



Región de Murcia
Consejería de Educación



Programación General Anual
Curso 2022/2023
Centro educativo: CEIP Los Pinos
Código de centro: 30011533
Localidad: San Pedro del Pinatar



Consejería de Educación, Formación Profesional y Empleo

PLAN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Curso: 2022 – 2023
Centro: CEIP LOS PINOS
Localidad: SAN PEDRO DEL PINATAR

EDUCACIÓN PARA LA SALUD

Justificación

La salud no es más que una condición sana apropiada y adaptada a las situaciones, medios y circunstancias de la vida, que exigen comportamientos adecuados para crearla, mantenerla, conservarla y preservarla.

La salud de las personas está determinada en gran medida, por sus comportamientos y por el medio físico, social y cultural. La salud es el resultado de los cuidados que uno se dispensa a sí mismo y a los demás, de la capacidad de tomar decisiones y controlar la vida propia y de asegurar que la sociedad en que uno vive ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un buen estado de salud.

Según la definición de la Organización Mundial de la Salud, la promoción de la salud es el proceso que confiere a las poblaciones los medios para asegurar un mayor control sobre su propia salud y para mejorar ésta.

La promoción de salud es el proceso mediante el cual los individuos y las comunidades están en condiciones de ejercer un mayor control sobre los determinantes de la salud y, de ese modo, mejorar su estado de salud. La promoción de salud constituye una estrategia que vincula al gente con su entorno y que, con vistas a crear un futuro más saludable, combina la elección personal con la responsabilidad social.

La Educación para la Salud, siempre presente en el marco del Sistema Educativo, impregna el currículo en sus distintas áreas. Para que esto sea una realidad en los centros educativos, es necesario establecer una serie de medidas de apoyo a su desarrollo curricular.

La promoción de estilos de vida saludables será la finalidad última de todo programa de Educación para la Salud, que irá encaminada a hacer que el alumnado y el resto de la comunidad educativa tome decisiones positivas y responsables acerca de su salud y la de los demás.

Las decisiones sobre la promoción de la salud deben sobrepasar el marco escolar y la familia; la comunidad educativa juega un papel determinante. La promoción y educación para la salud favorece el desarrollo personal y social en tanto que proporciona información, educación sanitaria y perfecciona las aptitudes indispensables para la vida.

Referente legal

El Proyecto de Educación para la Salud ha de ofrecer a todo el alumnado las oportunidades de aprendizaje, no sólo para la adquisición de habilidades cognitivas, sino también habilidades sociales que favorezcan la salud individual y la de la comunidad. Por tanto, un proceso de educación para la vida que ha

de compartir toda la comunidad educativa, profesorado, alumnado, familias y personal no docente en colaboración con el soporte de otras Consejerías de nuestra Región (Consejería de Salud, Consejería de Educación, FP y Empleo, Consejería de Agua, Agricultura, Ganadería y Pesca y Consejería de Cultura, Juventud y Deportes).

La legislación referente al tema que nos ocupa, constituyen el primer paso para la creación de un contexto social saludable. A continuación aparece la normativa en la que se apoya este proyecto:

- *Orden de 13 de septiembre de 2006, conjunta de las Conserjerías de Sanidad y Educación y cultura para la regulación de las actividades de Educación para la salud ofertadas a los centros docentes no universitarios.*
- *Orden conjunta de las Consejerías de Sanidad y de Educación, Ciencia e Investigación, de 29 de diciembre de 2005 (BORM 26 DE ENERO DE 2006), por la que se establece la adscripción y puesta en marcha del Plan de Salud en las escuelas de la Región de Murcia.*
- LOMCE y LOMLOE.
- *Ley 4/1994 de 26 de julio de Salud de la Región de Murcia.*
- *Ley General de Sanidad 14/1986 incide en las actuaciones prioritarias del sistema sanitario con relación a la promoción de la salud y a la educación sanitaria.*
- *Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública.*

Bibliografía:

- www.educarm.es. *Educación para la Salud (plan de Educación para la Salud en la Región de Murcia Región de Murcia).*
- www.guiainfantil.com (revista on-line de temas relacionados con la infancia: salud, educación, juegos...)

Características del contexto en el que está ubicado el Centro

El Centro, ubicado en un barrio residencial de San Pedro del Pinatar, en las inmediaciones del Parque Regional de Las Salinas y Arenales de San Pedro y a sólo 2 km del Mar Menor y otros 2 km del Mediterráneo, cuenta con las siguientes instalaciones:

- Aula abierta.
- Aulas y patio de recreo
- Dos aulas y patio independientes en Educación Infantil
- Dos pistas polideportivas
- Huerto escolar
- Vestuarios (en mal estado)
- Aula de informática
- Espacio audiovisual
- Biblioteca
- Dos aulas prefabricadas
- Pérgolas
- Contenedor de material de E.F.
- Estación meteorológica.

Nuestro alumnado proviene tanto de familias asentadas desde hace generaciones en el pueblo como de la nueva población que ha llegado a la zona, en su mayoría inmigrantes. La diversidad parece ser una de las características de nuestro Centro.

El nivel sociocultural y económico de las familias es, por lo general, medio-bajo. Su interés es creciente en participar y colaborar con el Centro. Debido a la procedencia dispar de nuestros alumnos, las expectativas familiares son muy diferentes ante la educación. La relación familia/escuela recae mayoritariamente en las madres.

En nuestro Centro contamos con la presencia de un elevado número de alumnos y alumnas inmigrantes, procedente en su mayoría de Marruecos y de Sudamérica. Además, de la diversidad social, étnica, económica y cultural tan variada del Centro hay que añadir la acogida de alumnado con necesidades especiales (TEA) en nuestra aula abierta.

La diversidad y la multiculturalidad, lejos de ser consideradas como una barrera o un obstáculo, nos identifican y nos completan. Son un valor añadido, algo que nos enriquece cultural y humanamente. Es por estas características por las que cobra sentido el proyecto que nos ocupa ya que en él se recoge formación igualitaria para todo el alumnado, tanto para aquel cuya familia, previsiblemente, pueda cubrir las necesidades, como para el alumnado cuyo nivel sociocultural y familiar lo haga menos probable.

Implicación del profesorado en el proyecto

Consideramos a todo el Claustro de profesores responsable de la puesta en práctica de los diversos aspectos de Plan, si bien será la Coordinadora de Educación para la Salud, apoyada siempre en el equipo Directivo y en la AMPA, la encargada de su impulso y coordinación.

Las funciones de la Coordinadora aparecen en la Orden de 4 de julio de 2006 y se concretan en:

- Actuar como interlocutor de la escuela para temas relativos a educación para la salud.
- Coordinar en la comunidad educativa las actuaciones de educación para la salud programadas.
- Establecer relaciones con el coordinador de salud, el Ayuntamiento y de otras instituciones.
- Fomentar la participación y formación de las familias y del profesorado.
- Gestionar y coordinar los recursos para facilitar su optimización.
- Valorar la idoneidad de las propuestas de actividades que se ofertan a los centros educativos desde instituciones ajenas.

Además, en colaboración con la enfermera escolar, la Coordinadora de RRLL y/o con la CCP, podrá:

- Realizar un análisis de la situación del Centro que detecte las necesidades y problemas con respecto a la educación para la salud.
- Concretar objetivos para promover que el alumnado desarrolle actitudes y valores que les permitan tomar decisiones saludables y para desarrollar capacidades relacionadas con la autoestima y aptitudes de comunicación.
- Incluir o solicitar la inclusión de los objetivos concretados en los documentos del Centro.
- Planificar actividades para el plan.
- Evaluar el desarrollo del plan.

Objetivos del plan

El objetivo principal es promocionar la salud como un valor a apreciar por toda la Comunidad Educativa y en especial por todo el alumnado, de forma que adquieran hábitos y costumbres para su bienestar físico, mental y de su entorno familiar y social.

De este objetivo se derivan los siguientes objetivos específicos:

- Sensibilizar a la comunidad educativa en la promoción y educación para la salud.
- Favorecer modos y hábitos de vida saludable.
- Desarrollar el sentido de responsabilidad individual, familiar y social en relación con la salud.
- Promover activamente la salud y el bienestar del alumnado y de todo el personal docente y no docente que trabaja y colabora con la comunidad escolar.
- Reforzar la autonomía y la autoestima como realidades personales básicas en la construcción de un proyecto de vida de salud.
- Elaborar e interiorizar normas básicas de salud, higiene, alimentación, cuidado personal, actividad física y cuidado del medio.
- Valorar críticamente situaciones y conductas de riesgo para la salud, decidiendo los medios más adecuados para evitarlos.
- Colaborar e interrelacionar con otras instituciones (Consejería, Ayuntamiento, Centro de salud) en materia de salud.

ACTIVIDADES A REALIZAR DURANTE EL CURSO

- **Miércoles fruteros**: fomentamos el consumo de fruta todos los días de la semana ya que tenemos nuestro ranking frutero y premiamos al grupo que más piezas de fruta haya traído durante el mes en el que nos encontramos. Pero para aquellos niños y niñas que no consumen muchas piezas de fruta, por lo menos se intenta que consuman una vez a la semana, y en este caso que sean los miércoles.
- **Descansos activos**: la práctica de actividad física debe ser todos los días unos 60 minutos aproximadamente. Desde el Centro intentamos aportar nuestro granito de arena y los días que no tienen Educación Física, hacer descansos activos en el aula a través de programas y actividades dirigidas a ellos.
- **Retos saludables**: además de la práctica de actividad física, también se plantean retos para trabajar el cálculo mental, habilidades sociales y otras facetas. Los retos se plantean el último viernes de cada mes.
- **Medidas de higiene**: desde la aparición de la pandemia, adoptamos en el colegio todas las medidas necesarias para que el alumnado y profesorado pueda estar en él sin ningún tipo de riesgo. Aún mantenemos algunas de estas medidas: entradas por accesos diversos, zonas de espera, ventilación...
- **¿Cuántos pasos hago al día?**: Intentamos que el alumnado consiga los 10.000 pasos al día (escuelas Activas). Para ello usamos las pulseras de actividad, tanto en el Centro como fuera de él, para contabilizar los pasos al final del día y les animamos a que lo apunten en su agenda para que lleven un registro.
- **Equipo socioemocional**: encargado y atento a que la salud emocional de nuestro alumnado y del profesorado también vigilada y saludable, resolviendo problemas, conflictos o dando herramientas para que se encuentren lo mejor posible en el Centro.
- **Guardianes del Mar**: Es un equipo de alumnos y alumnas que colabora para informar a sus compañeros de cuáles son las actitudes y acciones positivas para mejorar la salud y el medio ambiente y cuáles deben ser corregidas o desechadas.

- **Plan de consumo de fruta y hortalizas:** Nuestro centro participa desde hace varios cursos en el Plan Regional de Consumo de Fruta, hortalizas y leche.
- **Fiesta del otoño (castañada) y almuerzos saludables:** Tanto en otoño, cuando organizamos un día para consumir los frutos típicos de esta estación, como en otras ocasiones y en la convivencia de fin de curso en la playa, la AMPA del Colegio ofrece al alumnado y a los profesores, así como a cuantos familiares nos acompañan, almuerzos a base de productos y alimentos saludables.
- **Otras actividades:**
 - Cuentoterapia
 - Campañas contra el ruido
 - Aire limpio
 - Deporte escolar
 - Marcha cicloturista
 - Patrullas de reciclaje
 - Taller de compostaje
 - Huerto escolar
 - ...

ACTIVIDADES QUE SE REALIZAN EN EL CENTRO EN COLABORACIÓN CON OTRAS ENTIDADES

1. **EDUCACIÓN VIAL.** Se realizan visitas al circuito de educación vial. De la mano del Policía-Tutor, pretendemos concienciar al alumnado de la importancia de conocer las normas de circulación vial y las principales reglas y señales de tráfico, para concienciar de su importancia y evitar futuros accidentes.
2. **HIGIENE BUCAL.**
3. **HIGIENE POSTURAL.**
4. **UNICEF Y PLAN DIRECTOR PARA LA SEGURIDAD: RIESGOS EN EL USO DE DISPOSITIVOS ELECTRÓNICOS Y RRSS.** Va dirigido a los alumnos de quinto/sesto de primaria.