valle del Azahar: Convivencia.

Aunque los profesionales socio-sanitarios son de mucha ayuda e importancia, este año (a día de hoy) no se puede contar con su colaboración, más allá del contacto necesario en caso de positivos o sospechas por contacto estrecho con positivos, debido a la situación de emergencia en la que nos encontramos. No obstante, se cuenta con varios canales de comunicación tanto con el centro de salud de Estación de Cártama como con la responsable territorial a través de correo electrónico, teléfono y wasap.

CRONOGRAMA DE REUNIONES

Nº SESIÓN	FECHA	MOTIVO	FORMA
1	22/09/2020	Nombramiento de los miembros y creación del equipo promotor de la salud.	Telemática
2	20/10/2020	Esbozo plan de actuación. Puesta al día sobre las actividades.	Telemática
3	24/11/2020	Información sobre jornada inicial de coordinación. Propuesta plan de actuación.	Presencial
4	22/12/2020	Evaluación fin 1º trimestre. Valoración de consecución de los objetivos.	Telemática
5	26/01/2021	Puesta al día sobre las actividades. Propuestas de formación y efemérides	Presencial
6	23/03/2021	Evaluación fin 2º trimestre. Valoración de consecución de los objetivos.	Telemática
7	27/04/2021	Puesta al día sobre las actividades. Propuestas de formación y efemérides	Presencial
8	25/05/2021	Evaluación fin 3º trimestre. Valoración de consecución de objetivos.	Telemática
9	22/06/2021	Evaluación final. Propuestas de mejora próximo curso.	Telemática

Estableciendo una analogía con nuestro plan de contingencia y según la organización de nuestro centro, realizaremos las reuniones del EPS el 4º martes de cada mes, a excepción del mes de febrero al ser festivo.

3. INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN INICIAL

a) CONTEXTO SOCIAL Y ECONÓMICO

El Centro se encuentra en el término municipal de Cártama, provincia de Málaga. Dicho municipio tiene un total de once núcleos dispersos, localizándose nuestro centro, el IES Valle del Azahar en el de Estación de Cártama. Esto implica que será necesario el desplazamiento de una parte importante del alumnado desde los distintos núcleos dispersos hasta el Instituto, bien desplazándose por sus propios medios o a través del transporte escolar. Esto puede condicionar la dinámica educativa diaria a la hora de establecer trabajos y actividades grupales, teniéndose que tener en cuenta dicha circunstancia a la hora de establecerlas, así como las Actividades Complementarias y Extraescolares.

En la actualidad, Estación de Cártama es el mayor núcleo poblacional del Municipio. El municipio, como se verá a continuación, ha tenido un gran crecimiento habiéndose convertido en una "ciudad dormitorio" con respecto a la capital.

En relación con ese saldo migratorio positivo del que hablábamos antes, y aunque muchas de las incorporaciones son de habitantes de Málaga capital que se instalan en el municipio, como en otros muchos de la comarca, atraídos por la mayor facilidad de acceso a la vivienda, por la cercanía a la metrópoli, por las buenas comunicaciones y otra serie de factores, debemos destacar la creciente presencia de residentes extranjeros en el municipio. De estos, el 27,49% proceden del

Reino Unido, pero se detecta cada vez más la presencia de europeos del este (rumanos, ucranianos...), latinoamericanos (argentinos, ecuatorianos...), subsaharianos, marroquíes y asiáticos, todos ellos vinculados a una inmigración esencialmente económica o laboral. Como consecuencia de ello, la sociedad cartameña se está convirtiendo cada vez más, aunque no con un ritmo tan acelerado como en los municipios del litoral, en una sociedad multiétnica y multicultural, con el enriquecimiento vital que eso conlleva pero también con el planteamiento de una serie de retos y problemas a los que los centros educativos debemos ser capaces de dar una respuesta adecuada, adaptando nuestras estructuras y recursos a las demandas y necesidades de un alumnado cada vez más diverso. En este terreno, la dotación y funcionamiento de la biblioteca escolar tienen mucho que aportar, así como las horas que se puedan dedicar dentro del horario regular a la inmersión de nuestra lengua y que se catalogan como horas para la atención al alumnado extranjero.

El sector económico predominante es el terciario, que abarca actualmente al 40,2% de la población activa y que ha registrado un aumento. En este sector destacan las actividades de comercio (45,97%), transporte y almacenamiento (12,64%) y hostelería (14,37%). El siguiente sector en importancia es el primario con una ocupación de la población activa del 31,7%. En él destacan la importancia de la agricultura de regadío, fundamentalmente de cítricos.

Desde el punto de vista educativo y cultural, el contexto en el que se inserta el I.E.S. "Valle del Azahar" puede calificarse de un nivel poco elevado. Cabe destacar que la formación académica de los padres y madres de nuestros alumnos y alumnas es mayoritariamente de grado elemental o primario. Raramente poseen titulación superior o desempeñan profesiones liberales, aunque últimamente, debido al incremento de la población procedente de la capital, se ha elevado algo el nivel de formación de las familias.

Como infraestructura educativa y cultural, el municipio cuenta con ocho centros de enseñanza primaria, el CEIP Flor del Azahar, tres de enseñanza secundaria (uno en Cártama con Bachillerato y Formación Profesional Inicial y dos en Cártama Estación, un centro de educación de adultos y dos bibliotecas públicas locales.

Hay que destacar que en los últimos años el Ayuntamiento está impulsando numerosas actividades de tipo cultural y social en el municipio, existiendo una relación muy estrecha de colaboración entre nuestro centro y las Áreas de: Educación y Cultura, La Mujer, Deportes, Juventud y Bienestar Social. Nuestra localidad cuenta con un Teatro y un Polideportivo Municipal.

b) DESCRIPCIÓN DEL CENTRO

El centro comienza su andadura en el curso 1990-1991. Actualmente se puede cursar estudios de **Enseñanza Secundaria Obligatoria** (Primer y Segundo Ciclo), **Postobligatoria** (**Bachillerato** en sus modalidades de Ciencias y Humanidades y Ciencias Sociales, así como un **Ciclo Formativo de Grado de Medio** de Actividades comerciales, un **Ciclo Formativo de Grado Superior** de Gestión de Ventas y Espacios Comerciales), también ofertamos los dos cursos de **Formación Profesional Básica** de Servicios Comerciales. Además, este curso contamos un curso de Formación Profesional Básica Específica (FPbE) para alumnos y alumnas con problemas de aprendizaje.

Por otro lado, el Centro atiende las necesidades de formación de las personas adultas, impartiendo los niveles de **Educación Secundaria de Adultos** en la modalidad de semipresencial (la finalidad de este nivel educativo es ofrecer los elementos básicos de la cultura a las personas con carencias y necesidades de formación básica o con dificultades para la inserción y promoción laboral y capacitarles para participar en su entorno social y cultural o para acceder a la Formación

Superior) **y Bachillerato** en la modalidad de semipresencial de Ciencias y de Humanidades y Ciencias Sociales.

c) SITUACIÓN INICIAL

El Equipo de Promoción de la Salud ha basado su estrategia en dar respuesta a las necesidades del alumnado de nuestro centro**, poniendo especial interés en la salvaguarda de la seguridad sanitaria que este año nos preocupa sobremanera por la incidencia del COVID-19.**

Nuestro análisis se ha basado en tres fuentes:

a) Los datos aportados sobre el contexto expuestos anteriormente.
b) La información sobre nuestros alumnos y alumnas y sus familias, recabada desde el centro educativo como institución (dpto. orientación, equipo directivo…), desde el profesorado que ejerce funciones de tutoría y desde el profesorado en el ejercicio de su función diaria, es decir, los activos en salud comunitarios.
c) La información proporcionada por la plantilla de indicadores disponible en el portal de Hábitos de Vida Saludable, que si bien tiene como utilidad final decidir qué líneas de actuación trabajar, también sirve como termómetro sobre los temas que más preocupan a la comunidad educativa.

Teniendo en cuenta lo anterior se ha considerado que es preceptivo concienciar a nuestros alumnos y alumnas en los tres puntos clave de nuestro plan de actuación COVID: Uso correcto de la mascarilla, higiene de manos y distancia de seguridad. Además, y siguiendo en la línea que nos hemos marcado para el desarrollo del programa, debemos trabajar en profundidad en la salud emocional (es por esto que Forma Joven en nuestro centro nace del departamento de convivencia y más todavía este año que se ha de considerar cómo afecta la actual situación sanitaria a nuestro estado de ánimo y cómo gestionarlo).

Según los datos recogidos en la plantilla de indicadores, nuestras mayores preocupaciones están focalizadas en la edad de inicio de uso y abuso de sustancias y en un uso excesivo e inadecuado de las pantallas por parte de nuestras alumnas y alumnos.

El I.E.S. Valle del Azahar lleva formando parte del Programa desde hace años y, aunque no resulta fácil llevar a cabo acciones que tengan un efecto visible en aquellos a los que van dirigidas, siempre encontramos una pequeña satisfacción cuando vemos que nuestro esfuerzo sí ha servido a nuestras metas.

Este año la labor que pretendemos desarrollar se vuelve todavía más compleja, pero no utilizaremos tales dificultades como excusa, sino más bien como impulso.

Las propuestas de mejora respecto al curso anterior se basan, principalmente, en la concreción en la redacción del plan de actuación (tanto en objetivos como en contenidos) y en la ampliación de las redes de difusión y comunicación. Muestra de que se ha comenzado a trabajar en tales propuestas son la implementación de un acceso a Forma Joven en la web de nuestro instituto y la creación de una cuenta de Instagram.

4. OBJETIVOS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD

Con la intención de marcar una meta realista en nuestro plan de actuación y, por ende, en nuestros contenidos y actuaciones, hemos decidido partir de los objetivos más generales (establecidos por el Marco Teórico de Referencia Programa para la Innovación Educativa Hábitos de Vida Saludable), pasar por los objetivos para conseguir el galardón de "Sello de Vida Saludable" y, en un último nivel de concreción, definir nuestros objetivos, tanto generales como específicos, para cada una de las líneas de intervención que hemos considerado adecuadas a las necesidades de nuestro alumnado.

OBJETIVOS MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA

Integrar la educación para la salud y la prevención de drogodependencias y adicciones en el medio educativo significa favorecer un crecimiento armónico de la personalidad de los escolares, desarrollando un proceso educativo (desarrollo de capacidades), socio-cultural (participación en iniciativas públicas) y de promoción de la salud (vivencia de experiencias coherentes con la salud). Desde esta perspectiva, los objetivos de la educación para la salud son:

a) Reconocer la salud como derecho fundamental de la persona.
b) Comprender que la salud es una responsabilidad compartida, desarrollando la capacidad de participar en la búsqueda conjunta de soluciones.
c) Contextualizar la salud en las situaciones sociales y en las condiciones de vida que influyen en ella.
d) Incorporar un método que desarrolle una mentalidad crítica para identificar y eliminar los riesgos para la salud.
e) Incorporar conocimientos, actitudes y hábitos positivos para la salud.

OBJETIVOS "SELLO DE VIDA SALUDABLE"

a) Fomentar el rol de la educación en hábitos saludables como una parte integrante de la educación integral, diseñando, a tales efectos, un programa de educación en hábitos saludables que comprenda la programación y establecimiento de objetivos educativos y de los instrumentos de evaluación.

c) Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables de los alumnos, con especial énfasis en la higiene y la prevención.

e) Fomentar en el alumnado la adquisición de capacidades y competencias que les permitan cuidar su cuerpo tanto a nivel físico como mental, así como valorar y tener una actuación crítica ante la información, publicidad y ante actitudes sociales que puedan repercutir negativamente en su desarrollo físico, social y psicológico

f) Conocer y detectar las situaciones de riesgo para la salud, relacionadas especialmente con el consumo de sustancias con potencial adictivo, tanto de comercio legal como ilegal, así como con la ejecución de determinadas actividades que puedan generar comportamientos adictivos, con especial atención a la anorexia y a la bulimia, contrastando sus efectos nocivos y proponiendo medidas de prevención y control.

h) Fomentar la responsabilidad del alumnado en las decisiones diarias del mismo, y el conocimiento de las consecuencias que las mismas tienen en su salud y en el entorno que les rodea.

i) Promover el adecuado conocimiento de la salud e higiene sexual y reproductiva.

OBJETIVOS GENERALES DE LAS LÍNEAS DE INTERVENCIÓN

a) Potenciar en el alumnado la adquisición de competencias emocionales.
b) Capacitar para la vida a las alumnas y alumnos, ayudándoles al aumento de su bienestar personal y social.
c) Promover el conocimiento de la sexualidad como un aspecto central en el ser humano de relaciones saludables, seguras y satisfactorias.
d) Concienciar en la igualdad entre hombres y mujeres como un valor positivo.
e) Prevenir comportamientos de riesgo en embarazos no deseados y/o ITS.
f) Prevenir sobre las consecuencias dañinas del consumo de alcohol, tabaco, cannabis…
g) Informar detalladamente sobre el peligro del uso y abuso de dichas sustancias.
h) Favorecer la capacidad de analizar y reconocer factores de riesgo que influyen en su uso y consumo como la presión de grupo, la publicidad o las creencias.
i) Prevenir y proteger a chicos y chicas sobre el uso inapropiado de las TIC.
j) Proporcionar información técnica y fidedigna sobre las TIC.
k) Promover un uso responsable de las mismas, basado en el respeto y en la mejora de la integridad y dignidad humanas.
l) Potenciar la adquisición información y formación para la adquisición de los valores necesarios para llevar una vida saludable.
m) Ayudar a la consolidación de actitudes positivas en relación a la actividad física, la alimentación equilibrada y la prevención de accidentalidad.

5. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN Y BLOQUES TEMÁTICOS

En el análisis inicial que planteamos en el epígrafe 3, quedó constancia de que las líneas de intervención a trabajar debían estar dirigidas por tres principios:

a) La línea de intervención de emocional es preceptiva (y así nos parece a nosotros que debe ser).
b) La actual situación de emergencia sanitaria debe marcar nuestros pasos, pero nunca impedir que los demos en la dirección que consideramos que es la que debemos seguir.

La recogida de información de la experiencia directa como a través de la plantilla de indicadores, nos ha señalado que debemos hacer hincapié en dos aspectos fundamentales: Prevención de drogodependencias y el uso positivo de las TIC.

No obstante, y debido al gran número de alumnos pre-adolescentes, adolescentes y adultos jóvenes que pasan por nuestro centro, y teniendo en cuenta el enfoque holístico que pretendemos darle al proceso de enseñanza-aprendizaje con ayuda de este programa de innovación, hemos incluido la línea de intervención relativa a sexualidad y relaciones igualitarias.

a) Objetivos específicos

1) Tomar conciencia de las emociones propias y de los demás, así como aprender a regularlas, mediante estrategias que favorezcan el desarrollo personal y social.
2) Incorporar en el repertorio habitual de comportamiento las buenas conductas básicas de buena educación y buenos modales, tales como: saludar, pedir perdón, dar las gracias, pedir disculpas, …
3) Valorar los derechos de todas las personas, éste se aplica en los diferentes puntos de vista que puedan surgir en una discusión.
4) Desarrollar habilidades que potencien la autonomía emocional, una actitud positiva hacia uno mismo y hacia los demás, así como estrategias que permitan afrontar los retos de la vida de forma sana y equilibrada.
5) Utilizar el intercambio de ideas, el diálogo y la discusión productiva entre los grupos de iguales como estrategias de difusión de las opiniones.

1) Desarrollar de competencias y capacidades que permitan el afrontamiento de los riesgos para la salud más frecuentes en estas edades, favoreciendo la elección de conductas saludables.
2) Asimilar la importancia de realizar actividad física y llevar una alimentación variada y equilibrada basada en la dieta mediterránea, el consumo de frutas y hortalizas y la disminución del consumo de bebidas azucaradas.
3) Progresar en la adquisición de hábitos relacionados con el sentido vial (observación visual, auditiva, noción espacial, prudencia y pronta decisión...) utilizando adecuadamente y con sentido de la responsabilidad los transportes particulares y colectivos.

1) Evitar el consumo y/o retrasar la edad de inicio de consumo de sustancias adictivas, incidiendo en los factores de riesgo y de protección que se relacionan con la probabilidad de uso de tabaco, de alcohol y de otras sustancias o conductas adictivas.
2) Aumentar el nivel de confianza y unión con las familias para el fomento de su colaboración en la promoción de la salud y la prevención de adicciones.
3) Conocer los efectos negativos de las adiciones.

1) Actuar de forma responsable en el uso de las tecnologías de la información y comunicación, fortaleciendo la relación con los padres, madres y tutores legales, fomentando valores y actitudes positivas hacia las mismas.
2) Utilizar el intercambio de ideas, el diálogo y la discusión productiva entre los grupos de iguales como estrategias de difusión de las opiniones.
3) Aumentar el nivel de confianza y unión con las familias para el fomento de su colaboración en la promoción de la salud y la prevención de adicciones.

1) Reflexionar sobre la sexualidad como parte del desarrollo personal: las relaciones saludables, seguras y satisfactorias, la igualdad entre hombres y mujeres, la eliminación de comportamientos sexistas y la prevención de los riesgos derivados como embarazos no planificados y de infecciones transmisibles sexualmente.
2) Mejorar el autoconocimiento del cuerpo.
3) Desarrollar la asertividad en el plano afectivo-sexual.
4) Conocer las ITS y las estrategias para evitarlas.
5) Conocer los medios anticonceptivos que existen tanto para alumnas como para alumnos.
6) Respetar cualquier orientación sexual que exista en su entorno, tanto escolar como familiar o laboral.

b) Contenidos de los bloques temáticos

Nos hemos apoyado en el marco teórico de referencia para guiarnos en los contenidos a desarrollar.

	BLOQUES TEMÁTICOS
Educación Emocional	Conciencia Emocional Regulación Emocional Autonomía Emocional Competencia Social Competencias para la Vida y el Bienestar

Sentirse bien consigo mismo o consigo misma y con los demás genera bienestar y ello, a su vez, favorece un desarrollo saludable de las personas, “no hay salud sin salud mental”.
En el ámbito escolar, la educación emocional consiste en un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar la adquisición de las competencias emocionales permitiendo que alumnos y alumnas aprendan y mejoren sus resultados académicos, además

de contribuir a prevenir los problemas emocionales y de conducta que puedan aparecer en estas franjas de edad.

	BLOQUES TEMÁTICOS
Estilos de vida saludables	Actividad Física. Alimentación Equilibrada. Educación Vial. Prevención de Accidentalidad

Los estilos de vida de las personas, es decir, el conjunto de conductas habituales que configuran su modo de vivir, es uno de los factores que más influye en la salud.
En este atípico curso que estamos afrontando es más importante que nunca inculcar hábitos de higiene, rutinas saludables en el cuidado personal que redundará en una menor incidencia en el número de contagios entre nuestros alumnos y alumnas.
La otra cara de la moneda sería la de la prevención y la lucha contra la obesidad infantil. En este punto es de gran importancia los activos de salud comunitarios: instituciones locales y propuestas del polideportivo local, que fomentan el ejercicio físico, la práctica del deporte y la alimentación saludable.

	BLOQUES TEMÁTICOS
Prevención de Drogodependencias: Alcohol, Tabaco, Cannabis y Otras Drogas	Hábitos que contribuyen a una Vida Sana. Consumo de Alcohol, Cannabis y otras Drogas, Drogas: Mitos y Creencias Prevención del Tabaquismo

El adelanto de la edad de inicio en el consumo, producido en las últimas décadas, ha supuesto que las estrategias preventivas comiencen en el entorno familiar y escolar de forma más temprana, y ha llevado a la necesidad de implementar en los centros educativos actuaciones planificadas dirigidas a niños y niñas. Esta línea de intervención está centrada en el desarrollo positivo del alumnado a través de las competencias definidas en la Línea de intervención de Educación Emocional, a las que se suma un bloque específico sobre sustancias adictivas, alcohol y tabaco, reforzando los efectos positivos que supone no consumirlas, favoreciendo en el alumnado la capacidad de analizar y reconocer factores de riesgo que influyen en el consumo como la presión del grupo de iguales, la publicidad o las creencias normativas.

	BLOQUES TEMÁTICOS
Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y la Comunicación	Estilos de Vida Saludable en una Sociedad digital Adicciones a las TIC. Buenas Prácticas y Recomendaciones

Internet, el teléfono móvil, el MP3, el MP4 o lo que formalmente se llaman las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC), son habituales en la vida de los alumnos y alumnas de nuestra comunidad.
Las formas comunicativas que se han generado a partir de estos medios digitales conforman prácticas culturales que están modificando la manera de producir y comunicar información. Hay quienes ven en estos usos una liberación y al mismo tiempo un peligro. La realidad, es que vivimos en una sociedad asentada en la cultura digital fruto de nuestra civilización tecnológica y resulta imprescindible adecuar los procesos educativos, dejando de pensar que las tecnologías de la información y de la comunicación, en sí mismas, promueven cambios positivos o negativos, y asumir que son un recurso cuya eficacia depende del conocimiento de los mismos y de la intencionalidad pedagógica y de su uso; fomentando la educación en valores y habilidades interpersonales, la comunicación, la resolución de conflictos, la autoestima, el establecimiento de normas, la información y formación del alumnado, reduciendo el impacto de factores de riesgo y comprendiendo el potencial de los factores de protección.
El reto, en definitiva, es aprender a manejar la incertidumbre, convivir en los distintos espacios y comprender las tecnologías de forma crítica para hacer un uso activo y positivo de las mismas.

	BLOQUES TEMÁTICOS
Educación Sexual	La Sexualidad como parte de la Vida Orientación y Diversidad Sexual Prácticas Sexuales Responsables y Prevención de Riesgos Derivados Relaciones igualitarias. Prevención de la Violencia de Género

Esta línea de intervención tiene como finalidad promover el conocimiento de la sexualidad como un aspecto central del ser humano, de relaciones saludables, seguras y satisfactorias, la igualdad entre hombres y mujeres, la eliminación de comportamientos sexistas y la prevención de riesgos derivados como los embarazos no planificados y las infecciones transmisibles sexualmente.

Los modelos familiares, sociales y religiosos en los que históricamente se ha conformado la personalidad y los roles de género para los hombres y para las mujeres han condicionado las relaciones entre ambos y consecuentemente, las relaciones sexuales.
En la actualidad y en nuestro medio, las relaciones sociales y los derechos de hombres y mujeres están basadas en una igualdad formal reconocida por nuestras leyes. Sin embargo, esta teórica igualdad no suele ser real en las relaciones más cercanas e íntimas. El modelo estereotipo femenino más tradicional aún persiste en las relaciones entre hombres y mujeres.
Los cambios en la intimidad de una pareja no se producen a la misma velocidad que en la sociedad en general, por cuanto la construcción de los roles de género está profundamente arraigada y no se identifican claramente las desigualdades todavía existentes entre hombres y mujeres. Estas cuestiones tienden a reproducirse y se suelen dar en las primeras relaciones en la adolescencia y primera juventud. De ahí, la necesidad de abordar la sexualidad y las relaciones igualitarias en los centros educativos andaluces, definiendo los aspectos temáticos fundamentales que trascienden del ámbito único de la salud o de los aspectos preventivos, para integrarse en el del desarrollo de la personalidad y de la dimensión de crecimiento humano.

6. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Fundamentando el desarrollo de nuestras actividades en el principio de metodologías activas, participativas e integradoras, hemos diseñado un cronograma de actividades y actuaciones que relaciona e implica a diversos departamentos y áreas, materias, otros Planes y Programas recogidos en nuestro Proyecto Educativo de Centro.

Considerando el mencionado cronograma trabajaremos haciendo hincapié en las siguientes efemérides:

- 16 de octubre – Día de la alimentación. Programa Aldea
- 21 de septiembre - Día Internacional de la Paz. Dpto. de Convivencia, Biblioteca
- 25 de noviembre - Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la mujer. Programa de Coeducación, Dpto. de convivencia, Biblioteca
- 10 de febrero - Día Internacional de Internet Seguro. Dpto. TIC, Biblioteca
- 28 de febrero (se celebra el viernes anterior) - Día de la Comunidad Autónoma de Andalucía. Todo el centro y comunidad educativa
- 1 de marzo - Día contra la Discriminación. Dpto. de Convivencia, Biblioteca, Bilingüismo
- 22 de marzo - Día Mundial del Agua. Programa Aldea, Dpto. Biología y Geología
- 7 de abril - Día Mundial de la Salud. Todo el centro y la comunidad educativa
- 15 de mayo - Día Internacional de las Familias. Dpto. de Convivencia, Escuela de familias, Biblioteca, Bilingüismo
- 21 de mayo - Día Mundial de la Diversidad Cultural para el diálogo y desarrollo. Programa Aldea, Dpto. de Convivencia, Biblioteca, Bilingüismo

En este curso hay que resaltar la participación en el Programa Aldea, que solapa contenidos y objetivos de forma muy directa con el Programa Forma Joven. Se prevé una estrecha colaboración en la realización de actividades tanto con la Coordinadora, Patricia Silva Sánchez, como con el resto del profesorado implicado en tal proyecto, puesto que también lo están en este que nos ocupa: Forma Joven.

7. PROPUESTA DE FORMACIÓN Y/O COORDINACIÓN

FORMACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA

CARGO/SECTOR		***Acción Formativa***	***Obligatoria***
Coordinadora Programa	Profesorado	Jornada Inicial de coordinación	Sí
Coordinadora Programa	Profesorado	Jornada Final de coordinación	Sí
Coordinadora	Profesorado	Moodle Creciendo en Salud	No
Profesorado	Profesorado	Formación a distancia	No
Profesorado	Profesorado	Formación CEP	No
Familias	Familias	Escuela de familias	No
Toda la comunidad educativa	Toda la comunidad educativa	Talleres temáticos	No

8. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y ACTUACIONES

LÍNEA DE INTERVENCIÓN	ACTIVIDAD	RESPONSABLE	DESTINATARIOS	TEMPORALIZACIÓN
Educación emocional	Tutorías lectivas sobre las normas de convivencia	Tutores	1º, 2º, 3º y 4º. ESO	1º Trimestre
Educación emocional	Actuaciones sobre prevención de acoso escolar	Todo el profesorado	1º, 2º, 3º y 4º. ESO	1º, 2º y 3º Trimestre
Educación emocional	Información sobre el programa de Mediadores	Departamento de Convivencia	Toda la comunidad educativa	1º Trimestre
Educación emocional	Formación avanzada para Mediadores	Departamento de Convivencia	Alumnado mediador de 3º ESO	1º Trimestre
Educación emocional	Taller de sensibilización sobre la discapacidad	DACE	Todos los cursos	1º Trimestre
Educación emocional	Taller de sensibilización sobre tipos de relaciones en pareja	Psicóloga clínica.	4º ESO	2º Trimestre
Educación emocional	Confección de un "Decálogo sobre educación emocional"	Orientadora. Departamentos de idiomas. Departamento artístico	2º, 3º y 4º ESO	1º, 2º y 3º Trimestre
Educación emocional + Hábitos de vida saludable	Actividad "Tu familia te alimenta"	Coordinadora Forma Joven	Todos los cursos	3º Trimestre. Día de la Familia
Sexualidad y relaciones igualitarias	Charla sobre educación sexual	Centro Orientación Sexual para Jóvenes	4º ESO y FPb2	1º Trimestre
Sexualidad y relaciones igualitarias	Asesoramiento sobre problemas sobre la salud sexual o en las relaciones	Tutores. Asesoras Centro de Salud	1º, 2º, 3º y 4º ESO. 1º Bachillerato	1º, 2º y 3º Trimestre
Sexualidad y relaciones igualitarias	Charla de sensibilización sobre educación sexual	Asesoras Centro de Salud	1º, 2º, 3º y 4º ESO. 1º Bachillerato	1º, 2º y 3º Trimestre
Sexualidad y relaciones igualitarias	Confección de un "Decálogo sobre sexualidad y relaciones igualitarias"	Departamento de Biología y geología. Departamentos de idiomas. Departamento artístico	3º ESO	1º, 2º y 3º Trimestre

Prevención de drogodependencias	Taller de prevención del consumo de alcohol	Fundación Alcohol y Sociedad	FPb y 1º ESO	1º y 3º Trimestre
Prevención de drogodependencias	Taller de prevención del consumo de cannabis	FAD, Ciudades ante las drogas	3º y 4º ESO	2º Trimestre
Prevención de drogodependencias	Taller de prevención de drogodependencias	Proyecto Hombre	FPb1 y FPb2	2º Trimestre
Prevención de drogodependencias	Confección de un "Decálogo sobre prevención de drogodependencias"	Departamento de Física y química. Departamentos de idiomas. Departamento artístico	3º ESO	1º, 2º, y 3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Control de peso e IMC	Departamento de Educación Física	3º ESO	Octubre
Hábitos de vida saludable	Concurso "Disfruta la Fruta"	Tutores. Departamento de Educación Física	1º, 2º, 3º y 4º ESO	1º, 2º, y 3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	"Fruteo en el recreo"	Departamento de Educación Física	Todos los cursos	1º, 2º y 3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Grupo de trabajo "El beneficio de la actividad física al aire libre en la FPb"	Profesorado FPb. Departamento de Comercio	FBb1 y 2	1º, 2º y 3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Fomento y práctica de la higiene personal en la realización de las actividades físicas	Departamento de Educación Física	1º, 2º, 3º y 4º ESO. 1º Bachillerato. FPb1 y 2	1º, 2º y 3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Fomento de la actividad física fuera del centro educativo.**#masdeporteiesvalledelazahar** etiquetando **@mas.dxt** en Instagram.	Beatriz Rosas (Departamento de Educación Física)	4º ESO y 1º Bachillerato	1º, 2º y 3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Taller de sensibilización sobre primeros auxilios	Cruz Roja	3º y 4º ESO. 1º Bachillerato. FPb1 y 2	2º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Fomento de hábitos saludables de alimentación a través de actividades interactivas	Proyecto bilingüismo	1º ESO	2º Trimestre
Hábitos de vida saludable	"Master Chef saludable"	Javier Moreno (Departamento de Educación Física)	2º ESO	3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Carrera de San Isidro	Ayuntamiento de Cártama	Toda la comunidad educativa	3º Trimestre
Hábitos de vida saludable	Confección de un "Decálogo sobre hábitos de vida saludable"	Departamento de Educación Física. Departamentos de idiomas. Departamento artístico	1º y 4º ESO	1º, 2º y 3º Trimestre

Educación vial	Charla de sensibilización sobre educación vial	DGT. Jefatura Provincial de Tráfico	4º ESO y FPb1 FPb2	2º Trimestre
Educación vial	Confección de un "Decálogo sobre normas cívicas y viales"	Departamento de Filosofía. Departamentos de idiomas. Departamento artístico	3º ESO	1º, 2º y 3º Trimestre
Uso positivo de las TIC	Taller sobre seguridad en las redes. Curso sobre herramientas de ofimática	AndalucíaDigital	2º ESO y 2º Bachillerato	2º Trimestre
Uso positivo de las TIC	Taller sobre derechos del consumidor en la red, compras y hojas de reclamaciones online	Asociación de consumidores Al-Andalus	4º ESO y FPb2	1º y 2º Trimestre
Uso positivo de las TIC	Confección de un "Decálogo sobre el uso positivo de las TIC"	Departamento TIC. Departamentos de idiomas. Departamento artístico	3º ESO	1º, 2º y 3º Trimestre

9. RECURSOS EDUCATIVOS

a) Materiales digitales

- MARCO TEÓRICO DE REFERENCIA DEL PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE HHVS
- PORTAL DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE
  En éste se incluyen las guías didácticas de cada línea de intervención, proporcionadas por la Consejería de Educación de la Junta de Andalucía.
- CÓMO AFRONTAR DE FORMA SALUDABLE LA CRISIS DE LA COVID-19
  Recomendaciones generales y específicas sobre cómo actuar poniendo en práctica todas las líneas de intervención del programa de Hábitos de Vida saludable.
- COLABORA 3.0
  Plataforma colaborativa para búsqueda y difusión de materiales de forma libre.
- REDES SOCIALES DEL PROGRAMA DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE
  @ProEdSaludable
  Youtube
- PROGRAMA EDUCATIVO SOBRE LA ADOLESCENCIA
  Material para el profesorado, alumnado y familias.
- FUNDACIÓN ALCOHOL Y SOCIEDAD
  Guías para las familias, el alumnado y el profesorado.
- CUESTIONARIO PARA EL ESTUDIO DE LA OPINIÓN SOBRE LA VIOLENCIA DE GÉNERO
  Elaboración propia. Realizado por los departamentos de comercio y coeducación.

b) Materiales tangibles

- DECÁLOGOS SOBRE BUENAS PRÁCTICAS DE CADA UNA DE LAS LÍNEAS DE INTERVENCIÓN EN CADA UNO DE LOS IDIOMAS QUE SE IMPARTEN EN EL CENTRO
  Elaboración propia. Realizados por diversos departamentos de las diferentes áreas y los departamentos artístico y de idiomas.
- TRÍPTICO SOBRE EL BUEN USO DE LAS TIC
  Elaboración propia. Realizados por el departamento de tecnología y plástica.

c) Humanos

- Tutores y profesorado. Departamento de Orientación.
- AMPA
- Alumn@s (mediadores o no).
- Enlace del centro de Salud.
- Voluntarios y expertos de las diferentes asociaciones, fundaciones e instituciones.
- Policía local y Guardia civil.
- Personal del ayuntamiento.
- Red de profesionales encargados de la orientación y asesoramiento sobre las diferentes líneas de intervención en todos sus niveles*.

*En este sentido he de apuntar que siempre he recibido respuesta a mis consultas. Sólo en el caso de la Red Guadalinfo los e-mail no tienen ningún receptor y son devueltos como si la dirección fuese incorrecta: guadalinfo.cartama@agora.es

10. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN

- **Colabora 3.0:** Web colaborativa Junta de Andalucía*. A través de esta plataforma haremos la difusión de los contenidos y materiales de interés elaborados por nuestro centro.
- **Claustro/Consejo escolar:** Se utilizarán para la comunicación general acerca del Programa Forma Joven tanto al profesorado como a las familias.
- **Web del centro:** http://www.iesvalledelazahar.com/forma-joven/ Es un acceso público (comunidad educativa, otros centros, instituciones…) al calendario de actividades, seguimiento del programa y pruebas gráficas y productos finales de nuestras actividades. La muestra gráfica de los proyectos llevados a cabo se podrá visualizar en al apartado **NUESTRO PROYECTO EN IMÁGENES** de nuestra web.
- **Correo electrónico corporativo:** Servirá para realizar comunicaciones puntuales, convocar las reuniones del EPS, contactar con los miembros del profesorado, tutor@s o el departamento de orientación cuando las circunstancias no permitan hacerlo de forma presencial o como medio de coordinación asíncrono.
- **Reuniones telemáticas/presenciales:** Principalmente las que se han establecido con el EPS. Este curso, por las especiales circunstancias, primará la modalidad telemática.
- **DACE:** El departamento de actividades extraescolares es un pilar fundamental de comunicación y difusión de las actividades (tanto de las que son de realización inminente, como las más alejadas en el tiempo).
- **Tablón informativo:** El centro cuenta con un tablón de acceso a toda la comunidad educativa en el que se presenta información de interés sobre las diferentes líneas de intervención, forma de contacto con el/la profesional del centro de salud, etc.

- **Plan Educativo de Centro:** El plan de actuación del programa será publicado en el mismo.
- **Documentos compartidos:** Herramienta utilizada para optimizar el trabajo colaborativo en tiempos de COVID que servirá para dejar constancia del contenido de las reuniones del EPS, así como para ir estableciendo las propuestas de mejora.
- **Instagram:** @formajovenazahar

*Los contenidos elaborados se pueden encontrar con mayor facilidad poniendo en el buscador *Formajoven-Valledelazahar*

11. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

El **seguimiento externo** del programa pasa por, en primer lugar, la valoración del plan de actuación. Después, la realización de un formulario de seguimiento disponible en Séneca (febrero); la jornada final de coordinación; y, por último, la cumplimentación de la memoria final en el mes de junio, también a través de la plataforma Séneca.

A **nivel interno**, el seguimiento del Programa Forma Joven en nuestro centro comienza con el análisis inicial y la determinación del punto de partida por parte del equipo promotor de la salud. El seguimiento se basa, como no puede ser de otra manera, en las reuniones mensuales que se llevarán a cabo según el cronograma siguiente:

CRONOGRAMA DE REUNIONES

Nº SESIÓN	FECHA	MOTIVO	FORMA
1	22/09/2020	Nombramiento de los miembros y creación del equipo promotor de la salud.	Telemática
2	20/10/2020	Esbozo plan de actuación. Puesta al día sobre las actividades.	Telemática
3	24/11/2020	Información sobre jornada inicial de coordinación. Propuesta plan de actuación.	Presencial
4	**22/12/2020**	**Evaluación fin 1º trimestre. Valoración de consecución de los objetivos.**	Telemática
5	26/01/2021	Puesta al día sobre las actividades. Propuestas de formación y efemérides	Presencial
6	**23/03/2021**	**Evaluación fin 2º trimestre. Valoración de consecución de los objetivos.**	Telemática
7	27/04/2021	Puesta al día sobre las actividades. Propuestas de formación y efemérides	Presencial
8	**25/05/2021**	**Evaluación fin 3º trimestre. Valoración de consecución de objetivos.**	Telemática
9	**22/06/2021**	**Evaluación final. Propuestas de mejora próximo curso.**	Telemática

De manera informal se recibirán de buen grado todas las sugerencias por parte de cualquier miembro de la comunidad educativa.

a) Propuestas de mejora

De la puesta en común del equipo se sacarán las pertinentes conclusiones, que quedarán recogidas en forma de propuestas de mejora en la siguiente **TABLA COMPARTIDA**.
Aunque se han establecido fechas concretas para la evaluación de los objetivos conseguidos, estos son susceptibles de ser revisados, modificados, adaptados y ampliados siempre que las necesidades de nuestro alumnado así lo requieran. Por lo tanto, se tendrá en cuenta cualquier propuesta, aun sin que ésta sea planteada en las fechas establecidas para la valoración de nuestro programa.

b) Otras consideraciones

Está entre nuestros objetivos el galardón **"Sello de Vida Saludable"**, por el que estamos trabajando.

Participaremos, igualmente, en los **"Premios Vida Sana"** de la Fundación Caser.