


E.I. "GLORIA FUERTES"
CRECIENDO EN SALUD 2022/2023



E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



 **CENTRO:** E.I. "GLORIA FUERTES"

 **CURSO:** 2022/2023

 **COORDINACIÓN:** CAROLINA MENDOZA MARTÍNEZ

 **EQUIPO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD:**

- EQUIPO DIRECTIVO:
 - Salvadora Alcántara Terrón, Pilar Medel Godoy y Carolina Mendoza Martínez
- COORDINADORA: Carolina Mendoza Martínez
- ENFERMERA DE REFERENCIA: Margarita Ruiz Cepe
- COORDINADORA DE BIENESTAR Y PROTECCIÓN DEL ALUMNADO:
 - Salvadora Alcántara Terrón
- COORDINADORA PLAN TDE y RESPONSABLE CompDigEdu: Carolina Mendoza Martínez
- COORDINADORA PLAN DE CONVIVENCIA y ESCUELA ESPACIO DE PAZ:
 - Rosario Dolores Sánchez López
- COORDINADORA PLAN DE BIBLIOTECA: M^a del Carmen Zambrana Rey
- COORDINADORA PLAN DE IGUALDAD: M^a Milagrosa Trujillo Zamora
- EQUIPO DE ORIENTACIÓN EDUCATIVA
- TODO EL PROFESORADO
- AMPA
- ALUMNADO
- PTIS y CONSERJE

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



CRONOGRAMA DE REUNIONES

- En **septiembre** se constituyó el **E.P.S** una vez informado el Claustro y el Consejo Escolar de la participación del centro en el programa de Hábitos de Vida Saludable en su modalidad de Creciendo en Salud.
- Las reuniones del **E.P.S** se llevarán a cabo **mensualmente**, en el horario de las reuniones de Equipo de Ciclo ya que participa todo el profesorado del centro y es el momento idóneo para exponer ideas y propuestas que puedan luego recogerse en las distintas programaciones de aula.

 LÍNEA DE INTERVENCIÓN OBLIGATORIA: EDUCACIÓN EMOCIONAL.

 LÍNEA DE INTERVENCIÓN OPTATIVA: ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



INDICE

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO	1
2. OBJETIVOS GENERALES.....	2
3. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN A DESARROLLAR.....	4
A. EDUCACIÓN EMOCIONAL	4
B. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.....	8
4. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR	11
5. PROPUESTA DE FORMACIÓN Y /O COORDINACIÓN	12
6. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES A REALIZAR	13
A. EDUCACIÓN EMOCIONAL	14
B. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE.....	15
7. RECURSOS EDUCATIVOS	19
8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN	24
9. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN	25

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



1. ANÁLISIS DEL ENTORNO

Nuestra escuela de Educación Infantil "Gloria Fuertes", se encuentra situada en el centro de Málaga Capital.

La clase socioeconómica del barrio se puede considerar de tipo medio, con un aceptable nivel de vida que se refleja en la propia dinámica de la escuela. Es una zona con bastantes comercios y varios centros comerciales a su alrededor, lo que puede incitar al consumo de la población.

El nivel cultural de las familias es medio, colaborando y mostrando interés por la educación de sus hijos/as, en la mayoría de los casos.

Nuestro centro acoge significativamente a niños/as inmigrantes y también a niños/as con NEAE, lo que hace que las demandas sean mucho más variadas y a su vez mucho más enriquecedoras.

El *patio de recreo* es muy grande y se utiliza diariamente para las sesiones de psicomotricidad de los distintos niveles y para las clases extraescolares de deporte, promovidas por la **Agencia Pública Andaluza de Educación y Formación**, a través del **Plan de Apoyo a las Familias Andaluzas**. Así mismo, el centro está rodeado de varios parques infantiles, gimnasios y unas instalaciones deportivas comunitarias en las que se pueden realizar un gran número de actividades deportivas.

Como en todos los centros los problemas que acontecen en la sociedad del siglo XXI influyen significativamente en el día a día de nuestros alumnos/as, afectando directamente a la correcta socialización de éstos, debido a los grandes cambios sociales y afectivos que se presentan, sin que de tiempo para su asimilación y a los malos hábitos que se van adquiriendo en cuanto alimentación y sedentarismo.

En nuestros días ya estamos sujetos a una amplísima gama de necesidades, algunas fácilmente reconocibles (alimentación, descanso, ejercicio...) y otras más difíciles de identificar como la autoestima, la realización personal, las emociones, etc.

Sabiendo que es en la infancia donde se construyen las bases para una correcta y equilibrada posición en la vida, es por lo que con este plan se trata de crear un espacio y dar oportunidades a los alumnos/as de nuestro centro de ejercitar procedimientos básicos de entrenamiento en habilidades emocionales (observar, sentir, reflexionar, actuar, conocerse y conocer a los otros, sentirse en la piel de los que de una u otra forma son iguales y diferentes a ellos mismos, crear recursos propios que les preparen para este mundo necesariamente plural) y entrenamiento en hábitos de vida saludable, destacando la preparación física y una alimentación equilibrada.

Entendemos que una alimentación equilibrada es importante, sobre todo, en los niños y niñas en continuo crecimiento y aprendizaje, en la que es esencial saber comer de forma correcta. Junto a la práctica diaria de ejercicio físico son dos de los pilares que garantizan buena salud en su significado más general y amplio.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



El cambio hacia un estilo de vida más saludable implicará especialmente a las familias y en mayor grado a toda la comunidad educativa y así poder lograr los propósitos saludables.

2. OBJETIVOS GENERALES

Los centros educativos, junto con la familia, son los ámbitos socializadores clave donde tiene lugar el desarrollo de las personas en sus etapas más tempranas, ejerciendo un papel importante en la configuración de su conducta y de los valores personales y sociales de la infancia. Por eso el ámbito educativo es un espacio idóneo para abordar la Promoción de la Salud. Ésta incluye la intervención sobre el entorno, tanto para reforzar los factores que contribuyen al desarrollo de hábitos de vida saludables como para modificar aquellos que impiden ponerlos en práctica.

El enfoque tradicional de Promoción de la Salud se ha basado en concebir a la persona como un sujeto pasivo que se enfrenta a diversos riesgos para su salud. Sin embargo, la nueva óptica conocida como **perspectiva salutogénica** pone el énfasis en aquello que genera salud y no en lo que provoca enfermedad.

Las personas tienen características propias y viven en entornos que tienen un efecto protector o de riesgo para la salud según el equilibrio que se establezca entre ellas. Son los llamados "**activos para una vida saludable**" y el objetivo de la promoción de la salud debe ser fomentarlos, interviniendo sobre las personas y los entornos en que viven.

Con este fin y a través de este programa, la Escuela Infantil "Gloria Fuertes" pretende fomentar hábitos saludables en el alumnado con los siguientes **objetivos**:

- Reconocer la salud como derecho fundamental de la persona.
- Contextualizar la salud en las situaciones sociales y en las condiciones de vida que influyen en ella.
- Incorporar conocimientos, actitudes y hábitos positivos para la salud.
- Contribuir a reducir problemas de salud relacionados con la alimentación, y en definitiva a mejorar hábitos alimenticios.
- Incrementar y consolidar la proporción de frutas y hortalizas en la dieta infantil.
- Formar y concienciar de los beneficios saludables de las frutas y hortalizas.
- Crear nuevos estilos de vida saludables y respetuosos con el medio ambiente. Hacer partícipes a las familias y al profesorado como piezas claves.
- 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.
- Identificar diferentes tipos de emociones, en sí mismos y en los demás.
- Facilitar las relaciones interpersonales que creen un clima de convivencia agradable para todos.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Sensibilizar sobre la importancia de realizar actividad física y llevar una alimentación basada en la dieta mediterránea, haciendo hincapié en el aumento de consumo de frutas y hortalizas y en la disminución del consumo de bebidas azucaradas y alimentos ultra-procesados.
- Utilizar los activos en salud comunitarios para que la actividad física se convierta en un hábito necesario y no una actividad puntual en la vida de los niños/as.

Desarrollados a través de las cuatro **dimensiones** en la promoción de la salud en la escuela:

- ✓ **Dimensión curricular:** trabajando en el aula los distintos valores y hábitos en coordinación y colaboración con los otros planes desarrollados en el centro.
- ✓ **Dimensión del entorno interno del Centro:** coordinando a todos los cursos para fomentar estos hábitos y valores.
- ✓ **Dimensión familiar:** animando al alumnado y su familia a llevar una vida saludable en la que la práctica deportiva sea un hábito y a tomar muchas frutas y hortalizas.
- ✓ **Dimensión de coordinación y colaboración con los recursos externos al Centro:** recibiendo fruta para que nuestros alumnos y alumnas los tomen en el Centro y utilizando los activos en salud de la comunidad.

Y siguiendo en todo momento las **indicaciones sobre higiene** recogidas en las Recomendaciones de Prevención, Protección. Covid-19. de nuestro centro.

En definitiva, el programa tiene como finalidad **capacitar a los alumnos y alumnas en la toma de decisiones para que la elección más sencilla sea la más saludable, promover un cambio metodológico en el profesorado hacia metodologías activas basadas en la investigación participativa, así como, favorecer el vínculo con la comunidad, fomentando entornos inclusivos más saludables y sostenibles.**

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



3. LÍNEAS DE INTERVENCIÓN A DESARROLLAR

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), la **salud** se define como “un estado completo de bienestar físico, psicológico y social, y no la mera ausencia de enfermedad”.

Éste es un concepto integral de salud que hace referencia no solo a los aspectos físicos o fisiológicos sino a la globalidad de la persona, incluyendo su dimensión psicológica y de bienestar social, permitiendo el logro de una educación integral, asentada en los cuatro pilares educativos que propone la UNESCO:

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

*Porque la **salud y el bienestar constituyen una condición de posibilidad del proceso de aprendizaje y, a su vez, aprender y asistir a la escuela mejoran la probabilidad de estar sano y feliz y ayuda a reducir las desigualdades que están en el origen de muchos problemas de salud.***

Partiendo de esta premisa en nuestro Plan de Actuación se trabajarán los objetivos propuestos por el Programa para la Innovación Educativa “Hábitos de Vida Saludable” en su modalidad “Creciendo en salud”.

La selección y organización por líneas de intervención responde a las necesidades de planificación curricular ya que el tratamiento de la promoción y educación para la salud es un proceso holístico y transdisciplinar.

Para ello nos centraremos en las siguientes **líneas de intervención** cuyos bloques temáticos, con sus respectivos objetivos y contenidos específicos, son:

A. EDUCACIÓN EMOCIONAL

La educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar la adquisición de las competencias emocionales como elemento esencial del desarrollo humano, con objeto de capacitar a la persona para la vida y aumentar el bienestar personal y social.

El desarrollo de éstas permite que los alumnos/as aprendan mejor y potencien sus resultados académicos contribuyendo a prevenir problemas emocionales y conductuales futuros.

Se llevará a cabo a través de los siguientes **bloques temáticos**:

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



1. Conciencia emocional

Es la capacidad para tomar conciencia de las propias emociones y las de los demás y darles nombre.

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Percibir con precisión los sentimientos y emociones propios y ajenos.
- Reconocer y utilizar el lenguaje emocional (verbal y corporal) de forma apropiada.
- Identificar situaciones que pueden producir alegría, tristeza, enfado, miedo, calma, compromiso...
- Identificar diferentes tipos de emociones, en sí mismos y en los demás, así como el significado que tienen a través de la auto-observación y la observación de las personas que tienen a su alrededor. La alegría, la tristeza, el enfado, el miedo, o la calma, en sí mismo y en los demás.
- Comprender las emociones de los demás.
- Conocer la relación entre emoción, pensamiento y conducta.

✚ Los **contenidos** a trabajar son:

- Vocabulario emocional: alegría (sonrisa, contento, entusiasmo, euforia), miedo (preocupación, temor, pánico), tristeza, enfado, rabia y calma.
- Tipos de emociones: las propias y las ajenas.
- Comprensión de emociones a través del lenguaje verbal y no verbal.
- Identificación de las emociones a través de los colores.

2. Regulación emocional

Es la capacidad para manejar, regular y expresar las emociones de forma apropiada, saber afrontar emociones negativas y generar emociones positivas.

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Reconocer cómo en ocasiones nos cuesta controlar nuestros sentimientos.
- Enseñarles a convertir una emoción negativa en una positiva.
- Hacerles ver que las emociones negativas les hacen daño a ellos mismos.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Aprender a tolerar la frustración para prevenir estados emocionales negativos(ira, estrés, ansiedad, miedo)
- Responder de forma apropiada a las emociones que experimentamos, utilizando técnicas como el diálogo interno, la introspección, la meditación, la respiración o la relajación, el yoga y juego con canciones.
- Destacar la importancia de saber mantenerse tranquilos ante situaciones que puedan producirles emociones negativas.

✚ Los **contenidos** a trabajar son:

- Regulación emocional y autoconciencia.
- Habilidades de afrontamiento.
- Expresión de emociones.
- Auto-generación de emociones positivas.

3. Autonomía emocional

Conjunto de características relacionadas con la autoestima, la actitud positiva ante la vida, la responsabilidad y capacidad para analizar críticamente las normas sociales, la capacidad para buscar ayuda y recursos, así como con la auto-eficacia emocional.

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Tener una imagen positiva de sí mismo, ajustada a la realidad.
- Potenciar las emociones positivas que aumentan el bienestar personal y la autoestima.
- Transmitir pensamientos positivos: aprendemos más y mejor si estamos contentos, felices y alegres.
- Desarrollar destrezas y habilidades para afrontar nuevas situaciones que produzcan tristeza, enfado, miedo y afrontar los problemas de forma pacífica.
- Adquirir habilidades para revisar la propia conducta y asumir las consecuencias que se derivan de ella.
- Dotarles de fortaleza psicológica para superar obstáculos o situaciones adversas.

✚ Los **contenidos** a trabajar son:

- Autoestima y auto-concepto positivo.
- Actitud positiva.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Responsabilidad.
- Resiliencia.

4. Competencia social

Es la capacidad para mantener buenas relaciones con otras personas, saber comunicarse, tener respeto, actitudes prosociales y asertividad.

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Facilitar las relaciones interpersonales y la solución de los conflictos, creando un clima de convivencia agradable para todos.
- Fomentar actitudes y conductas pro-sociales.
- Hacerles ver la importancia y la necesidad de respetar a los demás y sus sentimientos.
- Desarrollar la empatía para comprender a los compañeros y compañeras.
- Aprender a colaborar en equipo para resolver problemas.
- Desarrollar habilidades sociales y valores para la mejora de la convivencia.
- Aceptación de las normas básicas de convivencia establecidas de forma consensuada que garanticen un clima agradable para todos.
- Decir "no" y mantenerlo, aceptando que el otro te pueda decir "no".
- Reconocer los problemas que conlleva relacionarse con los demás con agresividad, la necesidad de no pegar y de relacionarse con afecto.

✚ Los **contenidos** a trabajar son:

- Habilidades sociales básicas. La primera *escuchar*.
- Respeto a los demás.
- Técnicas de resolución de conflictos.
- Comportamiento pro-social.
- Compartir emociones.
- Asertividad.

5. Competencia para la vida y el bienestar

Es la capacidad para adoptar comportamientos apropiados y responsables, adquirir un mayor bienestar personal, sentirse bien, disfrutar de las actividades cotidianas, saber

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



cuidarse...

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Desarrollar habilidades, actitudes y valores para organizar la vida de forma sana y equilibrada.
- Conocer los derechos y deberes de la infancia.
- Asumir la responsabilidad por las propias decisiones.
- Dotar de la capacidad de crear por sí mismo situaciones agradables en las que pueda sentirse feliz.
- Identificar la necesidad de pedir apoyo (saber cómo y dónde pedir ayuda).

✚ Los **contenidos** a trabajar son:

- Toma de decisiones responsables.
- Búsqueda de apoyo y recursos disponibles.
- Ciudadanía activa.
- Generación de experiencias óptimas.

B. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

La educación para la salud es un proceso educativo que tiene como finalidad responsabilizar a la ciudadanía para la defensa de la salud propia y colectiva. Una alimentación poco saludable y el no practicar actividad física con regularidad son las principales causas de las enfermedades crónicas más importantes.

Los cambios sociales y laborales de la sociedad española han provocado importantes modificaciones en los estilos de vida que han llevado a un alejamiento de la dieta mediterránea y al incremento del sedentarismo.

Los estilos de vida de las personas configuran su modo de vivir, por lo que modificarlos es el elemento que potencialmente tiene mayor capacidad de influir en la salud.

Se llevará a cabo a través de los siguientes **bloques temáticos**:

1. Actividad física.

La actividad física tiene efectos demostrados sobre la salud infantil y el estado de salud durante la infancia repercutirá en el estado de salud en la edad adulta.

Además contribuye a la movilidad sostenible que tiene como objetivo limitar los

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



efectos negativos del transporte y los desplazamientos sobre el medio ambiente.

Es imprescindible el enfoque de género para fomentar la actividad física y reducir las conductas de ocio sedentario ya que, generalmente, las niñas son menos activas físicamente que los niños

Sin olvidar que el descanso y el sueño son imprescindibles para compensar el esfuerzo y recuperar el tono óptimo muscular y nervioso. En la infancia es conveniente dormir entre 8 y 10 horas.

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Fomentar la práctica de la actividad física en la vida diaria como un medio para ser feliz.
- Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables
- Valorar la práctica de ejercicio físico para la prevención de enfermedades.
- Promocionar y facilitar información al alumnado sobre los clubs e instalaciones deportivas existentes en la localidad.
- Fomentar la práctica deportiva en horario extraescolar con actividades lúdico-deportivas en el propio centro.
- Contribuir a que las familias y el entorno escolar se conviertan en agentes dinamizadores de la práctica de la actividad física y el deporte en la edad escolar.
- Trasladar a las familias su importancia así como la de su colaboración.

✚ Los **contenidos** a trabajar son:

- Importancia de la actividad física y deporte.
- Relación entre la alimentación y la salud y/o enfermedad.
- Relación entre ejercicio físico y salud (la mejora de enfermedades).
- Importancia del descanso suficiente.
- El sedentarismo. Consecuencias.
- Fomento del desplazamiento a pie y transportes ligeros (patinetas, bicicletas...).
- Clubs e instalaciones deportivas de la localidad y como acceder a ellas.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



2. Alimentación saludable.

La adquisición de hábitos alimenticios saludables contribuye a la prevención de enfermedades que se manifestarán en la edad adulta.

La familia desempeña un papel clave en la configuración de un patrón de consumo responsable al ser el primer modelo de referencia en la infancia.

Durante la edad escolar, el profesorado, el alumnado y las demás personas del entorno escolar, junto con la publicidad y los líderes sociales, adquieren mayor relevancia, por lo que, el colegio es un lugar idóneo para favorecer la adquisición de hábitos saludables.

Los sentidos y las emociones personales juegan un papel muy importante a la hora de relacionarnos con la comida. De ahí la importancia de adquirir unos hábitos alimentarios adecuados que nos conduzcan a una relación saludable con la comida.

Nuestro centro lleva varios años disfrutando del Plan Escolar de Consumo de Frutas y Hortalizas en las Escuelas, siendo un vehículo de iniciación a la mejora de la alimentación muy valorado por nuestra comunidad educativa.

✚ Los **objetivos** a trabajar son:

- Valorar nuestra dieta mediterránea como fuente de salud y bienestar.
- Conocer la diferencia entre nutriente y alimento y clasificar alimentos por su origen.
- Conocer la rueda de los alimentos según los diferentes nutrientes que contienen.
- Conocer los alimentos según el color, la estación del año en que son propios y sus beneficios.
- Crear sentido crítico ante la publicidad sobre la alimentación.
- Promover una alimentación saludable haciendo hincapié en el consumo de fruta y verdura.
- Valorar la importancia del desayuno saludable para el inicio de la jornada y del rendimiento académico a lo largo del día.
- Mejorar los hábitos alimenticios para prevenir el sobrepeso y los trastornos alimenticios.
- Evitar el consumo excesivo de golosinas y de alimentos no saludables.
- Reforzar las actividades preventivas llevadas a cabo en la casa sobre salud bucodental.
- Proporcionar a las familias información sobre una alimentación adecuada durante la infancia y la adolescencia.
- Trasladar a las familias su importancia así como la de su colaboración.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



Los **contenidos** a trabajar son:

- Diferencia entre "nutriente" y "alimento".
- Clasificación de los alimentos. La rueda de la alimentación.
- La dieta mediterránea. Alimentos saludables.
- Desayuno saludable.
- Alimentos por colores propios de cada estación: beneficios.
- Alimentación / Publicidad engañosa.
- Hábitos alimenticios para prevenir el sobrepeso y los trastornos alimenticios.
- Hábitos para una correcta higiene bucal.

4. **ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR**

Todos los objetivos planteados en este plan de actuación se desarrollarán a lo largo de todo el curso y se integrarán en todas las áreas curriculares, de manera que su puesta en práctica no lo contemplen los alumnos como una actividad aislada, sino como un continuo de situaciones de aprendizaje encaminadas a mejorar las competencias básicas y a mejorar su actividad escolar, personal y social.

La promoción de la salud, así como las distintas líneas de intervención que se van a desarrollar, están especialmente relacionadas con la primera área de conocimiento y experiencia del currículo de educación infantil "Crecimiento en armonía" (aunque no puede separarse de las otras dos, indispensables para su desarrollo óptimo), la cual se establece en torno a las líneas de intervención:

- ❖ **Educación emocional:** Las situaciones de contacto personal con sus iguales, en tareas compartidas y en los juegos de grupo, les ayudarán a ir construyendo el conocimiento de sí mismo y facilitando la resolución de conflictos, aprendiendo a identificar y expresar sus deseos, emociones y vivencias, intereses propios y de los demás. Avanzando en una adaptación de los propios sentimientos y emociones a cada contexto, así como a la asociación y verbalización progresiva de causas y consecuencias de emociones como amor, alegría, miedo, tristeza o rabia.
- ❖ **Estilos de vida saludable:** Será necesario acercar a los alumnos y alumnas de nuestro centro a un mundo saludable, a través de una dieta equilibrada y la realización de ejercicios y juegos que desencadenen la no pasividad física.

Las **estrategias** a seguir serían:

- a. Establecimiento de dos días (miércoles y viernes) para el consumo de fruta, así como una propuesta de **desayuno saludable** para el resto de la semana. Se recomienda traer una

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



pieza pequeña a diario aunque se desayune otro alimento.



MENÚ
SALUDABLE.docx

- b. Trabajo de las **emociones** a través de cuentos, dramatizaciones, videos, películas, dinámicas de grupo, emoticantos, técnicas de meditación y de resolución de conflictos, etc. Ver recursos.
- c. **Colaboración transversal** con el resto de Programas llevados a cabo en el centro (Biblioteca, Escuela Espacio de Paz, Convivencia e Igualdad). Las actividades planteadas se enmarcan dentro de los distintos planes y cada uno de ellos se enriquece con las distintas aportaciones. De ahí que las reuniones de E.P.S se realicen en los equipos de ciclo.

En la biblioteca podemos encontrar todos los libros necesarios para trabajar las emociones necesarias para que la convivencia entre todos los miembros de la comunidad educativa sea la adecuada. Si conseguimos transmitir la importancia de vivir en Paz tendremos alumnos/as respetuosos que fomentarán la igualdad.

Las actividades de los otros planes se realizan conjuntamente con éste dado que las emociones y los hábitos saludables se pueden trabajar con el Proyecto de Biblioteca, fomentando actuaciones igualitarias que es lo que se pretende con el Plan de Igualdad, todo en un entorno pacífico de convivencia, Escuela Espacio de Paz y Convivencia.

- d. **Coordinación** con las actividades extraescolares relacionadas con la actividad física (deporte y baile).

5. PROPUESTA DE FORMACIÓN Y /O COORDINACIÓN

Este año la coordinadora del Programa de Hábitos de Vida Saludable participará en:

- Jornada Inicial del Programa Creciendo en Salud (Noviembre).
- Moodle del Programa Hábitos de Vida Saludable.
- Jornada Final de Coordinación (Abril /Mayo).

También existe esta oferta formativa a distancia de carácter voluntario para todo el profesorado participante:

- Curso para la elaboración del Plan de Actuación.
- Curso online sobre la Promoción de Hábitos de Vida Saludable en los centros educativos desde un enfoque innovador, "HHVS-CRECIENDO EN SALUD".

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Curso online "Ecohuerto" para centros beneficiarios del Plan Escolar de Consumo de Fruta y Hortalizas.
- Curso online Olimpismo en la escuela, "Tú puedes ser olímpic@".
- Curso online sobre Educación Emocional.

También los diferentes CEPs y el propio Portal de Hábitos de Vida Saludable propondrá formación vinculada al Programa educativo.

Para terminar unos talleres temáticos dirigidos a los diferentes sectores de la comunidad educativa:

- Huertos escolares ecológicos.
- Educación Emocional.
- Uso positivo de las TIC.
- Cesta de la compra(enfermera de referencia).
- Taller del azúcar(enfermera de referencia).
- Salud bucodental(enfermera de referencia).
- Taller del sueño(enfermera de referencia).

6. CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES A REALIZAR

Por las características evolutivas de los grupos de edad a que va dirigido el programa y siguiendo los postulados del constructivismo, proponemos un enfoque metodológico fundamentalmente activo, que permita la construcción de aprendizajes emocionales significativos y funcionales.

La intervención consistirá en poner al alumnado en contextos adecuados en los que se generen procesos de construcción, se favorezcan las situaciones comunicativas y se puedan modelar habilidades y comportamientos.

Los procedimientos más apropiados para el desarrollo de la educación emocional son:

- El juego, en especial el juego simbólico, el juego socio dramático y el juego cooperativo: favorecen importantes avances cognitivos como la capacidad de ponerse en el lugar del otro y la mejora de la comunicación verbal, al tiempo que favorecen la adopción de modos de comportamiento diferentes al permitir la observación de las habilidades que utilizan los iguales.
- Las dramatizaciones, que proporcionan un excelente contexto para educar habilidades socioemocionales, pues permiten el trabajo en "contextos protegidos" en los que los sentimientos no son "reales". Esta estrategia facilita la exploración y la práctica de situaciones, reduce la ansiedad ante situaciones desagradables, facilita la toma de conciencia y comprensión del otro.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



Con nuestra actuación pretendemos fomentar el aprendizaje por descubrimiento y un pensamiento divergente. Como indica **Vygotsky se pretende "enseñar a pensar"**.

Las reuniones del **E.P.S** se llevarán a cabo **mensualmente**, en el horario de las reuniones de Equipo de Ciclo ya que participa todo el profesorado del centro. De esta manera las **actividades** han sido propuestas partiendo de los objetivos y contenidos a desarrollar. A partir de ahí se trabaja de **forma individual y en grupo**.

Se dividirán según las líneas de intervención:

A. EDUCACIÓN EMOCIONAL

Se llevarán a cabo las siguientes:

- Elaboración, por parte de las tutoras de material fotocopiable relacionado con la emoción y con un cuento que se esté trabajando. Tras la narración del cuento, los niños/as tienen que colorear, dibujar, asociar... **Ver recursos**.
- Vamos a elaborar con los **otros planes** un banco de recursos comunes para todos.
- Trabajo en asamblea diario para desarrollar y expresar emociones, dónde todos los niños/as pueden participar y haciendo reflexiones.
- Visualizaciones de vídeos relacionados con las emociones. **Ver recursos**.
- Para trabajar la autoestima (individual y de la clase) elaborar una flor de la autoestima individual y realizar un mural grupal en el que se vea el estado emocional de la clase. Puede ser un jardín cuyas flores sean los niños de la clase. En colaboración con el **Plan de Igualdad, Convivencia y Biblioteca**. En **Primavera**. **Ver recursos**.
- El Día Internacional de la niña, 11 de Octubre, se trabaja junto con el **Plan de Igualdad** visionando unos vídeos y bailando una canción en la clase. **Ver recursos**.
- Para conmemorar el día 25 de Noviembre se trabaja de manera coordinada con el **Plan de Igualdad y Biblioteca**.
- Junto a **Escuela, Espacio de Paz y Convivencia** cada clase establece de manera consensuada las normas de comportamiento en el aula.
- Conmemorar el Día Universal del Niño dando a conocer al alumnado los derechos y deberes que tienen como parte importante de su integración en la sociedad. Se trabajará junto con el día de la Constitución (**6 de diciembre**). Es una actividad en la que participamos **todos los planes juntos**.
- Elaboración de un mural en el que se dibuja un árbol cuya copa está formada por corazones. En cada uno de ellos los niños/as dibujan a su amigo/a más querido. Así se establece el **mapa de los afectos de la clase**. **Para el 14 de febrero**.
- Coordinación escuela-familia para potenciar la autonomía del alumnado en casa y en clase, mejorando así su autoconcepto y autocontrol:

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Decálogo de actitudes positivas para trabajar la paz. En colaboración con el **Plan de Escuela Espacio de Paz y Convivencia**. **Vídeo**.
- Pautas para trabajar la autoestima en casa. **Vídeo**.
- Desarrollo de técnicas de meditación como el yoga y el "mindfulness".
- Actividades coordinadas junto con el **Plan de Igualdad** para trabajar el Día Internacional de la Mujer, el 8 de Marzo.
- Siguiendo con las relaciones igualitarias entre los dos sexos en colaboración con el **Plan de Igualdad y Biblioteca** convertiremos el colegio en un laboratorio para conmemorar el 11 de Marzo, "Día Internacional de la Mujer y la niña en la Ciencia".
- Con el **Proyecto de Biblioteca y el Plan de Igualdad** vamos a reescribir varios cuentos tradicionales cambiando los roles masculinos y femeninos, así como las emociones que trabaja el cuento. **Un cuento por trimestre**. (Día del libro, 23 de Abril).
- Con el **Plan de Igualdad** se trabajarán los diferentes tipos de familias que hay en el centro y se elaborará un trabajo para llevar a casa el 15 de Mayo, Día de las Familias.
- Análisis y reflexión de las emociones y vivencias a través de la música y canciones. **Semanalmente**.
- Realización de juegos de afectividad en las sesiones de psicomotricidad. **Semanalmente**.
- Realización de actividades prácticas para desarrollar la educación emocional. **Semanalmente**. **Ver recursos**.
- Información a las familias de recursos para trabajar en casa.
 - Portal "Escuela de Familias" de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional.
 - Portal "Una ventana abierta a la familia" de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional.
 - www.familiaycole.com

B. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

Se llevarán a cabo las siguientes:

- Realizaremos actividades con los alimentos a través de talleres, y actividades puntuales. Ejemplo: Taller de los frutos secos, taller de los frutos carnosos, taller de zumos, del día de la fruta, taller para realizar un desayuno ideal y equilibrado, taller para realizar el desayuno Andaluz.
- Estudio de los alimentos por su forma, color, tamaño, olor, propiedades, origen. **Ver recursos**.
- Diferenciar entre nutriente y alimento.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Alimentos por estaciones y lugares.
- Elaboración de una propuesta de desayuno saludable. **Ver recursos.**
- Fiesta del otoño con la degustación de frutos típicos de la estación con la presencia de un castañero en el centro.
- Elaboración de un libro de recetas con la ayuda de todas las familias del centro. **Segundo trimestre.**
- Celebración del **Día de Andalucía, 28 de Febrero**, con el tradicional Desayuno Andaluz con aceite del Programa Creciendo en Salud.
- Análisis y reflexión de publicidad engañosa en la alimentación.
- Visionados de documentales, películas, libros, historias, videos, dibujos, etc, sobre los alimentos. **Ver recursos.**
- Elaboración de una rueda de la alimentación. Difusión a las familias. **Segundo trimestre.**
- Difusión de información en los distintos espacios educativos (web y wasap de delegados/as). Decálogo de vida y dieta saludable.
- Con el **Plan de Igualdad** elaborar unas olimpiadas coeducativas en las que se realicen actividades deportivas en un ambiente lúdico y coeducativo con el fin de que las niñas se involucren en ellas igual que los niños y sientan que no hay diferencia entre ambos. **Para el Día del Deporte y la Salud** (5 y 7 de Abril).
- Realización de actividades prácticas para tener una vida activa y sana. **Semanalmente. Ver recursos.**
- Actividades para fomentar ir al colegio andando o en bici. **Ver recursos.**
- Junto al **Plan de Convivencia** trabajar el cuento "La araña Malena" para aprender las normas básicas de Educación Vial. **Tercer trimestre. Ver recursos.**
- Talleres con las familias y el alumnado del centro en colaboración con el Centro de Salud de referencia. Serán en el centro, tanto en horario de mañana como de tarde y estarán a cargo de la **enfermera de referencia** sobre temas diversos que se irán determinando a lo largo del curso según nuestras necesidades.
- Información a las familias de recursos para trabajar en casa.
 - *Escuela online para familias:* <http://opgob.es/3ohqj>
 - *Actividad física y salud.* Guía para las familias. Programa Perseo.
 - *¿Qué hay de merendar? Guía para facilitar las meriendas saludables.* Consejería de Salud y Familias. Junta de Andalucía.
 - *La red de la Sandía.* Guía para elaborar meriendas saludables. **Ver recursos.**
- Coordinación escuela-familia para potenciar un descanso adecuado del alumnado favoreciendo un mejor rendimiento en todos los ámbitos.
 - Pautas para un descanso adecuado. **Vídeo.**
- Realización de actividades para conseguir una correcta higiene bucodental. **Ver recursos.**

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Elaboración y entrega de un diploma acreditativo de la participación en el Programa de Hábitos Saludables "Creciendo en Salud". **Mensual.**

TRIMESTRE	EFEMÉRIDES	3AÑOS	4 AÑOS	5 AÑOS
1º TRIMESTRE	<p>29 Septiembre: Día Mundial del Corazón.</p> <p>10 de octubre: Día de la Salud Mental.</p> <p>11 de Octubre: Día Internacional de la Niña.</p> <p>15 de Octubre: Día Mundial del Lavado de Manos.</p> <p>16 Octubre: Día Mundial de la Alimentación.</p> <p>16 Noviembre: Día Internacional del flamenco.</p> <p>20 de Noviembre: Día Internacional de los Derechos del Niño.</p> <p>25 de Noviembre: Día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer.</p> <p>6 Diciembre: Día de la Constitución</p> <p>10 Diciembre: Día de los Derechos Humanos.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>0. EL COLEGIO.</p> <p>1. CUIDAR UN BEBÉ.</p> <p>2. CALENTAR UNA CUEVA.</p> <p>Murales, pancartas, alimentos, fruticonsejos, frutómetro.</p> <p>Higiene, alimentación y descanso. Su importancia.</p> <p>Necesidad afectiva.</p> <p>Alimentos en otoño. La leche y el agua</p> <p>Hábitos de vida saludable.</p> <p>Actividad física saludable.</p> <p>Cultivando emociones. El flamenco como modo de expresión.</p> <p>Escuchamos y cuidamos nuestro corazón.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>0. ADAPTACIÓN.</p> <p>1. PARA ESTAR SANO...</p> <p>2. VIVIR EN UN CASTILLO.</p> <p>Murales, pancartas, alimentos, fruticonsejos, frutómetro.</p> <p>Higiene, Alimentación y descanso. Su importancia.</p> <p>Necesidad afectiva.</p> <p>Alimentación para los deportistas. Alimentos en otoño. La leche y el agua. Alimentos en la época medieval y formas de preparación.</p> <p>Hábitos de vida saludable.</p> <p>Actividad física saludable.</p> <p>Cultivando emociones. El flamenco como modo de expresión.</p> <p>Escuchamos y cuidamos nuestro corazón.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>0. ADAPTACIÓN.</p> <p>1. MI CUERPO TIENE HUESOS.</p> <p>2. LOS ROMANOS.</p> <p>Murales, pancartas, alimentos, fruticonsejos, frutómetro.</p> <p>Higiene, Alimentación y descanso. Su importancia.</p> <p>Nutrientes y alimentos para nuestros huesos.</p> <p>Alimentos de otoño. La leche y el agua.</p> <p>Alimentos en la época romana y su cocina.</p> <p>Hábitos de vida saludable.</p> <p>Actividad física saludable.</p> <p>Cultivando emociones. El flamenco como modo de expresión.</p> <p>Escuchamos y cuidamos nuestro corazón.</p>
2º TRIMESTRE	<p>30 Enero: Día de la paz y la no violencia.</p> <p>14 Febrero: Día de los enamorados.</p> <p>28 Febrero: Día de Andalucía.</p> <p>8 Marzo: Día Internacional de la mujer trabajadora.</p> <p>17 de Marzo: Día Internacional del sueño.</p> <p>20 de Marzo: Día de la Felicidad.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>3. LA LUNA Y EL SOL.</p> <p>4. ¿DE QUIÉN ES EL HUEVO?</p> <p>Alimentos de origen animal. Trabajamos el amor.</p> <p>Yoga, Respiración.</p> <p>Emocionarte.</p> <p>Diseño de un menú saludable.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>3. LA TIERRA ES REDONDA.</p> <p>4. ANIMALES DIFERENTES.</p> <p>Alimentos de origen animal.</p> <p>Trabajamos el amor.</p> <p>Yoga, Respiración.</p> <p>Emocionarte.</p> <p>Diseño de un menú saludable.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>3. BRILLAN LAS ESTRELLAS.</p> <p>4. LOS DINOSAURIOS.</p> <p>Alimentos de origen animal.</p> <p>Trabajamos el amor.</p> <p>Yoga, Respiración.</p> <p>Emocionarte.</p> <p>Diseño de un menú saludable.</p>
3º TRIMESTRE	<p>5 Abril: Día Mundial de la Actividad Física y el Deporte.</p> <p>7 Abril: Día Mundial de la Salud.</p> <p>23 Abril: Día del Libro.</p> <p>28 Mayo: Día Mundial de la Nutrición.</p> <p>3 Junio: Día Mundial de la Bicicleta.</p> <p>5 de Junio: Día del Medio Ambiente.</p> <p>16 de Junio: Día Mundial de las Frutas y Hortalizas frescas.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>5. LAS FLORES EN EL JARDÍN.</p> <p>6. LAS RUEDAS DE UN COCHE.</p> <p>El deporte</p> <p>¿A qué saben los besos?</p> <p>Alimentos de origen vegetal.</p> <p>Un libro en femenino.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>1. EL GRAN SAUCE.</p> <p>2. LOS BARCOS FLOTAN.</p> <p>El deporte</p> <p>¿A qué saben los besos?</p> <p>Alimentos de origen vegetal.</p> <p>Un libro en femenino.</p>	<p>UNIDADES</p> <p>1. CUIDAR UN BONSAI.</p> <p>2. LOS AVIONES TIENEN ALAS.</p> <p>El deporte</p> <p>¿A qué saben los besos?</p> <p>Alimentos de origen vegetal.</p> <p>Un libro en femenino.</p>

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



7. RECURSOS EDUCATIVOS

Para el desarrollo del programa se utilizarán distintos **recursos**:

➤ **Bibliografía básica:**

- Marco Teórico de Referencia del Programa para la Innovación Educativa Hábitos de Vida Saludable.
- Dossier Creciendo en Salud 2022/23.
- Guía Didáctica Creciendo en Salud de la L.I. Educación Emocional.
- Guía Didáctica Creciendo en Salud de la L.I. Estilos de Vida Saludable.
- Guía Didáctica Plan de Consumo de Frutas en la Escuela. Junta de Andalucía.
- ¿Qué hay de merendar? Guía para facilitar las meriendas saludables. Consejería de Salud y Familias. Junta de Andalucía.
- Actividad física y salud. Guía para las familias. Programa Perseo.
- Programa Aulas felices.
- Cultivando emociones: educación emocional de 3 a 8 años.
- Antiprograma de Educación Emocional.
- Manual de alimentación "La alimentación de tus niños y niñas. Nutrición saludable de la infancia a la adolescencia". Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Madrid 2010.
- Orientaciones para la elaboración del Plan de Actuación del Programa para la Innovación Educativa Hábitos de Vida Saludable.

➤ **Recursos Humanos:**

Los recursos humanos con los que vamos a contar son:

- Profesorado del centro.
- Alumnado.
- Colaboración familiar desde la casa.
- AMPA.
- Enfermera de referencia.
- PTIS y conserje.

➤ **Materiales:**

Pueden ser de varios tipos:

E.I. "GLORIA FUERTES"

CRECIENDO EN SALUD



- **Material fungible** del aula: lápices, folios, colores, rotuladores, tijeras, pegamento, distintos tipos de papel, cartulinas...
- **Alimentos:** frutas y verduras frescas.
- **Audiovisuales.** Se utilizará la pizarra digital y el ordenador del profesorado. Por ejemplo:
 - Moodle Programa Hábitos de Vida Saludable.
 - Portal de "Hábitos de Vida Saludable" de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional.
 - "La cuadratura emocional del círculo". Portal HHVS.
 - Portal "Escuela de Familias" de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional.
 - Portal "Una ventana abierta a la familia" de la Consejería de Desarrollo Educativo y Formación Profesional.
 - www.familiaycole.com
 - www.educaciontrespuntocero.com
 - <http://www.dgt.es/PEVI/andandoEscuela/index.html>
 - <https://www.dgt.es/PEVI/caminando/recursos.html>
 - Genially Hábitos de Vida Saludable.
 - Canal YouTube HHVS: Vídeos de la sección "Creciendo en Emociones con Tobí".
 - Redes sociales:
 - Portal oficial:
<https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/habitos-vida-saludable>
 - Facebook:
<https://www.facebook.com/ProgramaPromocionHabitosdeVidaSaludableAndalucia>
 - Telegram: <https://t.me/ProInnovaHHVS>
 - Twitter: [@ProEdSaludable](https://twitter.com/ProEdSaludable)
 - Instagram: @proedsaludable con el #ProinnovaHHVS
 - Vídeos del canal Youtube Hábitos de Vida Saludable. Por ejemplo:



Vídeo Hábitos saludables.htm

- Cortos de animación para trabajar la inclusión:
<https://view.genial.ly/61712f28cf7f1e0d7c0a6e6b/learning-experience-didactic-unit-ebook-thinko-cortos-de-animacion-para-trabajar-competencias>

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



o Symbaloo "CRECIENDO EN SALUD"

- <https://www.symbaloo.com/mix/creciendo-en-salud>
- <https://www.symbaloo.com/mix/cuentos-para-leer>
- <https://www.symbaloo.com/mix/cuentos-narrados>
- <https://www.symbaloo.com/mix/cortos-inclusivos-emocion>

o Cuaderno ConZENtrate Educación Infantil.



Cuaderno
ConZENtrate Educac

o Yoga para niños.



YOGA PARA
NIÑOS.pdf

Juegos motores.



JUEGOS
MOTORES.pdf

o Flor de la autoestima.



CUALIDADES POSITIVAS.mp4



PAUTAS AUTOESTIMA.mp4



HISTORIETA.mp4



o Día de la Paz.



INFOGRAFÍA DÍA DE LA PAZ.mp4

o Sueño.

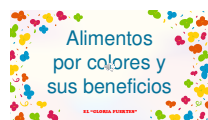


VIDEO SUEÑO.mp4



DÍA MUNDIAL DEL SUEÑO.mp4

o PowerPoint.



E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Cuentos cortos.com
 - https://youtu.be/4_ThzeRV334 (vocabulario frutas)
 - <https://youtu.be/ArdjpcmoW7M> (vídeo Alex frutas)
 - <https://youtu.be/QeXzKg95H8c> (Hábitos de vida Saludable)
 - <https://youtu.be/siLrDhPIsCA> (El elefante Bernardo)
 - <https://youtu.be/a0Gu2gQO5G8> (Cuento Arturo y Clementina)

- **Canciones.** Entre otras:
 - <https://youtu.be/XSbQ0ceV1cs> (canción vegetales)
 - <https://youtu.be/kYtDIJCnjXY> (Pocoyó frutas)
 - <https://youtu.be/L09hgZMHVGg> (mezcla tu sabor)
 - <https://youtu.be/OMQ8p-EE3Jk> (canción frutas y verduras)
 - <https://youtu.be/z6DoPp-LkTA> (baile del cuerpo)
 - <https://youtu.be/FPZhCp5pOFE> (baile de la fruta)
 - <https://youtu.be/nAYVNeU3uzc> (baile de la ensalada)
 - https://youtu.be/vWfSq9_CA9o (música relajante)
 - https://www.youtube.com/watch?v=0VNPEobt_hI (Yo soy fuerte)

- **Libros.** Entre otros:
 - El monstruo de colores. Anna Llenas.
 - Luisa no quiere comer en el colegio. Christian Lamblin.
 - Arturo y Clementina. Adela Turin.
 - Elmer. David Mckee.
 - El pez de colores. Marcus Pfister.
 - De mayor quiero ser...feliz. Anna Morató García.
 - La vaca que puso un huevo. Andy Cutbil.

Todos los libros que hay en la biblioteca del centro relacionados con ambas líneas que están dentro del Proyecto de Biblioteca del centro.

- **Actividades prácticas.** Entre otras:
 - Aulas felices. Sólo las actividades dirigidas al alumnado de Educación infantil.



Programa_Aulas_fel
ices_2012.pdf

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



- Cultivando emociones: educación emocional de 3 a 8 años. Sólo las actividades dirigidas al alumnado de Educación infantil.



Cultivando_Emociones_3-8_CEFIRE-Elda

- Antiprograma de Educación Emocional. Sólo las actividades dirigidas al alumnado de Educación infantil.



Antiprograma_Ed_Emocional_2016.pdf

- ¡Dame 10! Educación infantil.



dame10_infantil.pdf

- La red de la Sandía. Guía para elaborar meriendas saludables.



Guia Meriendas_ISBN_DEI

- Aprende a sonreír. Propuesta didáctica. "Programa de promoción de la salud bucodental". *Sólo las actividades* dirigidas al alumnado de Educación infantil.



salud_5af95868c1da5_propuesta_didac

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



8. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN

Con el objetivo de difundir la información y establecer las líneas de actuación que pretendemos llevar a cabo durante el Plan, se establecerán las siguientes **técnicas e instrumentos**:

- Reuniones de EPS, ETCP y Ciclo para debatir y concretar las diferentes actividades que pretendemos realizar.
- Claustros con el profesorado.
- Constitución de la comisión de seguimiento. EPS.
- Reuniones en Consejo escolar.
- Google Drive del profesorado del colegio.
- Información a las familias para dar a conocer la labor que se irá realizando durante el curso a través de las tutorías, correos electrónicos y delegados/as de clase(whatsapp).
- Exposición de trabajos en los paneles informativos del centro. Se expondrán los trabajos en los pasillos del colegio y entrada a las aulas de forma visible, educativa y decorativa para toda nuestra comunidad educativa. Se expondrán informaciones relativas a la puesta en práctica de las actividades que desarrollen los diferentes bloques de contenido seleccionados.
- Página web del centro: <https://eeigloriafuertes.com>
- Sites del Programa Creciendo en Salud: <https://sites.google.com/g.educaand.es/eigf-creciendo-en-salud>
- Moodle Programa Hábitos de Vida Saludable.
- Padlet Creciendo en Salud.
- Vídeos entrega de frutas del Plan Escolar de Consumo de Frutas y Hortalizas.
- Redes sociales:
 - Portal oficial: <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/web/habitos-vida-saludable>
 - Facebook: <https://www.facebook.com/ProgramaPromocionHabitosdeVidaSaludableAndalucia>
 - Telegram: <https://t.me/ProInnovaHHVS>
 - Twitter: [@ProEdSaludable](https://twitter.com/ProEdSaludable)
 - Instagram: @proedsaludable con el #ProinnovaHHVS
 - Vídeos del canal Youtube Hábitos de Vida Saludable.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



9. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

La evaluación es continua permitiendo ver en qué medida se van alcanzando los objetivos que inicialmente se pretenden. Al finalizar cada actividad se realizará un análisis y ajuste, que se considera necesario, a las actividades propuestas inicialmente.

Desde el aula se irá observando en el alumnado, por ejemplo:

- Mejora en la expresión de sus emociones.
- Hablan con más espontaneidad de sus sentimientos.
- Han perdido el miedo y vergüenza inicial para hablar de lo que sienten.
- Mejora en la capacidad de ponerse en el lugar del otro, con mayor disposición para intentar acercarse al compañero cuando se siente mal e intentar ayudar.

Para clarificar y consolidar estos nuevos aprendizajes es recomendable que al final de cada sesión se lleve a cabo una pequeña reflexión para que el niño/a comprenda qué hace, por qué lo hace y qué está aprendiendo. Esta reflexión puede realizarse en voz alta por la maestra con los niños/as completándola con un dibujo.

Para conseguirlo puede pedirse que completen algunas frases como las que se recogen a continuación.

- Nombre:
- Nivel:
- Título de la actividad ...
- He aprendido ...
- Me he sentido ...
- Me ha sorprendido ...
- He descubierto ...
- Me ha gustado ...
- No me ha gustado... puntos de vista diferentes al propio.

La evaluación es un elemento inseparable del proceso de enseñanza-aprendizaje. Debe estar plenamente integrada en dicho proceso, ya que proporciona información relevante con respecto a su desarrollo en dos aspectos fundamentales:

-el grado de consecución de los objetivos educativos.

-el nivel de adecuación de la práctica docente a las características y necesidades del alumnado.

Como valoración global, además de conseguir los objetivos académicos para la Etapa Infantil, pretendemos completar y enriquecer otros objetivos relacionados con el mundo emocional y con el bienestar que son base fundamental para conseguir otros aprendizajes en un mundo cambiante donde a las relaciones y a las emociones se les da cada vez más importancia.

E.I. "GLORIA FUERTES" CRECIENDO EN SALUD



Para finalizar el programa, evaluaremos la consecución de los objetivos propuestos, eficacia del plan, la implicación de todos los participantes, la realización de los trabajos o actividades por parte de los alumnos/as, grado de satisfacción del alumnado, familias, profesorado, etc, realizando propuestas de mejora y valorando las actuaciones realizadas teniendo en cuenta las dificultades que han ido surgiendo en la implantación del Plan.

La coordinadora realizará en Séneca:

- Seguimiento del Programa.
- Cuestionario de la Memoria Anual de Evaluación.
- Cuestionario de la Memoria Recurso Plan Consumo de Fruta.
- Además tendrá que asistir obligatoriamente a las Jornadas de Coordinación, tanto a la Inicial como a la Final.