

El colegio de Alpartir, un espacio de salud

Programa escolar del colegio de Alpartir para la adquisición de hábitos saludables, en el que se valoran críticamente los hábitos relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente; dentro de un marco de convivencia escolar en el que se desarrollan las habilidades para la vida necesarias para que el alumnado aprenda a pensar y a juzgar por sí mismo, a reflexionar para llegar a ser autónomo y responsable

IDENTIFICACION DEL CENTRO

Características del centro y su entorno

Aspectos organizativos del centro

Hábitos relacionados con la salud detectados en el alumnado

Convivencia de la comunidad educativa

HABILIDADES PARA LA VIDA

Actuaciones de promoción de la salud

Actividades más significativas

VALORACIÓN

El colegio de Alpartir recoge y prioriza en su Proyecto Educativo –entre otras finalidades– la promoción de la salud del alumnado haciendo partícipe a toda la comunidad educativa, de ahí que se establezcan criterios sobre organización escolar al respecto y se tengan en cuenta distintos aspectos de salud que consideramos prioritarios, como es el cuidado de la alimentación, la promoción de actividades físicas, el trabajo de la salud emocional, el consumo o el cuidado del medio ambiente.

Para ello se desarrollan distintas actuaciones de educación para la salud, basada en el trabajo de habilidades para la vida y la adquisición de hábitos saludables, para que el alumnado adquiera formas positivas de relacionarse consigo mismo, con las demás personas y con el entorno; ámbitos que a su vez nos sirven para prevenir los fenómenos de violencia y los problemas de malas relaciones entre el alumnado, por lo que creemos que con la intervención en la educación de sentimientos se mejora la gestión de la convivencia, eje principal de nuestro Proyecto Educativo.

Se trata pues de diseñar y desarrollar actividades y tareas que permitan a la comunidad educativa, y especialmente al alumnado, tomar conciencia sobre la necesidad de construir un sistema de relaciones personales más justo y democrático. Para esto es necesario que los niños y niñas tengan la oportunidad de desarrollar de una manera integradora las dimensiones de la paz en todos los niveles: personal, social y en su relación con la naturaleza; que hemos clasificado en tres bloques y que coinciden con el desarrollo de las Habilidades para la Vida:

Convivencia	Salud
Cuidamos nuestro entorno	
Educación ecológica: educación ambiental, educación para el desarrollo humano y sostenible, educación para la salud y el consumo...	Ámbito medioambiental: sostenibilidad, entornos saludables...
Cuidamos las personas	
Educación cognitiva-afectiva: educación para el desarrollo personal, educación en valores, resolución pacífica de los conflictos...	Ámbito personal: autoestima, creatividad, alimentación...
Cuidamos las relaciones	
Educación socio-política: educación intercultural, educación en derechos humanos...	Ámbito relacional y social: relaciones y emociones, afectivo y sexual, adicciones, convivencia y resolución de conflictos...

En definitiva, se pretende trabajar la paz positiva como un concepto globalizador en el que se integran otros como: la promoción de estilos de vida saludables; el desarrollo humano en armonía con el medioambiente; la defensa, promoción y desarrollo de los derechos humanos; la democracia participativa; la cultura de la paz como sustitución de la cultura de la violencia; y la perspectiva de la seguridad humana basada en una ética global.

Así pues, como escuela promotora de salud pretendemos que toda la comunidad educativa adopte modos de vida sanos en un ambiente favorable a la salud, para ello se tienen en cuenta los siguientes aspectos en el planteamiento curricular de las actividades del centro:

- Integración de la promoción de la salud en la programación escolar.
- Profundización en los contenidos de salud.
- Consolidación del trabajo en equipo del profesorado.
- Promoción de un entorno saludable y un clima escolar positivo.
- Búsqueda de relaciones de colaboración e implicación de las familias en el proyecto educativo.
- Colaboración con los servicios socio-sanitarios de la zona.

IDENTIFICACION DEL CENTRO

CEIP 'Ramón y Cajal' - Alpartir (Zaragoza)

<http://cpalpartir.educa.aragon.es/>

cpalpartir@gmail.com

Una escuela promotora de salud se define como una escuela que refuerza constantemente su capacidad como un lugar saludable para vivir, aprender y trabajar.

Referencia¹: Promoción de la Salud a través de la Escuela, OMS, Ginebra, 1997.

El colegio de Alpartir, en estos últimos cursos, ha apostado por un cambio en el Proyecto de Centro hacia un modelo de escuela inclusiva para lograr el reconocimiento del derecho que tiene el alumnado tanto a ser reconocidos –como a reconocerse a sí mismos– como miembros de la comunidad educativa a la que pertenecen, cualquiera que sea su medio social, su cultura de origen, su ideología, el sexo, la etnia o situaciones personales derivadas de una discapacidad física, intelectual, sensorial o de la sobredotación intelectual.

La escuela que queremos se construye sobre la participación y los acuerdos de todos los agentes educativos que en ella confluyen, para lo cual se han dado pasos en este sentido tanto con las familias, con el alumnado y con el profesorado, lo que nos ha permitido participar en distintos proyectos del Departamento de Educación con gran éxito, pues creemos que las características de nuestro colegio así lo permiten, como es el número reducido de profesorado que favorece una coordinación pedagógica eficiente o el número reducido de alumnado por aula que facilita las funciones de orientación y tutoría, por ejemplo.

Asimismo, la creciente presencia de alumnado de otras culturas (30%: 10 marroquíes y 3 rumanos) en nuestro centro escolar y de alumnado con necesidades educativas especiales (6%), además de la diversidad del resto del alumnado inmerso en un contexto global cada vez más complejo y cambiante sumido en la sociedad de la información y del conocimiento, requiere una formación amplia que garantice a todos el desarrollo progresivo de las competencias básicas.

Así pues, con la finalidad de dar respuesta a estas necesidades se están desarrollando las siguientes estrategias básicas para superar las barreras con las que algunos alumnos y alumnas se encuentran en el momento de llevar a cabo el recorrido escolar:

- La atención a la diversidad de todo el alumnado desde una perspectiva inclusiva y compensadora, a fin de dar respuesta a sus necesidades educativas, considerando sus intereses, motivaciones y capacidades para el aprendizaje en un entorno normalizado (Proyecto de Centro).
- La educación en los ámbitos personal y social mediante el desarrollo emocional y afectivo del alumnado (Proyecto de Convivencia).
- El desarrollo de habilidades comunicativas a través del progreso en la expresión oral y el fomento de la lectura y la escritura en todas las áreas de aprendizaje en los distintos niveles de enseñanza

¹ [Glosario, OMS](#)

(Proyecto de Biblioteca).

- El aprendizaje efectivo de una lengua extranjera desde edades tempranas (Proyecto Europeo eTwinning).
- La utilización de las tecnologías de la información y la comunicación como un instrumento valioso al servicio de todo tipo de aprendizajes (Programa Pizarra Digital).

Características del centro y su entorno

- ✓ Alpartir tiene unos 600 habitantes que trabajan principalmente en el sector primario, estando matriculados en el centro 43 alumnos, perteneciendo 12 de ellos a familias inmigrantes.
- ✓ En la localidad no existen riesgos ambientales de consideración.
- ✓ El centro se construyó hace 3 años, por lo que está adaptado a la normativa vigente.
- ✓ Las condiciones salubres del centro son correctas gracias a que se realizan tareas de limpieza todos los días.
- ✓ El centro dispone de un gran patio de recreo con una pista deportiva y zona para el alumnado de infantil.
- ✓ Al estar en un entorno rural consideramos el espacio natural que nos rodea como parte del centro aprovechándolo para realizar continuas salidas.
- ✗ Si bien el edificio es nuevo, las dimensiones y los espacios no son los más adecuados, pues no contamos, por ejemplo, con sala multiusos.
- ✗ El centro no dispone de gimnasio, por lo que cuando la actividad lo requiere nos desplazamos al pabellón municipal.
- ✗ El centro no dispone de sala de profesores, por lo que nos reunimos en la biblioteca (que tampoco es tal).

Aspectos organizativos del centro

- ✓ Al ser un claustro reducido se toman las decisiones sobre promoción de la salud de una forma rápida y eficaz.
- ✓ El Plan de Convivencia ha sido consensuado entre el profesorado y debatido en el Consejo Escolar para su aprobación, teniendo la oportunidad de participar toda la comunidad educativa, especialmente el alumnado mediante asambleas.
- ✓ La eficacia del trabajo del profesorado queda demostrada por la gran cantidad y calidad de los proyectos y programas que se desarrollan relacionados con la salud.
- ✓ Dado el número de alumnos por clase los tutores organizan con mayor eficacia su actividad en el aula y se facilita la mejora de la promoción de la salud entre el alumnado.
- ✓ Actualmente estamos en proceso de transformación a comunidad de aprendizaje en la que tendrán más participación las familias, que ya es importante al responder a las distintas llamadas que se

hacen desde el colegio: desayunos saludables, charlas, etc.

- ✓ El personal no docente participa en todos los protocolos que se siguen en el centro, como la separación de residuos o el uso de productos adecuados para la limpieza, por ejemplo.
- ✓ A principio de curso se establecen los contactos con distintas entidades de la zona para realizar actividades relacionadas con la salud: farmacéutica, médica, servicios sociales, CPR, Equipo de Orientación, programas de salud, etc.

- × El AMPA debería hacer un esfuerzo por organizar actividades deportivas fuera del horario escolar.
- × Desde el área de Educación Física se ofrecen consejos impresos y en la web del centro a las familias sobre salud escolar, si bien habría que dar más charlas de concienciación.
- × Habría que incidir más en la importancia de la alimentación infantil como prevención de la obesidad en toda la comunidad educativa.

Hábitos relacionados con la salud detectados en el alumnado

- × Mejora de la alimentación en desayunos y almuerzos.
- × Mejora de la actitud postural en el aula.
- × Recomendaciones sobre el uso de pantallas.
- × Promoción de actividades deportivas en horario extraescolar.
- × Mejora de las habilidades sociales.

Convivencia de la comunidad educativa

- ✓ No existen situaciones que destacar en la convivencia en el centro, si bien sí que fuera de él hay algún problema con el comportamiento del alumnado.
- ✓ El centro lleva dos cursos inmerso en un Plan de Convivencia que ha mejorado la convivencia entre el alumnado y las relaciones con el profesorado, quedando pendiente la apertura del centro a las familias.

HABILIDADES PARA LA VIDA

Las habilidades para la vida son capacidades para adoptar un comportamiento adaptativo y positivo que permita a los individuos abordar con eficacia las exigencias y desafíos de la vida cotidiana.

Referencia²: Educación en Habilidades de Vida en las Escuelas, OMS, Ginebra, 1993.

Las habilidades para la vida, según la OMS, son habilidades personales, interpersonales, cognitivas y físicas que permiten a las personas controlar y dirigir sus vidas, desarrollando la capacidad para vivir con su entorno y lograr que éste cambie. Como ejemplos de habilidades de vida individuales se pueden citar la toma de decisiones y la solución de problemas, el pensamiento creativo y crítico, el conocimiento de sí mismo y la empatía, las habilidades de comunicación y de relación interpersonal y la capacidad para hacer frente a las emociones y manejar el estrés. Las habilidades de vida tal y como se definen mas arriba son elementos constitutivos fundamentales del desarrollo de las *habilidades personales* para la *promoción de la salud* descritas como una de las áreas de acción clave en la **Carta de Ottawa**.

Actuaciones de promoción de la salud

- Almarabú³
- SolSano⁴
- Dientes Sanos⁵
- La Aventura de la Vida⁶
- Desayunos saludables
- Convivencia Escolar⁷
- Violencia sobre la Mujer
- Proyectos de Medio Ambiente⁸

Alimentación

Se realizan actividades donde el alumnado experimente situaciones reales en torno a la compra, elaboración y consumo de alimentos saludables (visitas a huerto, granja escuela, mercados, actividades de cocina...).

Se realizan actividades de información y educación con familias en relación a la alimentación saludable (folletos, talleres, charlas coloquio, desayuno saludable...).

Actividad física

El centro promueve que el currículo de educación física se oriente hacia la actividad física

2 Glosario, OMS

3 <http://portal.aragon.es/>

4 <http://portal.aragon.es/>

5 <http://portal.aragon.es/>

6 <http://portal.aragon.es/>

7 <https://sites.google.com/site/convivenciaenalpartir/>

8 <https://sites.google.com/site/saludymedioambienteenalpartir/>

saludable (adecuado a las características de los distintos alumnos, promoviendo la participación de todo el alumnado, evitando la competitividad...).

Se promueven actividades de ocio y actividad física saludable con padres, alumnos y profesores (excursiones, juegos populares...).

Existen mejoras previstas para facilitar la actividad física saludable en el recreo (espacio físico, juegos...).

El centro se coordina con recursos de la zona (clubes deportivos, comarca...) para facilitar la práctica de actividad física y deportiva a los escolares.

Se realizan actividades de información y educación sobre actividad física saludable con familias (folletos, charlas...).

Salud emocional y convivencia

Se trabaja un programa específico sobre habilidades para la vida (habilidades sociales, afectividad, relaciones interpersonales, convivencia...).

El profesorado dispone de actividades de formación para el desarrollo de habilidades para la vida.

Se realizan actuaciones orientadas a cuidar las relaciones interpersonales del profesorado y la cohesión del claustro.

Se realizan actuaciones orientadas a cuidar las relaciones interpersonales entre el alumnado basadas en el respeto y la resolución pacífica de conflictos.

El centro realiza actividades de participación con toda la comunidad educativa que favorezcan la convivencia y la interculturalidad (paseos, exposiciones, teatro, jornadas interculturales, estrategias de acogida...).

Se realizan talleres y otras actividades con madres y padres sobre aspectos relacionados con la educación emocional y en habilidades para la vida que favorezcan el acuerdo en las estrategias familia–escuela.

Consumos

El centro controla el cumplimiento de la legislación vigente en materia de consumo de tabaco (señalización, centro libre de humo en su totalidad...).

Se realizan actividades con el alumnado de prevención sobre el consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias.

Se realizan actividades con el alumnado para la educación en el uso saludable de las pantallas (Internet, televisión, consola...).

Se realizan actividades educativas con el alumnado de promoción de la salud sobre el análisis crítico de la publicidad y el consumismo.

El profesorado participa en actividades de formación sobre el uso saludable de las pantallas (Internet, televisión, consola...).

Se realizan actividades de información y educación con familias sobre el ocio y el uso saludable de pantallas (folletos, talleres...).

Ambiente

- El centro presenta apariencia limpia y se cuidan los aspectos estéticos con objetivos educativos y participación del alumnado (murales, plantas, decoración...).
- Las aulas cuentan con buena iluminación, ventilación y calefacción en buen estado.
- El centro dispone de servicios higiénicos adecuados (número adecuado, instalaciones, limpieza, dotación...).
- El centro cuenta con condiciones seguras y un plan de evacuación actualizado y operativo para afrontar situaciones de emergencia así como un botiquín debidamente equipado.
- Existen cubos para la basura o papeleras suficientes dispuestos en aulas, patios, baños, comedor.
- El centro dispone de contenedores para reciclado de papel y realiza habitualmente actividades de reciclado de residuos.
- El centro dispone de medidas de accesibilidad para personas discapacitadas (eliminación de barreras arquitectónicas).

Actividades más significativas

CUIDAMOS NUESTRO ENTORNO

Educación ecológica (educación ambiental, educación para el desarrollo humano y sostenible, educación para la salud y el consumo...)

Protectores Planetarios

Las actividades físicas en el medio natural, dentro de un contexto educativo, sirven para que el alumnado aprenda a utilizar de manera beneficiosa para su salud parte del tiempo libre del que disponen a la vez que respetan y favorecen la conservación del mismo, sin olvidar que mejora la convivencia de aquellos que participan dadas las características inherentes que conllevan las actividades en el medio natural. Para ello se organizan distintas salidas de senderismo por la comarca para conocer sus aspectos culturales y medioambientales que son trabajados previamente en el aula.

CUIDAMOS LAS PERSONAS

Educación cognitivo-afectiva (educación para el desarrollo personal, educación en valores, resolución pacífica de los conflictos...)

Trabajar conflictos, la mediación

Se ha puesto en marcha la mediación entre iguales para resolver los pequeños conflictos que surgen en el día a día del centro, para ello se hace una selección de mediadores y se les da la formación para realizar la mediación, así como el material necesario como puede ser la agenda del mediador.

CUIDAMOS LAS RELACIONES

Educación socio-política (educación intercultural, educación en derechos humanos...)

Asambleas, normas democráticas

En cada aula se proponen la adopción de normas democráticas consensuadas en asamblea que sirvan para mejorar la convivencia entre el alumnado, conociendo y participando de esta forma en la adopción de valores democráticos aplicables durante todo el curso.

VALORACIÓN

- Se plantea una visión positiva e integral de la salud relacionada con la vida cotidiana del escolar.
- La educación para la salud esta contemplada en los documentos oficiales del centro (PEC, PCC, PGA) y se integra adecuadamente en las diferentes áreas y materias que imparte el profesorado.
- Los objetivos de educación para la salud están integrados en la acción tutorial.
- El centro educativo valora los procesos y resultados de las actuaciones de educación para la salud como una parte más de los procesos de evaluación del centro.
- Se realiza adaptación de materiales existentes o elaboración de materiales propios para su uso educativo en el centro.
- Se promueve la formación del profesorado en los aspectos conceptuales y metodológicos de educación para la salud.
- Se promueve la participación de las familias en las iniciativas de educación para la salud: reuniones programadas, información escrita, charlas informativas, escuela de padres...