

*Salud e Higiene*

**INSTITUTO ESPAÑOL GINER DE LOS RÍOS – Lisboa**

**PROGRAMA  
DE SALUD E HIGIENE  
CURSO 2019-2020**

*RESPONSABLES:*

*Cristina Ramírez Teruel  
Blanca Martín Martín*

## JUSTIFICACIÓN

Un curso más pretendemos con este Programa de Salud crear hábitos de vida saludable en nuestro instituto.

Mejorar la salud y bienestar del alumnado en nuestro centro se ha convertido en un objetivo primordial en que intentamos involucrar a toda la comunidad escolar.

La preocupación por una nutrición adecuada, la cada vez menor actividad física y el aumento de la vida sedentaria, así como otras cuestiones relacionadas con la salud y el cuidado del entorno hacen que esté justificado sobradamente este programa en nuestro centro.

El presente programa beneficia y promueve la salud y el bienestar del alumnado a través de actividades en un entorno que, tanto física como emocionalmente, propicia el aprendizaje y las opciones de vida saludables.

Proponemos el proyecto:

- Para fomentar el cuidado de la salud en todos sus aspectos: físico, psíquico y social, así como tener una imagen personal positiva.
- Para mejorar los hábitos saludables y las buenas relaciones en el centro, el hogar y el entorno
- Para fomentar el sentido de responsabilidad individual, familiar y social

## OBJETIVOS

Sensibilizar a la Comunidad Educativa en la promoción y educación para la Salud.

Desarrollar acciones favorecedoras de formas y hábitos de vida saludable, con objeto de fomentar actitudes preventivas.

Propiciar que el programa de salud contribuya a desarrollar las competencias básicas desde todas las áreas y ámbitos educativos.

**Toda la comunidad educativa debe estar involucrada en el desarrollo de estos objetivos a través de un entorno que apoye el aprendizaje y promueva la salud y el bienestar de todos.**

## ACTIVIDADES Y ACTUACIONES

- **Difusión del programa de salud** a toda la comunidad educativa a través de la PGA.
- **Difusión a padres y alumnos** mediante la Web institucional del instituto y del blog propio del Programa de Salud [PROGRAMA DE SALUD GINER DE LOS RÍOS](#)
- **Actividades formativas** a través de charlas, talleres y acciones puntuales dirigidas a padres y alumnado, que traten temas **de nutrición, salud física y emocional, deporte, higiene, educación postural.**
- **Desayunos saludables** en el comedor del Instituto.
- **Actividad diaria “Somos frugívoros”**, dirigida al alumnado para animarlos al consumo de frutas en los recreos: día de la manzana, día de la naranja...
- **Realización de murales:** recortes de prensa relacionados con la salud o textos de folclore literario de la alimentación (adivinanzas, refranes, trabalenguas...)
- **Realización de Unidades Didácticas** sobre salud.
- **Introducción de las prácticas de primeros auxilios y prevención de Accidentes** en el alumnado.
- **Coordinación con entidades e instituciones** relacionadas con la salud, incorporación a los programas:
  - “Os Super Saudáveis”, dirigido por la Liga Portuguesa contra el Cáncer, para los alumnos de 4º de E. Primaria destinado a fomentar la alimentación saludable.
  - Celebración del “Día mundial del cáncer” con actividades de concienciación para toda la etapa de E. Primaria.

## CRONOGRAMA TRIMESTRAL DE ACTIVIDADES

	1º Trimestre	2º Trimestre	3º Trimestre
<b>Infantil</b>	Meriendas Saludables Lavado de manos.	Meriendas Saludables	Meriendas Saludables
<b>1º Primaria</b>	“Somos frugívoros”. Charla: <i>Desayunos saludables</i>	“Somos frugívoros”. Charla informativa sobre “ <i>Pediculosis</i> ”	“Somos frugívoros”
<b>2º Primaria</b>	“Somos frugívoros”. Charla informativa sobre “ <i>Pediculosis</i> ”	“Somos frugívoros”. Charla: <i>Salud buco-dental</i>	“Somos frugívoros”
<b>3º Primaria</b>	“Somos frugívoros”. Charla informativa sobre “ <i>Pediculosis</i> ”	“Somos frugívoros”. Charla: “ <i>Higiene y Microbios</i> ”	“Somos frugívoros”
<b>4º Primaria</b>	“ <i>Os Super Saudáveis</i> ”	Charla: <i>Educación postural</i>	
<b>5º Primaria</b>		Charla: <i>Prevención de Accidentes</i>	Taller práctico de prevención de accidentes.
<b>6º Primaria</b>		Charla: <i>Primeros auxilios</i>	Taller práctico: Maniobras básicas de RCP
<b>2º ESO</b>		Actividad: “ <i>Aprende os 3 C</i> ” “ <i>Masaje cardíaco</i> ”	
<b>4º ESO</b>		Actividad: “ <i>Aprende os 3 C</i> ” “ <i>Masaje cardíaco</i> ”	

## **SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN**

### ***-De las unidades didácticas:***

#### 1º, 2º y 3º de primaria.

-En estos cursos la evaluación se hace por la actitud y observación de los cambios en los hábitos de vida por otros más saludables.

-Valoración del interés creado durante la actividad y preguntas realizadas por el alumnado.

-Cuestionario de evaluación para el profesor / tutor presente durante la realización de la actividad. En 3º también se pasa un cuestionario a los alumnos para evaluar los objetivos pretendidos.

#### 4º 5º y 6º de primaria.

-Evaluación mediante la aplicación digital Plickers donde vemos el nivel de conocimientos adquirido por el alumnado.

-Cuestionario a los profesores/tutores presentes en la actividad.

#### 2º ESO y 4º ESO

-Mediante cuestionarios google enviados vía email o por el blog del programa.

### ***-Del programa en general:***

Con la aplicación de la siguiente rúbrica para la valoración final del Programa de Salud.

### ***- De los agentes implicados:***

Cuestionario al profesorado que ha participado en las actividades realizadas.

# ANEXOS

## EVALUACIÓN ACTIVIDADES

**ACTIVIDAD REALIZADA:**

**CURSO:**

**GRUPO/S:**

**FECHA:**

*APARTADOS*

*ACEPTABLE*

*MEJORABLE*

*BUEN NIVEL*

Se han cumplido los objetivos pretendidos

Se han podido explicar de forma correcta los contenidos pretendidos

Nivel general de atención e implicación grupo.

Material didáctico utilizado

Observaciones y propuestas de mejora

<b>EVALUACIÓN PROGRAMA DE SALUD</b>			
<b>APARTADO A VALORAR</b>	<b>MEJORABLE</b>	<b>ACEPTABLE</b>	<b>BUEN NIVEL</b>
<i>OBJETIVOS GENERALES</i>			
<i>LÍNEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLAN: BLOQUES TEMÁTICOS, OBJETIVOS Y CONTENIDOS ESPECÍFICOS</i>			
<i>ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR POR ÁREAS CURRICULARES</i>			
<i>CLARIDAD, CONCRECIÓN EN LA REDACIÓN Y COHERENCIA DEL DOSSIER INFORMATIVO DEL PROGRAMA</i>			
<i>CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES Y ACTUACIONES DURANTE EL CURSO ESCOLAR</i>			
<i>RECURSOS EDUCATIVOS</i>			
<i>TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN DEL PROGRAMA</i>			
<i>SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN</i>			



## CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN

<b>ACTIVIDAD</b>	<b>Fecha:</b>	<b>Curso:</b>	<b>Grupo:</b>
	<i>MEJORABLE</i>	<i>ACEPTABLE</i>	<i>BUEN NIVEL</i>
Te ha parecido el tema adecuado para el nivel de alumnado			
La duración es adecuada			
La exposición ha sido...			
La atención y participación del alumnado ha sido...			
La utilización de los recursos didácticos ha sido...			
Observaciones y propuestas de mejora: <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/> <hr style="border: 0; border-top: 1px solid black; margin: 5px 0;"/>			

**Muchas gracias por tu colaboración.**

## RÚBRICA PARA LA VALORACIÓN Y EL SEGUIMIENTO DEL PROGRAMA DE SALUD

Apartados a valorar	Mejorable	Aceptable	Buen nivel
Objetivos generales	Los objetivos generales que se pretenden alcanzar no son suficientes o adecuados para el desarrollo del Programa de salud	Los objetivos generales que se recogen son adecuados para alcanzar el desarrollo del Programa de Salud	Los objetivos generales previstos se adaptan a las necesidades detectadas y se adecúan al IEL para el presente curso.
Líneas de intervención que se desarrollan: Bloques temáticos. Objetivos y contenidos específicos.	Se establecen sólo Líneas de intervención poco específicas, sin descripción de objetivos o contenidos específicos.	Se enumeran las Líneas de intervención y se relaciona convenientemente con cada una los objetivos y contenidos específicos.	Describe las Líneas de Intervención basadas en las necesidades del Centro. Enumera los objetivos y contenidos específicos en coherencia con el Programa de Salud para la promoción y consolidación de un entorno escolar saludable
Estrategias de integración curricular por áreas	Las actividades se relacionan en poca medida con los contenidos curriculares.	Las actividades planificadas aparecen en el currículo de áreas/materias, pero no en otros planes o programas del Centro.	Las actividades planificadas quedan integradas en el currículo, Proyecto Educativo de Centro y otros planes y Programas que se desarrollan.
Claridad, concreción en la redacción y coherencia del dossier informativo del Programa	El dossier informativo carece de forma y estructura	El dossier informativo tiene coherencia aunque se aprecien incongruencias en algunos apartados.	El dossier informativo tiene una relación clara, concreta y precisa de la información recogida.
Cronograma de actividades y actuaciones durante el curso escolar	Las actividades son inconexas, sin estar integradas en la dinámica general del centro.	Las actividades están adecuadas para el curso, edad y tiempo. Pero poco definidas en cuanto a las Líneas de intervención en todo el Centro: E. Primaria y Secundaria.	Las actividades están organizadas de forma adecuada para la edad, curso y tiempo así como programadas en una Línea de Intervención durante los cursos de E. Primaria y , en lo posible, algunos cursos de Secundaria.
Recursos educativos	Utiliza pocos o escasos recursos para la realización de diferentes actividades.	Utiliza los recursos del Centro en las diversas actividades.	Utiliza los recursos del Centro, las propuestas recibidas del exterior, así como la búsqueda continua para ampliar y mejorar los recursos del centro todos los años.

<p>Técnicas e instrumentos para comunicación y difusión del programa.</p>	<p>No hay previsión de estrategias o técnicas para dar a conocer las actividades del Programa de Salud.</p>	<p>Se utilizan de vez en cuando instrumentos de promoción y comunicación del Programa de Salud.</p>	<p>Se utilizan frecuentemente técnicas e instrumentos de promoción del Programa a través del Blog y de la Página Web del Instituto, así como Concursos y promociones de los diferentes ámbitos del Programa. Se cuenta con la colaboración de los distintos sectores de la Comunidad educativa.</p>
<p>Seguimiento y evaluación</p>	<p>Sólo se recoge la evaluación general del Programa.</p>	<p>Se recoge la evaluación de algunas de las actividades realizadas.</p>	<p>Se recoge la evaluación a través de formularios, cuestionarios o valoración oral de las actividades por los diferentes participantes en las mismas. Se tiene en cuenta las propuestas de mejora para reconducir y mejorar las estrategias utilizadas y la adecuación o no al grupo en el que se realiza.</p>