

i.e.s.o. **la falcata**



# MEMORIA TÉCNICA

“SELLO DE VIDA SALUDABLE”



*Villafranca de los Caballeros, noviembre 2017*

## **I.E.S.O LA FALCATA**

45006153J

C/ De la Sal, s/n

45730 VILAFRANCA DE LOS CABALLEROS (Toledo)

926578242 / 649750573

45006153. ieso@edu.jccm.es

<http://ies-lafalcata.centros.castillalamancha.es/>

<http://www.facebook.com/IESOLAFALCATA>

ÍNDICE	PÁG
1. PRESENTACIÓN DE LA MEMORIA TÉCNICA	3
2. RESUMEN DE LA VIDA DEL CENTRO	5
3. PARTICIPACIÓN E IMPLICACIÓN EN EL PROYECTO DE LOS ÓRGANOS DE COORDINACIÓN Y DE REPRESENTACIÓN	7
4. RELACIÓN COMPLETA DEL PROFESORADO PARTICIPANTE	10
5. DESCRIPCIÓN COMPLETA DE LAS ACTUACIONES	13
A. Plan de actividades físico – deportivas complementarias y extraescolares.	14
A.1. Justificación	14
A.2. Acciones, procedimientos, recursos	15
A.3. Objetivos	16
A.4. Medidas para difundir las actuaciones y experiencias.	16
A.5. Actuaciones	16
B. Recreos con actividad física, mental y deportiva.	18
B.1. Justificación	18
B.2. Acciones, procedimientos, recursos	19
B.3. Objetivos	20
B.4. Medidas para difundir las actuaciones y experiencias.	20
B.5. Actuaciones	20
C. Plan de actividades para la prevención y promoción de la Educación para la salud.	21
C.1. Justificación	21
C.2. Acciones, procedimientos, recursos	22
C.3. Objetivos	22
C.4. Medidas para difundir las actuaciones y experiencias.	23
C.5. Actuaciones	23
D. Plan de actividades para la educación ambiental	27
D.1. Justificación	27
D.2. Acciones, procedimientos, recursos	28
D.3. Objetivos	29
D.4. Medidas para difundir las actuaciones y experiencias.	29
D.5. Actuaciones	29
6. PROYECTOS DE ACTUACIÓN PARA EL FUTURO	37
7. EVALUACIÓN DEL PROYECTO	38
8. ANEXOS	39

# 1 PRESENTACIÓN DE LA MEMORIA TÉCNICA

La Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo de Educación, señala en su artículo 2.1 que el sistema educativo español se orientará, entre otros, a la consecución de la adquisición de hábitos intelectuales y técnicas de trabajo, de conocimientos científicos, técnicos, humanísticos, históricos y artísticos, así como el **desarrollo de hábitos saludables, el ejercicio físico y el deporte.**

A lo largo de la **educación secundaria obligatoria**, según la mencionada Ley, se deben **afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales** y se deben **incorporar la educación física y la práctica del deporte** para favorecer el desarrollo personal y social.

En este marco, la Orden ECD/2475/2015, de 19 de noviembre (B.O.E. número 281 de 24 de noviembre de 2015) crea el distintivo de calidad de centros docentes **Sello Vida Saludable** cuyo desarrollo normativo viene regulado por la Resolución de 23 de diciembre de 2015, de la Secretaría de Estado de Educación, Formación Profesional y Universidades (B.O.E. número 313 de 31 de diciembre de 2015).

El **I.E.S.O. LA FALCATA**, una vez más, pretende optar a este distintivo que concede el Ministerio de Educación al haber demostrado con esta memoria técnica que en los últimos 7 años ha fomentado el aprendizaje de la salud en el ámbito educativo, la asunción de prácticas de vida saludable, una actividad física que permite el adecuado desarrollo personal y social de los alumnos y la asunción de prácticas para preservar el medioambiente.

Atendiendo a lo establecido en el apartado 2, Requisitos, de la Resolución anteriormente citada, el IESO LA FALCATA, que opta a la obtención del distintivo "**Sello Vida Saludable**", presenta la siguiente memoria técnica que consta de los siguientes apartados, establecidos en el punto 2, de la Resolución de 23 de diciembre:

- En primer lugar se hace un resumen de la vida de nuestro centro donde se abordan los datos de su historia, el entorno social, su oferta educativa, número de grupos y alumnos, personal que presta servicios, etc. A continuación se hace una breve mención de los proyectos y actividades más significativas que se han realizado en años anteriores y los que se están desarrollando y planificado para este curso.
- El siguiente apartado de esta memoria técnica analiza la implicación y participación de la plantilla en los distintos proyectos y actividades que se realizan.
- En el apartado 5 se realiza una descripción completa de los proyectos y actividades que dividiremos en 4 ámbitos de actuación:
  - **Plan de actividades físico deportivas complementarias y extracurriculares.**
  - **Plan de recreos con actividad física, mental y deportiva organizada.**
  - **Plan de actividades para la prevención y promoción de la Educación para la Salud**
  - **Plan de actividades para la educación ambiental.**
- En cada uno de estos ámbitos se analizan los proyectos o actividades se analizan el punto de partida, acciones, procedimientos y recursos, la temporalización, el

plan de seguimiento, la evaluación y el proyecto de actuación para el futuro como consecuencia del trabajo desarrollado.

## 2 RESUMEN DE LA VIDA DEL CENTRO

El IESO "La Falcata" es un centro de educación secundaria obligatoria que se encuentra en Villafranca de los Caballeros, pueblo situado al sureste de la provincia de Toledo, limitando su término con la provincia de Ciudad Real en la carretera N-400, Km. 89, y próximo a la "Autovía de los viñedos"; cercano a importantes núcleos urbanos como Alcázar de San Juan, Tomelloso, Villacañas, Herencia, etc. Es una localidad bien comunicada con las comunidades autónomas colindantes (Madrid, Andalucía,...).

Tiene una población de 5410 habitantes totales con una tendencia decreciente y su economía se basa actualmente en la agricultura y en el sector de la construcción. El sector industrial y de servicios es muy escaso y se reduce a familias o empresas de pocos trabajadores.

La localidad ofrece distintas posibilidades socioculturales y educativas: Escuela Infantil, Colegio, Centro de Salud, polideportivo, piscina, Casa de la Cultura, Centro de la Mujer, Auditorio municipal, Centro de Interpretación Medioambiental, Biblioteca, ludoteca, Escuela de Música, Centro Joven, y en sus inmediaciones se encuentra el paraje natural de las Lagunas, entorno que ofrece múltiples actividades recreativas, además de ser reserva de la biosfera, reserva natural y refugio de fauna.

El centro se sitúa en las afueras de la localidad, junto a otros edificios e instalaciones como el Colegio Público "Miguel de Cervantes", la piscina municipal y el polideportivo municipal, del cual hacemos también uso.

Nuestro centro es relativamente moderno, su construcción data del año 2004. Su oferta educativa se centra exclusivamente en Educación Secundaria Obligatoria incluyendo el Programa de Mejora del Aprendizaje desde el 2015/16 y anteriormente el Programa de Diversificación desde el 2008.

La plantilla docente cuenta con 22 profesores de los que el 75 % tiene destino definitivo, aunque la mayoría no reside en la localidad; 3 miembros del personal de administración y servicios y contamos con una matrícula que ronda los 185 alumnos con un 7 % de alumnado extranjero, todos ellos distribuidos en 10 unidades (ESO Y PMAR). Nuestros alumnos tienen una gran afición al balonmano, así como en actividades relacionadas con el baile y la música, gracias a la Escuela de Música Municipal y a la cercanía del Conservatorio Oficial de Música situado en localidades vecinas.

El centro cuenta con un gran patio, gimnasio, biblioteca, talleres (EPV y tecnología), aula de música, aula Althia, laboratorio, 13 aulas, 10 despachos destinados al equipo directivo y departamentos didácticos y 2 salas de reuniones.

A pesar de la juventud del Instituto, desde el año 2011 /12 empezamos a trabajar los temas medioambientales transversalmente a partir del grupo de trabajo que desarrolla el proyecto "Aula de Ecología" cuyo objetivo es la creación de contenidos y actividades dirigidas hacia la mejora y respeto del medioambiente y entorno cercano y que concluirá con la recogida de todo el trabajo realizado en un blog denominado "La Falcata Medioambiental".

Posteriormente, el proyecto con el que el Equipo Directivo presenta su candidatura en el año 2014 consigue afianzar el trabajo en educación ambiental y hábitos saludables. El proyecto de dirección incluye, entre otras actuaciones, promover la comprensión y valoración de la importancia de preservar el medioambiente por las repercusiones que el mismo tiene sobre la salud de las personas que se centra, inicialmente, en la celebración de la Semana del Medioambiente y, en otros ámbitos, incluye actuaciones para fomentar la participación de todos los miembros de la comunidad educativa en la vida del Instituto así como potenciar la apertura del centro a la localidad, colaborando con la administración local, asociaciones e instituciones,

en actividades que promuevan la participación de los alumnos y de los padres como talleres, charlas, programas de prevención, concursos, etc. Otras muchas actividades que venimos desarrollando se centran en la nutrición y alimentación saludable, el deporte, la higiene, la prevención, conocimiento de sustancias y comportamientos adictivos...

Con estas bases y el trabajo de estos siete años hemos conseguido que el Proyecto "VIDA SALUDABLE" forme parte de nuestro Proyecto Educativo y que anualmente se recoja en los documentos programáticos que ordena nuestra vida escolar como son la Programación General Anual, programaciones didácticas, etc.

En nuestro proyecto saludable podemos diferenciar varios ámbitos de trabajo en los que detallamos las actuaciones que se han desarrollado estos años y otras que se siguen implementando anualmente, bien de manera transversal (temáticas concretas) o longitudinal (a lo largo del año). Citamos en este apartado algunas de ellas:

- **PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES.**
  - Rutas ciclistas y de senderismo fuera y en nuestro entorno.
  - Maratón solidario.
  - Patinaje, dentro y fuera del centro.
  - Máster Class de Zumba a cargo de Soraya Rodríguez.
  - Gimkana deportiva.
  - Actividad deportiva "Triatlón"
- **RECREOS CON ACTIVIDAD FÍSICO, MENTAL Y DEPORTIVA ORGANIZADA.**
  - Fútbolito, petanca, ajedrez, patinaje.
- **PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD.**
  - Desayunos saludables y "Los jueves toca fruta".
  - Talleres sobre conductas adictivas, drogodependencias y acoso escolar.
  - Participación en el periódico "Estudiantes"
  - Charlas y talleres afectivos sexuales
  - Charla para padres y alumnos sobre bullying y ciberacoso.
  - Curso de prevención en familia dirigido a padres y madres.
  - Celebración del Día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer.
  - Charla donación de órganos por Hospital "La Mancha-Centro"
  - Concurso saludable
- **PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA EDUCACIÓN AMBIENTAL**
  - Semana del Medio Ambiente.
  - Proyecto "El árbol de los compromisos" y "Huella ecológica"
  - Talleres sobre los humedales y rutas por la laguna de la Sal a cargo de la fundación Global Nature.
  - Talleres ofrecidos por Consermancha.
  - Plantación de árboles en el patio del recreo y mantenimiento de zonas verdes.
  - Elaboración de semilleros y creación de nidos de murciélagos.
  - Concurso de fotografía sobre el medio ambiente.
  - Campañas de limpieza del patio del recreo a cargo de los alumnos.
  - Rutas ornitológicas por el complejo lagunar de Villafranca de los Caballeros.
  - Exposiciones artísticas sobre arte y naturaleza.
  - Taller de elaboración de cometas y volada por la asociación "Comevientos".
  - Visitas educativas a la planta eólica de Villacañas..
  - Construcción de decoraciones navideñas con material reciclado.
  - Taller y actividades sobre reciclaje
  - Celebración del día Mundial de los Humedales con suelta de rapaces en la Laguna de la Sal

### 3 PARTICIPACIÓN E IMPLICACIÓN EN EL PROYECTO DE LOS ÓRGANOS DE COORDINACIÓN DOCENTE Y DE REPRESENTACIÓN.

En septiembre de 2016 la Dirección propone por primera vez presentar la solicitud de concesión distintivo de Calidad "Sello de vida Saludable" al Ministerio de Educación, Cultura y Deportes. Para ello presenta la propuesta al Consejo Escolar con fecha 21 de octubre siendo aprobada por unanimidad. El día 21 de febrero de 2017 se presenta la solicitud mediante registro electrónico en el Ministerio de Hacienda y Administraciones Públicas. **El 30 de octubre de 2017** el Equipo Directivo vuelve a presentar al Consejo Escolar esta iniciativa con la que optar de nuevo en el año 2018 a este distintivo de calidad.

La participación de la Comunidad educativa y de los Agentes e Instituciones Sociales y Locales se hace imprescindible en este proyecto, es por ello que hemos buscado en este curso una colaboración más estrecha con el Ayuntamiento de la localidad y sus diferentes Concejalías (Deportes, Igualdad, Educación, Medio ambiente...), AMPA, asociaciones locales (petanca, ajedrez, voluntariado) y la implicación de los alumnos a través de la Junta de Delegados. De igual manera, el proyecto se ha enriquecido con la colaboración directa del profesorado a través de sus programaciones y como medida general aprobada en Claustro, todos los Departamentos y profesores incluyen en sus programaciones didácticas, una actividad al menos, cuyo objetivo esté enmarcado dentro del proyecto saludable.

Recogemos en la siguiente tabla las acciones según el ámbito trabajado: actividades físico – deportivas complementarias y extracurriculares, actividades en recreos, hábitos saludables y educación en medio ambiente. Cada una de estas actuaciones está relacionada con la institución o instituciones que la desarrolla.

AMBITOS DE ACTUACIÓN	ACTUACIONES	INSTITUCIONES														
		IESO	DEP. DIDÁCTICOS	PROFESORADO	JUNTA DELEGADOS-	AMPA	CENTRO DE SALUD	CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL E	CONCEJALÍA EDUCACIÓN Y	CONCEJALÍA DEPORTES	CONCEJALÍA TURISMO Y MEDIOAMBIENTE	DIPUTACIÓN PROVINCIAL	POLICIA Y GUARDIA CIVIL	EMPRESAS LOCALES	ASOCIACIONES LOCALES (Pentanca,	OTRAS INSTITUCIONES DE AMBITO NACIONAL O INTERNACIONAL
ACTIVIDADES FÍSICO – DEPORTIVA COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES	Rutas ciclistas por el entorno															
	Senderismo															
	Maratón solidario															
	Patinaje															
	Máster Class de Zumba, pilates,															
	Gimkana deportiva															
	Triatlón															
	"Minutos" de carrera continua.															
	Carrera de orientación															

		INSTITUCIONES														
RECREOS ACTIVOS	ACTUACIONES	IESO	DEP. DIDÁCTICOS	PROFESORADO	JUNTA DELEGADOS- alumado	AMPA	CENTRO DE SALUD	CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL	CONCEJALÍA EDUCACIÓN Y DEPORTES	CONCEJALÍA TURISMO Y	DIPUTACIÓN PROVINCIAL	POLICIA Y GUARDIA CIVIL	EMPRESAS LOCALES	ASOCIACIONES LOCALES (Patanca)	OTRAS INSTITUCIONES DE A MBITO NACIONAL	
	Fulbito															
Patanca																
Ajedrez																
Patinaje																

		INSTITUCIONES														
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD.	ACTUACIONES	IESO	DEP. DIDÁCTICOS	PROFESORADO	JUNTA DELEGADOS- alumado	AMPA	CENTRO DE SALUD	CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL E	CONCEJALÍA EDUCACIÓN Y DEPORTES	CONCEJALÍA TURISMO Y MEDIOAMBIENTE	DIPUTACIÓN PROVINCIAL	POLICIA Y GUARDIA CIVIL	EMPRESAS LOCALES	ASOCIACIONES LOCALES (Patanca)	OTRAS INSTITUCIONES DE A MBITO NACIONAL O	
	Desayunos saludables															
	Entrega de fruta															
	Alimentación y dieta equilibrada, Anorexia y bulimia															
	Educación afectiva - sexual															
	Conductas adictivas, tabaco, drogodependencia, alcohol															
	Acoso Escolar , bullyng, ciberacoso															
	Higiene bucal															
	Promoción de la igualdad entre hombre y mujeres															
	Donación de órganos															
	Primeros auxilios															
	Consumo responsable															
	Animación a la lectura.															

AMBITOS DE ACTUACIÓN	INSTITUCIONES																	
	ACTUACIONES	IESO	DEP. DIDÁCTICOS	PROFESORADO	JUNTA DELEGADOS	AMPA	CENTRO DE SALUD	CONCEJALÍA DE BIENESTAR SOCIAL E	CONCEJALÍA EDUCACIÓN Y	CONCEJALÍA DEPORTES	CONCEJALÍA TURISMO Y	DIPUTACIÓN PROVINCIAL	POLICÍA Y GUARDIA CIVIL	EMPRESAS LOCALES	ASOCIACIONES LOCALES (Patanca)	OTRAS INSTITUCIONES DE ÁMBITO NACIONAL O		
EDUCACIÓN AMBIENTAL	Consumo responsable																	
	Contaminación acústica																	
	Semana del Medio Ambiente																	
	Proyecto "Árbol de los compromisos"																	
	Proyecto "La huella ecológica"																	
	Colaboración con GLOBAL NATURE																	
	Colaboración CONSERMANCHA																	
	Plantación de árboles																	
	Elaboración de semilleros																	
	Creación de nidos de murciélagos																	
	Concurso de Fotografía																	
	Rutas ornitológicas																	
	Exposiciones Arte y naturaleza																	
	Poesía y vocabulario medioambientalista																	
	Elaboración de cometas																	
	Conocimiento de energías alternativas																	
	Reciclaje																	
	Conocimiento de flora y fauna																	

## 4 RELACIÓN COMPLETA DEL PROFESORADO PARTICIPANTE, INDICANDO NIVEL EDUCATIVO, CARGO Y RESPONSABILIDAD EN LAS ACTUACIONES, SI PROCEDE.

PROFESORADO 17 /18	NIVEL	CARGO	ACTUACIÓN
<b>EQUIPO DIRECTIVO</b>			
Fátima Plaza Tabasco Carmen Rubio Alberca María Isabel Hernández	ESO	Directora Jefa de estudios Secretaría	Maratón Solidario, desayunos saludables, entrega de frutas, Senderismo, charlas hábitos saludables, talleres violencia de género, Taller de prevención acoso escolar "Tú cuentas", Petanca, patinaje en recreos, liguilla de fútbol, ajedrez, "Clik", programa de prevención de adicción y otros problemas asociados al uso de TIC., Taller afectivo, Primeros auxilios ante accidentes producidos durante la práctica de actividad físico – deportiva u otras circunstancias, charla tabaquismo, Taller violencia de género con Asociación M <sup>a</sup> Padilla de Toledo, Concurso escolar "Consumópolis", prevención en el consumo de sustancias adictivas, charla sexualidad, actividades semana del medioambiente, formación del profesorado.
<b>DEPARTAMENTO SOCIOLINGÜÍSTICO</b>			
María José López Montealegre	ESO	Jefa de Departamento y Tutora	Maratón Solidario, "Dieta Mediterránea" Contenidos curriculares, PAT, Senderismo.
Alicia Manjavacas Manzanares	ESO	Tutora	Maratón Solidario, "Mindfulness" Contenidos curriculares, PAT, Senderismo, formación del profesorado.
Mario Moreno Caballero	ESO	Tutor y Responsable de	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, actividades

		biblioteca	de Biblioteca.
M <sup>a</sup> Carmen Rubio Alberca	ESO	Jefa de Estudios	Formación del profesorado.
Ramón Gallego Seldas	ESO	Tutor	Maratón Solidario, PAT, Senderismo.
<b>DEPARTAMENTO CIENCIAS</b>			
Isabel Camuñas Gamero	ESO	Jefa de Departamento y Tutora	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, formación del profesorado.
María José Cabezas Soriano	ESO	Tutora	Maratón Solidario, PAT, Senderismo.
Concepción García Maestre	ESO	Tutora	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, actividades de Biblioteca, mercadillo solidario, Estudio sobre el consumo de alcohol y tabaco en los jóvenes del centro, formación del profesorado.
Pedro José Laveda Ayala	ESO		Maratón Solidario, PAT, Senderismo
Francisco Javier Pérez Rueda	ESO	Tutor	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, Concurso sobre "nutrición equilibrada y actividad física"
<b>DEPARTAMENTO LENGUAS EXTRANJERAS</b>			
María Isabel Hernández García	ESO	Secretaria	Creación de carteles trilingües
José María Molero Martín	ESO	Jefe de Departamento	Creación de carteles trilingües
Lilia Porras Villa	ESO	Responsable de A.C.E. y Coordinadora de formación Tutora	Maratón Solidario, PAT, Senderismo Creación de carteles trilingües "El rap saludable", petanca, ajedrez, desayunos saludables, fulbito, patinaje, entrega de fruta, "Consumópolis", formación del profesorado, mercadillo solidario.
<b>DEPARTAMENTO EPV Y TECNOLOGÍA</b>			
Fátima Plaza Tabasco	ESO	Directora	Stop motion sobre preservación del medio ambiente, elaboración de papeleras con botellas, diseño de símbolo los para fomentar hábitos saludables, creaciones artísticas con material reciclable. Contenidos curriculares, formación del

			profesorado.
Feli Fernández Díaz Rullo	ESO		Senderismo, maratón.
Iluminada Abellan Clemente	ESO	Jefa de Departamento	Maratón Solidario, Senderismo, construcción de objetos con materiales plásticos, visionado de vídeos sobre reciclado de papel, visita aula de energía de Villacañas. Contenidos curriculares.
<b>DEPARTAMENTO MÚSICA Y EDUCACIÓN FÍSICA</b>			
Conchi Tarjuelo Rodríguez	ESO	Jefa de Departamento y Tutora	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, contaminación acústica, instrumentos musicales con material reciclado, contenidos curriculares.
Carmen Moreno Moraleda	ESO	Tutora	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, recreos activos, liguilla futbol, máster class (zumba, aerobic, pilates...), "minutos de carrera continua", charlas anorexia y bulimia, ruta cicloturista, carrera de orientación, formación profesorado.
<b>RESPONSABLE DE RELIGIÓN</b>			
David Casas de la Cal	ESO		Senderismo, maratón.
<b>DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN</b>			
Laura Torrubia Sanz		Jefa de departamento	Maratón Solidario, PAT, Senderismo, prevención violencia de género, talleres violencia de género, Taller de prevención acoso escolar "Tú cuentas", Taller afectivo, Taller violencia de género con Asociación M <sup>a</sup> Padilla de Toledo, Concurso escolar "Consumópolis", prevención en el consumo de sustancias adictivas, charla sexualidad, formación del profesorado.
Cointa Marchante Villanueva	ESO	PT	formación del profesorado.

DEPARTAMENTO	Curso anteriores <b>PROFESORADO</b>	NIVEL	CARGO
<b>Sociolingüístico</b>	Marta Escudero García	ESO	Tutora
	Gerardo Fernández bustos	ESO	Tutor
	María del Carmen Martín Delgado	ESO	Tutora
	Luis Ángel López Márquez	ESO	Jefe de Departamento
	Salvador Romero Márquez	ESO	Tutor
	Israel Ortega Camino	ESO	Tutor
	Pilar Moreno García	ESO	Tutor
<b>Ciencias</b>	María José Cabezas Gamero	ESO	Tutora
	Eloy Córdoba Heras	ESO	Tutor
	Luis Alfonso Olivares Chillerón	ESO	Tutor
	María López Adava Manzano	ESO	Tutor
	Gloría Díaz Oliver	ESO	Tutora
	Ana Rosa Cámara Sevilla	ESO	Tutora
<b>Religión</b>	Jesús Ángel Marcos Gascón	ESO	
<b>Tecnología y EPV</b>	Antonio Fernández Simal	ESO	Tutor
	Luisa Gómez Sánchez		

## **5** DESCRIPCIÓN COMPLETA DE LAS ACTUACIONES

En este apartado, se van a enumerar cada una de las actividades y proyectos que se han realizado en el pasado así como otras que se están desarrollando y se desarrollarán en este curso escolar **2017/2018** y que demuestran el compromiso de nuestro centro, IESO LA FALCATA, con las finalidades que se enumeran a continuación y que justifican la implicación del Centro en un proyecto educativo comprometido con un estilo de vida saludable en su más amplio aspecto.

1. Fomentar el rol de la educación en hábitos saludables como una parte integrante de la educación integral, diseñando, a tales efectos, un programa de educación en hábitos saludables que comprenda la programación y establecimiento de objetivos educativos y de los instrumentos de evaluación.
2. Promover estilos y hábitos de vida saludables, a partir de las necesidades específicas del alumnado del centro docente y, especialmente, en los ámbitos de la nutrición y alimentación saludables y del deporte, contemplando el enfoque de género y la equidad para evitar desigualdades en la salud.
3. Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables de los alumnos, con especial énfasis en la higiene y la prevención.
4. Afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social de los alumnos.
5. Fomentar en el alumnado la adquisición de capacidades y competencias que les permitan cuidar su cuerpo tanto a nivel físico como mental, así como valorar y tener una actuación crítica ante la información, publicidad y ante actitudes sociales que puedan repercutir negativamente en su desarrollo físico, social y psicológico.
6. Conocer y detectar las situaciones de riesgo para la salud relacionadas, especialmente, con el consumo de sustancias con potencial adictivo, tanto de comercio legal como ilegal, así como con la ejecución de determinadas actividades que puedan generar comportamientos adictivos, con especial atención a la anorexia y a la bulimia, contrastando sus efectos nocivos y proponiendo medidas de prevención y control.

7. Promover la comprensión y valoración de la importancia de preservar el medio ambiente por las repercusiones que el mismo tiene sobre la salud de las personas.
8. Fomentar la responsabilidad del alumnado en las decisiones diarias del mismo y el conocimiento de las consecuencias que las mismas tienen en su salud y en el entorno que les rodea.
9. Promover el adecuado conocimiento de la salud e higiene sexual y reproductiva.
10. Promover la puesta en valor de la investigación, desarrollo e innovación en los avances médicos y en el impacto de la calidad de vida de las personas.
11. Promover la formación continua del personal docente que preste sus servicios en el centro, en materia de educación en hábitos saludables y, en especial, sobre alimentación saludable y práctica de actividad física.

Los proyectos y actividades, tal y como explicábamos en la introducción de esta memoria, las agrupamos por ámbitos o planes:

**A. Plan de actividades físico- deportivas complementarias y extracurriculares**

**B. Plan de recreos con actividad física, mental y deportiva organizada.**

**C. Plan de actividades para la prevención y promoción de educación para la salud.**

**D. Plan de actividades para la educación ambiental.**

Dentro de cada plan distinguimos actuaciones longitudinales, es decir aquellas que se realizan durante todo el año y se evalúan al comienzo y final del proceso. Otras transversales que se realizan en una o varias sesiones puntualmente y que no precisan una evaluación concreta. Otras actuaciones serían aquellas que ya se vienen desarrollando en el centro y que contribuyen a la concienciación en salud, medioambiente, valores...

***Las actuaciones que se marcarán con \*ASTERISCO se realizarán durante este curso 2017/18.***

## **A. PLAN DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES.**

### **A.1. JUSTIFICACIÓN**

La actividad física es una importante alternativa para una vida saludable, incluyendo no tener dolores, no disminuir nuestras capacidades, mantenerse mentalmente activo y no reducir involuntariamente nuestras actividades.

La promoción de la práctica de actividad físico-deportiva se ha convertido en uno de los objetivos esenciales en la política educativa de la mayoría de los países desarrollados. Numerosas investigaciones destacan que el ejercicio físico adecuado, regular y sistemático mejora la salud y contribuye a la calidad de vida de manera notable.

Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.

Una práctica de actividad físico-deportiva realizada bajo unos determinados parámetros de frecuencia, intensidad y duración, está encuadrada dentro de los modelos o estilos de vida saludables. En este sentido, diversos estudios muestran que existen relaciones significativas entre la práctica de actividad física y la reducción de hábitos negativos para la salud de los adolescentes, como el consumo de tabaco y alcohol.

Asimismo y, desde una consideración integral de la salud, hay que destacar los beneficios psicológicos y sociales de la misma, que convierten a la actividad físico-deportiva en un factor primordial para la contribución al desarrollo personal y social armónico en escolares y adolescentes, teniendo una marcada influencia en los hábitos de práctica durante la edad adulta.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Además, se estima que la inactividad física es la causa principal de, aproximadamente, un 21%-25% de los cánceres de mama y de colon, el 27% de los casos de diabetes y, el 30% de la carga de cardiopatía isquémica.

## **A.2. ACCIONES, PROCEDIMIENTOS Y RECURSOS**

Sabemos que la mejora de las habilidades motrices y de las capacidades condicionales, la reducción de los factores de riesgo o el control de determinadas enfermedades tanto físicas (asma, obesidad, cardiopatías, diabetes,...), como psíquicas (depresión, ansiedad, estrés,...); la adquisición de hábitos saludables (higiénicos, alimentarios,...); la integración y la cohesión social (fomenta un modelo inclusivo de convivencia en la diversidad, de respeto a la diferencia); la formación en valores como la solidaridad, la tolerancia, la disciplina, la confianza en uno mismo, la superación personal, etc., son aspectos que a partir de la práctica de actividad física contribuyen a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y ciudadanas. Por todas estas razones, se considera de máxima importancia que nuestros alumnos puedan acceder a una práctica físico-deportiva.

Basándonos en todo esto, nuestro centro viene llevando a cabo un plan de actividades físico-deportivas aprovechando todos los recursos disponibles a nuestro alcance como instalaciones deportivas del propio centro e instalaciones públicas adyacentes, entornos naturales cercanos a nuestro pueblo de un gran valor y espacios urbanos próximos al centro que se pueden aprovechar para la práctica de actividad física y deportiva.

Consideramos muy importantes los valores que aportan la competición deportiva, como la cooperación, tolerancia, integración, autonomía, participación, igualdad, etc. Por lo que a través de estas actividades deportivas ponemos hincapié en el desarrollo de estos y trabajamos el **ámbito de la participación de la comunidad escolar**. Por otro lado, con el objetivo de abarcar el abanico de los distintos intereses y motivaciones de nuestros alumnos, también llevamos a cabo actividades lúdicas deportivas no competitivas.

### **Equipamientos y entornos utilizados:**

- Los equipamientos e instalaciones del propio centro: gimnasio cubierto, pista polideportiva, pista de petanca.
- Equipamiento público: Complejo Deportivo "11 DE JULIO DEL 2010"
- Entornos naturales locales: Complejo lagunar de las Lagunas de Villafranca de los Caballeros.

- Otros contextos fuera de la localidad: caminos rurales de Urda, Sierra de Madrideojos, pistas de patinaje, esquí...

### A.3. OBJETIVOS

- ✓ Incorporar la educación física y la práctica del deporte como hábito diario para favorecer el desarrollo personal y social de los alumnos.
- ✓ Promover estilos y hábitos de vida saludables a través del deporte contemplando el enfoque de género y la equidad.

### A.4. MEDIDAS PARA DIFUNDIR LAS ACTUACIONES Y EXPERIENCIAS

Las actuaciones y experiencias se difunden a través de varias vías:

- ✓ Información en Comisión de coordinación pedagógica.
- ✓ Información a través de las reuniones de tutores con Jefatura de estudios y Orientación.
- ✓ Información a través de los tablones de anuncios del centro.
- ✓ Información a través de la Junta de Delegados: grupo de WhatsApp
- ✓ Información a través de Delphos Papás.
- ✓ Información a través del correo institucional:  
<mailto:45006153.ieso@edu.jccm.es>
- ✓ Información a través de web del centro:  
<http://ies-lafalcata.centros.castillalamancha.es/>
- ✓ Información a través del perfil de Facebook:  
<http://www.facebook.com/IESOLAFALCATA>

### A.5. ACTUACIONES

#### \*ACTUACIÓN: SENDERISMO Y RUTAS CICLISTAS

Desde el curso 2013/14 se organizan rutas de senderismo a Urda. En ellas participan todos los cursos alternadamente cada año. También a lo largo del año se realizan rutas por el entorno natural de las Lagunas de Villafranca: Laguna Grande, Laguna de la Sal. En este curso se tienen programadas varias rutas: Camino de Santiago, Cabañeros, Sierra de Madrideojos.

Se pretende con estas favorecer el deporte, la convivencia y el respeto al entorno.



### \*ACTUACIÓN: **MARATÓN SOLIDARIO**

Con el objetivo de fomentar la práctica del deporte y las actitudes solidarias en nuestros alumnos, se organiza el curso 2015/16 el primer maratón solidario en el que participa toda la comunidad educativa.

La actividad es coordinada por el Equipo directivo y en ella colabora la Concejalía de deportes, la policía local y voluntarios del Ayuntamiento.

Hay una gran participación de todos los sectores y la convivencia es inmejorable.

Se realizan varias pruebas: caminata, atletismo y bicicleta para que todos puedan participar según sus capacidades.

Durante este curso, celebraremos el III Maratón solidario.



### \*ACTUACIÓN: **PATINAJE**

Se realizan dos actividades en torno a este deporte durante el curso 2015/16. La primera organizada por el profesor de Religión para los alumnos de 1º de ESO. La segunda se organiza en las jornadas de fin del 1º trimestre por la profesora de Educación física y el profesor de Matemáticas.

En el curso 2016/17 se realiza otra actividad de patinaje sobre hielo en la pista de Ocaña.

En el curso 2017/18 se impartirán clases de patinaje en el Gimnasio del Centro durante los recreos subvencionadas por el Ayuntamiento de Villafranca de los Caballeros.



### \*ACTUACIÓN: **GIMKANA DEPORTIVA**

Esta actividad se realiza para concluir el 2º trimestre del curso 2015/16 y 2016/17 con el objetivo de promover estilos y hábitos de vida saludables, en concreto en el ámbito del deporte, favorecer su desarrollo social y la convivencia, Está organizada por la profesora de Educación Física y el profesor de Matemáticas con la colaboración del resto del profesorado.

Participan todos los alumnos del centro.



### \*ACTUACIÓN: **MASTER CLASS DE ZUMBA, PILATES, AEROBIC**

La afición por el baile en nuestro alumnos es más que destacable y por ello se organizan actividades en las que puedan poner en valor sus actitudes al tiempo que incorporamos la práctica del deporte con la que favorecemos su desarrollo personal y social.

Aualmente se vienen haciendo exhibiciones de baile en el concurso de final del Primer trimestre "Tú sí que vales", en los que participan todos los alumnos con diversas disciplinas, entre ellas el baile.



Otra de las actividades que se realiza el curso 2016/17 es la Máster Class de Zumba a cargo de Soraya Rodríguez para los alumnos de 3º ESO en la materia de Educación Física. Para este curso están programadas otras de iguales características.

**\*ACTUACIÓN: PROMOCIÓN DEPORTIVA "SOMOS DEPORTE 3-18"**

El curso pasado se desarrolló en el centro una actividad de carácter deportivo dedicado al TRIATLÓN concedida por la Diputación de Toledo y dentro del programa de promoción deportiva "Somos deporte 3-18".



\*En este curso hemos realizado la inscripción para realizar otra actividad dentro de este programa dedicada a la ESCALADA en el rocódromo de Toledo y con los alumnos de 3º y 4º.

**\*ACTUACIÓN: "MINUTOS DE CARRERA CONTINUA"**

Esta actividad está programada para este curso 2017/18. Se trataría de dedicar una vez al mes un tiempo (a determinar) en el cual se trabaje la carrera continua. Se dirige la actividad para todo el alumnado, aunque por grupos separados.

**\*ACTUACIÓN: CARRERA DE ORIENTACIÓN**

Esta actividad está programada para este curso 2017/18 y su objetivo sería la de practicar la orientación espacial como alternativa para la práctica físico- deportiva y para valorar la naturaleza que nos rodea. Está destinada a los alumnos de 3º y 4º.

## **B. RECREOS CON ACTIVIDAD FÍSICA, MENTAL Y DEPORTIVA ORGANIZADA.**

### **B.1. JUSTIFICACIÓN**

A través de la historia de la humanidad, el esparcimiento y la recreación han estado presentes en las actividades que diariamente ejecutan adultos, jóvenes y niños. Desde las sociedades prehistóricas, los seres humanos buscaron el placer mediante actividades recreativas como cantar, bailar, contar historias, entre otras.

"En el campo de la educación, pedagogos como Rousseau, Pestalozzi y Froebel, entre otros, le dieron gran importancia al ejercicio físico y al juego. Ordoñez (2000) señala que, para Pestalozzi, lo físico y lo intelectual deben ir juntos en el proceso educativo, apoyados en métodos activos. Por su parte, Froebel consideraba necesario integrar el juego dentro del ámbito escolar, para que los niños pudieran llevar a cabo actividades lúdicas, como parte del proceso de aprendizaje. Asimismo, para Herbart y Froebel, el juego planeado debe ser utilizado en el proceso de aprendizaje; por tanto, el niño debe aprender jugando.

Según los aportes de pedagogos del siglo XIX y XX, el proceso de recreación, como actividad escolar dispuesta a satisfacer el entretenimiento, descanso, expresión y

socialización, tiene lugar en un espacio y tiempo determinado: el recreo escolar. Durante el recreo, los niños experimentan actividades placenteras, elegidas libremente por ellos. Estas actividades permiten enriquecer su vida mediante la satisfacción de ciertas necesidades básicas, tanto individuales como colectivas.

El juego se convierte así en un elemento educativo que permite el desarrollo físico, el desenvolvimiento psicológico, la socialización y el desarrollo mental.

El recreo resulta ser un espacio lúdico que aporta grandes beneficios al desarrollo integral de los escolares. Para los docentes, el recreo también resulta un espacio importante que les puede permitir una visión integral del desarrollo de sus alumnos, acceder al conocimiento de cómo estos se desenvuelven y socializan en un ambiente diferente a las aulas. Desde esta perspectiva, se podría observar el desenvolvimiento individual y grupal, las conductas imperantes en este espacio y las relaciones interpersonales que se suscitan entre ellos."

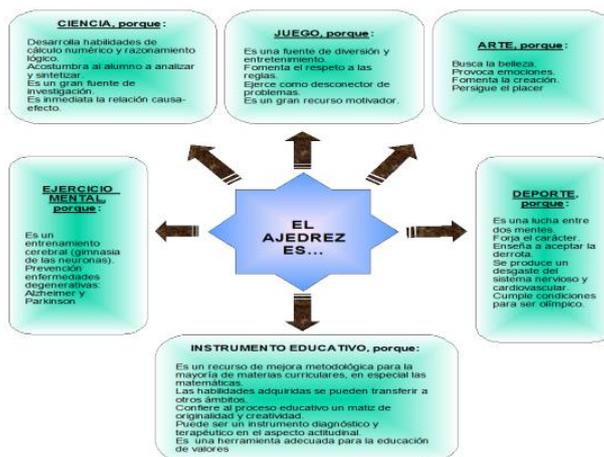
## B.2. ACCIONES, PROCEDIMIENTOS Y RECURSOS

Las actividades lúdicas que se realizan en los recreos se caracterizan por ser juegos competitivos y de habilidad física y mental y juegos tradicionales y populares.

Las recomendaciones diarias para escolares señalan que deben de realizar un mínimo de 60 minutos de actividad física diaria. Para ello en el intento de añadir minutos a la actividad habitual de los alumnos, el recreo escolar se presenta como un espacio único, donde pueden hacer uso de las instalaciones para cualquiera de estas actividades.

Las actividades que se van a desarrollar son: fútbol sala, petanca, patinaje, ajedrez, baile moderno...

El ajedrez forma parte de los recreos desde el curso 2015/16. Su influencia, tanto a nivel cognitivo (atención, memoria visual, concentración, percepción, razonamiento lógico, orientación espacial, creatividad, imaginación...) como a nivel personal (responsabilidad, previsión, análisis, deportividad, planificación, autonomía, decisión, control, tenacidad, crítica constructiva...), avala su implantación en los sistemas educativos de muchos países del mundo. En el siguiente gráfico se resumen sus aportaciones en el ámbito educativo:



En la ejecución de estas actividades no se requieren recursos costosos: tableros de ajedrez, juegos de bolas de petanca, balones, patines.

Se utilizarán la pista deportiva, el gimnasio y el aula de plástica para desarrollar estos juegos.

Durante todos los recreos del curso escolar, se realizará una planificación con las actividades asignadas, grupos y alumnos implicados.

Durante los meses de septiembre y octubre, desde la materia de Educación física, Dirección y responsable de actividades se programarán las actividades y se explicarán las reglas de participación.

### B.3. OBJETIVOS

- ✓ Contribuir a que el alumnado acumule minutos diarios de actividad física.
- ✓ Fomentar en el alumnado la adquisición de capacidades y competencias que les permitan cuidar su cuerpo tanto a nivel físico como mental,
- ✓ Incorporar la Educación Física y la práctica del deporte como hábito diario para favorecer el desarrollo personal y social de los alumnos.

### B.4. MEDIDAS PARA DIFUNDIR LAS ACTUACIONES Y EXPERIENCIAS

Las actuaciones y experiencias se difunden a través de varias vías:

- ✓ Información en Comisión de coordinación pedagógica.
- ✓ Información a través de las reuniones de tutores con Jefatura de estudios y Orientación.
- ✓ Información a través de los tabloneros de anuncios del centro.
- ✓ Información a través de la Junta de Delegados: grupo de WhatsApp
- ✓ Información a través de Delphos Papás.
- ✓ Información a través del correo institucional:  
<mailto:45006153.ieso@edu.iccm.es>
- ✓ Información a través de web del centro:  
<http://ies-lafalcata.centros.castillalamancha.es/>
- ✓ Información a través del perfil de Facebook:  
<http://www.facebook.com/IESOLAFALCATA>

### B.5. ACTUACIONES

#### \*ACTUACIÓN: RECREOS ACTIVOS

- ✓ Campeonato de fútbol sala
- ✓ Juego de petanca
- ✓ Taller de ajedrez
- ✓ Patinaje
- ✓ Baile, teatro...

La práctica del deporte es fundamental para la adquisición de capacidades y competencias que permitan a nuestros alumnos cuidar su cuerpo tanto a nivel físico como mental al mismo tiempo que afianzan las relaciones sociales.

Es por ello que se diseñan estas actividades durante los recreos que ofrecen ratos de ocio y convivencia.

La pista de **PETANCA** fue construida con la ayuda del Ayuntamiento de Villafranca y la enseñanza de este deporte corre a cargo de la Asociación de petanca de la localidad durante los recreos.

El Taller de **AJEDREZ** está dirigido por el profesor de matemáticas y la Directora del centro. Son los propios alumnos los que en una 1ª fase, enseñan a otros esta disciplina. En la segunda fase se compete por grupos.



Estas dos actividades comienzan a desarrollarse el curso 2015/16.

Durante este curso 2017/ 2018 se iniciará una nueva modalidad que es el **PATINAJE**. Se impartirá a partir de enero y la llevará a cabo la monitora de patinaje del Ayuntamiento de Villafranca de los Caballeros, que subvencionará dicha actividad.

El campeonato de **FÚTBOL SALA** está siendo organizado este curso 2017/18 por la profesora de Educación Física siendo la que semanalmente expone en el tablón de anuncios los equipos que juegan y las puntuaciones que acumulan.

Los alumnos, a través de la junta de delegados desarrollarán otras actividades como baile, teatro...que aún no han sido concretadas.

## **C. PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD.**

### **C.1. JUSTIFICACIÓN**

Sabemos que una parte importante de los problemas de salud que padece la sociedad actual son imputables al modo de vivir de las personas. Diversas enfermedades crónicas, las enfermedades cardiovasculares, diversos tipos de cáncer, el sida, las enfermedades de transmisión sexual o el estrés, tienen una relación directa con hábitos como los alimentarios, el tabaquismo, el alcoholismo y otros tipos de drogadicción, la falta de actividad física, la falta de habilidades personales para enfrentarse a situaciones vitales conflictivas o de presión social, etc.

Muchas de estas conductas se adquieren en la infancia o en la adolescencia, implantándose de tal forma que tratar de cambiarlas posteriormente resulta difícil.

De ahí la importancia de ofrecer desde el primer momento la oportunidad de capacitar y educar a las personas, de manera que se favorezcan y desarrollen actitudes y conductas saludables y se dificulten las que sean nocivas.

La adquisición de pautas de hábitos saludables ayuda al individuo a optar por estilos de vida, donde su salud sea un elemento valorado y, por tanto, a evitar factores de riesgos que afecten de manera negativa a una calidad de vida adecuada.

El éxito de una escuela promotora de salud depende, en parte, de la interacción con otros elementos de la comunidad que la rodea. La familia, los vecinos y amigos, los lugares de reunión y de diversión, los servicios de salud, los medios de comunicación, forman una urdimbre social a la que no puede ser ajena el centro escolar.

Una escuela promotora de salud es aquella que proporciona unas condiciones óptimas para el desarrollo emocional, intelectual, físico y social de los alumnos. Se trata de promover, fomentar y permitir la adquisición de habilidades personales y sociales que conduzcan a crear unos valores y unas actitudes positivas hacia la salud, desde la propia capacidad de toma de decisiones personales, la participación y la igualdad, acorde siempre con el desarrollo intelectual, físico y mental del niño. El papel del profesorado es favorecer y permitir el desarrollo de estas habilidades.

Desde siempre se ha pensado, y no en vano, que los centros escolares son lugares idóneos para la promoción de la salud. A la escuela concurre una amplia y variada población infantil y adolescente que pasa en ella muchas horas diariamente a lo largo

de varios años. Además, es una población que está atravesando etapas cruciales para su desarrollo, en las que existe una gran receptividad y permeabilidad para el aprendizaje y asimilación de actitudes positivas hacia la salud y de hábitos saludables duraderos.

## **C.2. ACCIONES, PROCEDIMIENTOS Y RECURSOS**

Desde el enfoque anterior, nuestra propuesta en este ámbito es la de enriquecer la acción tutorial para llevar a cabo una verdadera prevención y promoción de educación para la salud, atendiendo así a la necesidad, que consideramos como primordial en el alumnado, para crecer, construirse como persona, como alumno/a y como futuro profesional de manera integral.

Las acciones que se proponen relacionadas con los estilos de vida saludables son coordinadas por el Equipo Directivo, Departamento de Orientación y tutores y colaboran estrechamente las instituciones y organismos locales como Concejalía de Igualdad y Bienestar social, Centro de la mujer, Centro de Salud, Centro Joven, Hospital Mancha Centro, Asociaciones locales, AMPA, otras organizaciones que no se ubican en el contexto local.

Muchas de estas actividades se han organizado en torno a la Semana de la Salud que se celebra en esta localidad y serán organizadas por la Concejalía de Igualdad y Bienestar social y Centro de salud. Otras se desarrollan puntualmente a través de las tutorías coordinadas por Orientación en la que los tutores desempeñan un papel importante. En otro bloque, hablaríamos de aquellas que vienen subvencionadas por la Diputación y Consejería de Educación Cultura y Deportes y asociaciones privadas o sin ánimo de lucro.

Todas las actuaciones que se realizan se incluyen dentro del ámbito de la participación de la comunidad escolar y el conocimiento de otras realidades.

## **C.3. OBJETIVOS**

- ✓ Fomentar el rol de la educación en hábitos saludables como una parte integrante de la educación integral.
- ✓ Promover estilos y hábitos de vida saludables en los ámbitos de la nutrición y alimentación saludables
- ✓ Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables de los alumnos, con especial énfasis en la higiene y la prevención.
- ✓ Afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales.
- ✓ Fomentar en el alumnado la adquisición de capacidades y competencias que les permitan cuidar su cuerpo tanto a nivel físico como mental, así como valorar y tener una actuación crítica ante la información, publicidad y ante actitudes sociales que puedan repercutir negativamente en su desarrollo físico, social y psicológico.
- ✓ Conocer y detectar las situaciones de riesgo para la salud, relacionadas especialmente con el consumo de sustancias con potencial adictivo, tanto de comercio legal como ilegal, así como con la ejecución de determinadas actividades que puedan generar comportamientos adictivos, con especial atención a la anorexia y a la bulimia, contrastando sus efectos nocivos y proponiendo medidas de prevención y control.
- ✓ Fomentar la responsabilidad del alumnado en las decisiones diarias del mismo, y el conocimiento de las consecuencias que las mismas tienen en su salud.
- ✓ Promover el adecuado conocimiento de la salud e higiene sexual y reproductiva.
- ✓ Promover la puesta en valor de la investigación, desarrollo e innovación en los avances médicos y en el impacto de la calidad de vida de las personas.
- ✓ Promover la formación continua del personal docente.

#### C.4. MEDIDAS PARA DIFUNDIR LAS ACTUACIONES Y EXPERIENCIAS

- ✓ Información en Comisión de coordinación pedagógica.
- ✓ Información a través de las reuniones de tutores con Jefatura de estudios y Orientación.
- ✓ Información a través de los tabloneros de anuncios del centro.
- ✓ Información a través de la Junta de Delegados: grupo de WhatsApp
- ✓ Información a través de Delphos Papás.
- ✓ Información a través del correo institucional:  
<mailto:45006153.ieso@edu.iccm.es>
- ✓ Información a través de web del centro:  
<http://ies-lafalcata.centros.castillalamancha.es/>
- ✓ Información a través del perfil de Facebook:  
<http://www.facebook.com/IESOLAFALCATA>

#### C.5. ACTUACIONES

##### \*ACTUACIÓN: DESAYUNO SALUDABLE

El objetivo de esta actuación es la de promover estilos y hábitos de vida saludables invitando al alumnado a desayunar tostadas con tomate y aceite y zumo de naranja. La actividad se realiza durante los recreos y se inicia el curso 2014/15 durante la Semana del Medio Ambiente. En el curso 2015/16 en dos ocasiones. En el 2016/17 se incrementan el número de desayunos a cinco gracias a la colaboración del AMPA y Ayuntamiento y en este curso 2017/18 se darán en 6 ocasiones.



##### \*ACTUACIÓN: "LOS JUEVES TOCA FRUTA"

El objetivo de esta actuación es el de promover estilos y hábitos de vida saludables invitando al alumnado al consumo de fruta en los desayunos. La actividad se realiza durante los recreos y se inició el curso 2015/16 los primeros jueves de mes. En este curso seguiremos con las mismas entregas. La actuación comienza enmarcándose dentro de la Semana de la Salud que organiza el Ayuntamiento de Villafranca de los Caballeros. Previamente a la entrega de fruta se realiza una charla sobre la importancia del consumo de fruta y los beneficios para la salud a cargo de un auxiliar técnico sanitario del Centro de Salud de Villafranca.



##### \*ACTUACIÓN: ALIMENTACIÓN Y DIETA EQUILIBRADA

Este proyecto se realiza el curso 2015/16. Su objetivo es el de concienciar al alumnado de la importancia de mantener una dieta equilibrada para nuestra salud. El ámbito trabajado es la creación de materiales. El trabajo de investigación se ha llevado a cabo en varias

partes:

**Actividad de búsqueda de información:**

1. Realización de un trabajo de búsqueda de información para el tema que se detalla más abajo.
2. Búsqueda de información en libros especializados, internet, revistas, pregunta a un experto...
3. Elaboración de un informe que contenga los aspectos indicados para el tema (échale un vistazo al esquema para la realización de un informe de investigación). Ten en cuenta:
  - ✓ Debes comprender toda la información que incluyas.
  - ✓ Conviene que tenga imágenes.
  - ✓ Cuida la presentación.
  - ✓ Indica la bibliografía de manera adecuada.

**TEMA: ¿COMO DE MANERA SALUDABLE?**

1. Tipos de alimentos según su composición. La rueda de la alimentación y su significado.
2. ¿Qué es la dieta?
3. Mi dieta.\*
4. ¿Cuándo se dice que una dieta es equilibrada?
5. La dieta equilibrada, ¿es siempre la misma? ¿De qué factores depende?
6. ¿Qué características tiene una dieta saludable?
7. La pirámide de la alimentación y su significado.
8. Ingestas nutricionales recomendadas para población española entre 16 y 19 años (tablas).
9. Cálculos nutricionales a partir de mi dieta semanal\*\*
10. Conclusiones: ¿Es mi alimentación adecuada? ¿Por qué? ¿Qué puedo hacer?

\*El **Concurso "SALUDABLE"** comenzó a realizarse el curso 2016/17. Cada quincena se le plantea al alumnado una cuestión relacionada con la nutrición y/o el deporte, o cualquier actividad física. La cuestión se expone en el hall de entrada del instituto. Se proporcionan unas tarjetas para que el alumnado responda a la cuestión planteada y se depositen en una urna. El profesor de Biología es el encargado de realizar este concurso, revisar las respuestas y elaborar un ranking con las puntuaciones.



\*\***"La dieta mediterránea"**. Se pretende conocer con esta actividad los beneficios de la dieta mediterránea a través de recetas de cocina saludables mientras se trabaja las diferentes categorías gramaticales y tipos de textos. Se trabaja desde el departamento Sociolingüístico. 1º y 3º trimestre. Alumnos de 1º y 2º de ESO. Curso 2017/18.

\*\***"La interculturalidad y dieta saludable"**. Se trata de conocer la interculturalidad a través del reconocimiento de la diversidad cultural gastronómica saludable. Se propone desde el departamento Sociolingüístico para el 2º y 3º trimestre. Alumnos de 1º de ESO. Curso 2017/18.

<p><b>*ACTUACIÓN: EDUCACIÓN AFECTIVA Y SEXUAL</b></p> <p>*Charla sobre el afrontamiento de la salud sexual y el consumo de drogas impartida por el matrn Víctoriano González Trujillo y presentación de su blog. Curso 2015/16, 2016/17 y 2017/18. <b>Semana de la salud.</b></p>	
<p><b>*Taller afectivo.</b> Psicólogo del Centro de la Mujer.</p> <p><b>**"Mindfulness"</b>. Actividad que pretende ayudar a gestionar las emociones, reacciones, actitudes y pensamientos para poder afrontar las situaciones que nos presenta la vida, mediante la práctica y perfeccionamiento de la conciencia plena. La organiza profesora del Departamento Sociolingüístico. Durante todo el curso 2017/18. Alumnos de 1º ESO.</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: CONDUCTAS ADICTIVAS, TABACO, DROGODEPENDENCIA, ALCOHOL</b></p> <p>*Talleres impartidos por la <b>Guardia Civil</b> sobre conductas adictivas, drogodependencias y acoso escolar (Plan Director para la convivencia y mejora de la seguridad Escolar)</p>	
<p>*Charlas impartidas por la <b>Policía local</b> de Villafranca sobre consumo de alcohol, drogas y tabaco. <b>Semana de la salud.</b></p>	
<p>*Actividad de análisis sobre el consumo de alcohol y tabaco en jóvenes. <b>Departamento de Ciencias.</b> Diciembre de 2017. Alumnos de 3º ESO.</p>	
<p>*Charla sobre tabaquismo en el Hospital Mancha Centro. Semana de la salud. 5 abril de 2018. Alumnos de 3º y 4º.</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: PREVENCIÓN DE ACOSO ESCOLAR, BULLYNG, CIBERACOSO,</b></p> <p>Charla para padres y alumnos sobre bullyng y ciberacoso por Carlos Represa (<b>Director general del Instituto para la Competencia Digital, licenciado en derecho/abogado especializado en Nuevas Tecnologías y presidente de la Asociación Nacional para la Protección de Menores en Internet</b>) junto con su hija Nidia Represa, estudiante de psicología y autora de la novela "Bajo mi piel". Curso 2015/16.</p>	 
<p>Curso de prevención en familia dirigido a padres y madres "Claves para prevenir los problemas de drogas" impartido por Mar Perea y organizado por el AMPA "La Paz" en colaboración de los Servicios Sociales. Curso 2015/16.</p>	
<p>Participación en el periódico "Estudiantes" elaborando escritos sobre el acoso escolar.</p>	

<p>*Taller de prevención de la adicción a las nuevas tecnologías dirigido a los alumnos de 2º de ESO impartido por la Asociación "Punto Omega" y subvencionado por el Instituto de La Mujer, Diputación de Toledo Y Ayuntamiento de Villafranca de Los Caballeros. Programa "Click"</p>	
<p><b>*Taller de prevención sobre acoso escolar "Tú cuentas".</b> Organizada por la Consejería de Bienestar social y la Consejería de Educación, Cultura y Deportes. Alumnos de 1º y 2º de ESO. Fecha sin determinar. Curso 2017/18.</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: HIGIENE BUCAL, VACUNAS, PAPILOMA HUMANO</b></p>	
<p>Charlas sobre la importancia de la dieta equilibrada, vacunas, papiloma humano, higiene bucal a cargo de dos profesionales de la sanidad, Antonio Valero y Teresa Nieves Zamorano en coordinación con la Concejalía de Bienestar y el AMPA "La Paz".</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: VIOLENCIA DE GÉNERO</b></p>	
<p>Las actividades que se desarrollan el Día Internacional de la eliminación de la violencia contra la mujer tienen la finalidad de que nuestros alumnos actúen críticamente ante la información, publicidad y actitudes sociales que puedan repercutir negativamente en su desarrollo físico, social y psicológico y sensibilizarse hacia este problema social. Las actividades consisten en charlas y debates coordinados por el psicólogo del centro de la mujer seguido de un acto conmemorativo hacia todas las víctimas de la violencia de género.</p>	
<p><b>*Participación en el I Concurso de Cortometrajes</b> organizado por el Centro de la Mujer de Villafranca de los Caballeros. Se trabaja desde el Departamento de Educación Plástica y visual. 1º trimestre. Alumnos de 2º ESO. Curso 2017/18.</p>	
<p><b>*Taller sobre violencia de género.</b> Desde el día 9 de octubre hasta el 24 de noviembre, distribuidos en 4 sesiones. Dedicado a los alumnos de 3º de ESO.</p>	
<p><b>*Taller sobre violencia de género. Asociación "María Padilla" de Toledo.</b> 26 de enero de 2018. Alumnos de 2º de ESO.</p>	
<p><b>ACTUACIÓN: DONACIÓN DE ÓRGANOS</b></p>	
<p>Charla sobre la donación de órganos a cargo de Félix José Crespo Guijarro, enfermero del Hospital de Alcázar de San Juan.</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: PRIMEROS AUXILIOS</b></p>	
<p>Charla impartida por el enfermero del Centro de Salud. Actividad enmarcada dentro de la Semana de la Salud. 5 Abril. Alumnos de 3º y 4º de ESO. Curso 2017/18.</p>	

<p><b>*ACTUACIÓN: ANOREXIA Y BULIMIA</b></p>	
<p>Actividad programada por la profesora de Educación física para el 1º trimestre. Alumnos de 4º de ESO. Curso 2017/18.</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: HÁBITOS LECTORES</b></p>	
<p>Conjunto de actividades organizadas por el Responsable de Biblioteca con el objetivo de fomentar el hábito lector tan necesario para el desarrollo de una mentalidad crítica y para la socialización de los alumnos.</p>	
<p><b>*ACTUACIÓN: VALORES SOLIDARIOS</b></p>	
<p>2º Mercadillo Solidario con el objetivo de recaudar fondos para ACNUR (Agencia de la ONU para los refugiados).</p>	
<p>*3º Mercadillo solidario. Curso 2017/18.</p>	
<p>Tómbola solidaria.</p>	

<p><b>*ACTUACIÓN: CAMPAÑAS DE CONCIENCIACIÓN EN DIFERENTES MATERIAS</b></p>	
<p>Conjunto de actividades desde el departamento de Lenguas extranjeras y Educación Plástica y Visual para fomentar hábitos saludables: deporte, alimentación saludable, cuidado del medio ambiente...Se realizarán cartelería en tres idiomas, pictogramas, videos, "stop motion", cortometrajes.</p>	

## **D. PLAN DE ACTIVIDADES PARA LA EDUCACIÓN AMBIENTAL**

### **D.1. JUSTIFICACIÓN**

Más allá de la educación tradicional, es decir, del simple hecho de impartir un conocimiento, la educación ambiental relaciona al hombre con su ambiente, con su entorno y busca un cambio de actitud, una toma de conciencia sobre la importancia de conservar para el futuro y para mejorar nuestra calidad de vida. La adopción de una actitud consciente ante el medio que nos rodea, y del cual formamos parte indisoluble, depende en gran medida de la enseñanza y la educación en la niñez y en la juventud. Por esta razón, corresponde a la pedagogía y a la escuela desempeñar un papel fundamental en este proceso.

En su definición sobre Educación Ambiental, las Naciones Unidas nos indica que ésta tiene como objetivos la formación de los individuos para **conocer y reconocer las interacciones entre lo que hay de natural y de social en su entorno y para actuar en ese entorno**. Intentando no imprimir a sus actividades orientaciones que pongan en grave deterioro el equilibrio que los procesos naturales han desarrollado, haciendo posible la existencia de una calidad ambiental idónea para el desarrollo de la vida humana.

Es necesario abordar la temática del cuidado del medio ambiente con la seriedad necesaria para poder revertir los hábitos que causaron daños, hasta la fecha, a nuestro planeta. Es necesario incorporar la idea de que, con el correr del tiempo y manteniendo comportamientos perjudiciales hacia el ambiente, vamos perdiendo la oportunidad de tener una mejor calidad de vida, vamos deteriorando nuestro planeta y a los seres que habitan en él.

La **educación ambiental** es un proceso educativo, integral e interdisciplinario que considera al ambiente como un todo y que busca involucrar a la población en general en la identificación y resolución de problemas a través de la adquisición de conocimientos, valores, actitudes y habilidades, la toma de decisiones y la participación activa y organizada.

La formación y el desarrollo de hábitos correctos en los alumnos, en lo concerniente a la protección del medio ambiente en la escuela y sus alrededores, contribuyen a vincular la teoría con la práctica y a familiarizarlos con estas tareas y exigencias a escala local. Esto facilita que comprendan la importancia de la protección del medio ambiente y sus distintos factores, a nivel regional y nacional, y cómo una sociedad puede planificar y controlar la influencia del medio ambiente en beneficio de la colectividad.

Es necesario abordar el estudio de lo ambiental en lo educativo desde una perspectiva sistémica. Debemos ser conscientes de que la conceptualización de educación ambiental abarca contenidos de varios campos: conservación, equidad, contaminación, ambientes urbanos/rurales, derechos humanos, ecología, ciencias ambientales, educación integral, población, energía, pobreza, ética, desarrollo sustentable, sociedad, tecnología, calidad de vida, entre otros.

El objetivo de las actividades que se recogen en este plan es el de aprovechar estos contenidos curriculares pero con un fin que no sea solo el de la información, sino que se transgreda ese límite. Que llegue hasta la formación de ciudadanos conscientes e involucrados en esta problemática y que podamos estimular la formación de sociedades socialmente justas y ecológicamente equilibradas que conserven entre sí una relación de interdependencia y diversidad.

## **D.2. ACCIONES, PROCEDIMIENTOS Y RECURSOS**

Nuestras acciones se desarrollan de una manera puntual durante la Semana del Medio ambiente que en este curso 2017/18 contará con su Quinta Edición. Además, desde los departamentos se programan una serie de actividades que contribuyen a la educación ambiental desde múltiples perspectivas. Como en el resto de iniciativas de este Proyecto de Vida saludable, la colaboración de las instituciones Concejalía de Medio Ambiente, Fundación Global Nature, Diputación provincial de Toledo, Consermancha, Asociación local de voluntariado de las Lagunas de Villafranca de los Caballeros, son de gran importancia.

## **D.3. OBJETIVOS**

- ✓ Promover la comprensión y valoración de la importancia de preservar el medio ambiente por las repercusiones que el mismo tiene sobre la salud de las personas.
- ✓ Fomentar la responsabilidad del alumnado en las decisiones diarias del mismo, y el conocimiento de las consecuencias que las mismas tienen en su salud y en el entorno que les rodea.

#### D.4. MEDIDAS PARA DIFUNDIR LAS ACTUACIONES Y EXPERIENCIAS

- ✓ Información en Comisión de coordinación pedagógica.
  - ✓ Información a través de las reuniones de tutores con Jefatura de estudios y Orientación.
  - ✓ Información a través de los tabloneros de anuncios del centro.
  - ✓ Información a través de la Junta de Delegados: grupo de WhatsApp
  - ✓ Información a través de Delphos Papás.
  - ✓ Información a través del correo institucional:  
<mailto:45006153.ieso@edu.iccm.es>
  - ✓ Información a través de web del centro:  
<http://ies-lafalcata.centros.castillalamancha.es/>
  - ✓ Información a través del perfil de Facebook:  
<http://www.facebook.com/IESOLAFALCATA>

#### D.5. ACTUACIONES

##### \*ACTUACIÓN: CONSUMO RESPONSABLE

Participación en el Concurso Consumópolis. Curso 2017/18.  
Dirección, Responsable de Actividades Extraescolares,  
Departamento de Orientación.

##### \*ACTUACIÓN: CONTAMINACIÓN ACÚSTICA

Con esta actividad se trataría de concienciar a los alumnos sobre los efectos nocivos sobre la salud de la contaminación acústica, analizando y proponiendo soluciones. Se propone desde el departamento de Música y se desarrollará durante la semana del medioambiente con los alumnos de 1º y 4º de ESO. Curso 2017/18,

##### \*ACTUACIÓN: SEMANA DEL MEDIO AMBIENTE

La finalidad de esta semana supone, además de darle identidad y carácter a nuestro centro en consonancia con nuestro Proyecto Educativo, promover la comprensión y valoración de la importancia de preservar el medio ambiente por las repercusiones que el mismo tiene sobre la salud de las personas.

La actuación comienza en el año 2013 y este curso celebraremos la 5ª Semana.

Se realizan actividades variadas organizadas por toda la comunidad e instituciones locales. Algunas que se repiten anualmente son:

- Concurso de fotografía
- Plantación de árboles
- Desayuno saludable
- Creación de objetos, instrumentos y obras con material reciclado
- Talleres sobre medioambiente en entornos naturales.



### \*ACTUACIÓN: **CAMPAÑAS DE LIMPIEZA DEL PATIO DEL RECREO POR LOS ALUMNOS**

La limpieza del patio del recreo es una práctica que se realiza habitual y periódicamente desde las tutorías desde el curso 2013/2014. Con ellos pretendemos que los alumnos adquieran responsabilidades en el cuidado y conservación del centro haciendo de él un espacio saludable.



### ACTUACIÓN: **"PROYECTO "EL ÁRBOL DE LOS COMPROMISOS"**

Este Proyecto se realiza el curso 2014/15 dentro de la Semana del Medio ambiente.

Su objetivo es el de concienciar al alumnado de la importancia del cuidado de nuestro planeta y del papel que desempeñamos en la protección del medio ambiente ya que los recursos son limitados y que la aportación de cada persona contribuye al futuro del mismo de una forma u otra. Fue una actividad interdisciplinar coordinada por el Departamento de Orientación y el Departamento de Tecnología y E.P.V., en la que participan todos los alumnos del centro y 4 profesores.

Se desarrolló en dos partes:

La primera parte en las sesiones de Tutorías se explica a los alumnos de cómo el ahorro energético favorece la reducción de las emisiones de Gases Efecto Invernadero y, por tanto, ayuda a mitigar el cambio climático. A partir de ahí se ayuda a generar ideas de ahorro y búsqueda de alternativas. Las ideas más relevantes son extraídas por el profesor y son expuestas para que con ellas cada alumno elabore un eslogan que invite al ahorro.

Este lema (compromiso personal del alumnado) se escribe en una plantilla en forma de hoja que más tarde se recorta y se cuelga del árbol que se desarrolla en el Taller de EPV. La segunda parte es la elaboración del Árbol. Para ello elaboramos una estructura a base de hexágonos y triángulos construidos con canutillos reciclando papel y unidos con silicona. Después, son pintados con témpera roja como puede verse en las imágenes.

El resultado es muy positivo. Hay una gran implicación de todo el alumnado en su construcción y una convivencia inmejorable a pesar del enorme trabajo que lleva su creación.



## ACTUACIÓN: LA HUELLA ECOLÓGICA

El medio ambiente, su conservación, su mejora y su disfrute son un punto de interés en nuestra labor como educadores: Crear un acercamiento a nuestro entorno, que nos ayude a disfrutar de él y genere al mismo tiempo, una aptitud de concienciación en cuanto a su estado y la necesidad de cuidarlo. Al ritmo de consumo en todos los niveles (comida, energía, tecnología, ropa, pequeños enseres de todo tipo) que lleva asociada nuestra forma de vida actual, es imprescindible desarrollar una sensibilidad ecológica.

Para tratar de hacer una reflexión sobre este planteamiento, se realiza este trabajo desde el Departamento de Tecnología y EPV con el que pretendemos concienciar del impacto ecológico que tenemos cada uno de nosotros sobre nuestro entorno: Si todos causamos huella, todos, por muy mínima que sea nuestra labor, podemos ayudar a mejorarla y orientarla hacia unos hábitos más sanos y moderados, que en definitiva nos lleven a un consumo sostenible.

La actividad se desarrolla en dos partes:

- Visionado de una presentación en prezi sobre la huella ecológica.
- La realización de una obra artística con material reciclado por todos los alumnos del centro.

Se desarrolla enmarcada en la 1ª Semana del Medio Ambiente y trabajamos los ámbitos de la participación, conocimiento de otras realidades y creación de material. Curso 2013/2014



## \*ACTUACIÓN: COLABORACIÓN CON "GLOBAL NATURE"

Desde el año 2013/14 la Fundación Global Nature ha desarrollado en el Centro actividades encaminadas a fomentar la educación ambiental y a hacer partícipes a los alumnos de cómo recobrar el ecosistema de los humedales.

Estas actividades se desarrollan dentro de la Semana del Medio Ambiente y participan todos los alumnos, alternando cada año dos cursos diferentes.

Se realizan charlas y exposiciones del tema dentro del centro seguidas de la visita a la Laguna de la Sal que se encuentra a escasos kilómetros de nuestro centro.

Se trabaja el ámbito de la participación y el conocimiento de otras realidades.

Es organizada por el Equipo Directivo y la Fundación Global Nature.



## ACTUACIÓN: COLABORACIÓN CONSERMANCHA

Visita a las instalaciones de Consermancha.

## \*ACTUACIÓN: MANTENIMIENTO DE ZONAS VERDES Y PLANTACIÓN DE ÁRBOLES EN EL PATIO DEL RECREO

En el curso 2014/15 empezamos con esta actividad con la que pretendemos que el alumnado comprenda y valore la importancia de preservar el medio ambiente y con la que se ayuda a mantener las zonas verdes y crear otras donde los alumnos puedan pasar sus ratos de recreo.

Trabamos la participación del alumnado. Los alumnos junto al profesorado y el grupo de voluntariado de las Lagunas de Villafranca realizan la plantación de árboles y la poda y limpieza de árboles y rosales.

Anualmente, solicitamos a la Diputación provincial de Toledo árboles y arbustos para esta actividad, algunos son pagados por el centro y otros donados por el Ayuntamiento.

Hasta la fecha hemos plantado un total de 30 árboles y durante este curso se repetirá la actividad.



## ACTUACIÓN: ELABORACIÓN DE SEMILLEROS

El grupo de voluntariado de Villafranca organizó el curso pasado esta actividad con el objetivo de enseñar a realizar semilleros de especies autóctonas de la zona.



## ACTUACIÓN: CREACIÓN DE NIDOS DE MURCIÉLAGOS

Creación de nido de murciélago a cargo del grupo de voluntariado de Villafranca de los Caballeros. Los nidos fueron ubicados por el patio de recreo donde habitan algunos ejemplares.



## \*ACTUACIÓN: CONCURSO DE FOTOGRAFÍA

Los objetivos de esta actuación son:

- Concienciar a los alumnos en temas medioambientales.
  - Desarrollar su sensibilidad artística y emocional a través de la toma de imágenes de una naturaleza única e inigualable.
  - Aprender a apreciar y respetar su entorno más próximo.
- Se enmarca dentro de la Semana del Medio Ambiente y viene realizándose ya desde el año 2014.

Los temas que se han propuesto versan en torno a la importancia del agua en los ecosistemas, la variedad de flora, la riqueza faunística que hay alrededor de las lagunas y también, a la interacción del hombre con la naturaleza, el daño o el beneficio que produce el ser humano en los ecosistemas, el deporte a través de la bicicleta.



El concurso está abierto a padres y alumnos. Se da a conocer a través de publicaciones impresas a modo de folleto, página web, correo y perfil de Facebook.

### ACTUACIÓN: **RUTAS ORNITOLÓGICAS POR EL COMPLEJO LAGUNAR DE VILLAFRANCA DE LOS CABALLEROS**

El objetivo de esta actividad es que los alumnos conozcan y sepan identificar mientras caminan la mayor cantidad posible de pájaros. En este caso, por el complejo Lagunar de Villafranca de los Caballeros.

Se realiza en la 3ª Semana del Medio Ambiente, el curso 2015/16 con los alumnos de 3º de ESO y organiza el Departamento de Ciencias.



### ACTUACIÓN: **EXPOSICIONES DE ARTE Y NATURALEZA**

Con motivo de la 3ª Semana del Medio Ambiente se expusieron los trabajos realizados en la materia de Educación Plástica y Visual en los que los alumnos de 1º y 2º plasmaron contenidos sobre geometría.

El trabajo consistía en interpretar el árbol con el estilo de un artista perteneciente al movimiento de la Abstracción geométrica.

Esta actividad trabaja el conocimiento de otras realidades y la creación de material artístico. Su objetivo, entre otros es despertar el gusto por el arte a través de la naturaleza.



### ACTUACIÓN: **"POESÍA MEDIOAMBIENTALISTA"**

La justificación de esta actuación viene dada por las líneas básicas para la formación didáctica, pedagógica y científica de nuestro centro.

Se parte para poner en práctica esta actuación de poesías diversas relacionadas con el Medioambiente escritas por autores diferentes. Los alumnos han realizado las siguientes actividades:

- ❖ **Pon título a la décima**: los alumnos pusieron título a cada una de las estrofas, teniendo en cuenta el contenido de las mismas. Después, sabiendo qué es una "décima espinela", completaban los huecos del poema respetando las rimas y el contenido.
- ❖ **Estoy chalado con tanto pareado**: formaron tres pareados de temática sobre el Medio Ambiente, recordándoles en qué consiste este tipo de verso.
- ❖ **Geometría y Poesía**: formaron figuras geométricas (rombo, triángulo, polígono, etc.) a partir de un poema de García Lorca.
- ❖ **Acróstico del Medio Ambiente**: compusieron un poema sobre el Medio Ambiente partiendo de las palabras "SEMANA DEL MEDIO AMBIENTE", de tal forma que cada verso comenzase por una letra de estas palabras.
- ❖ **Ensalada de versos**: eligieron unos cuantos versos, al



azar, de algunos poemas, los ordenaban procurando darles sentido.

Los alumnos, en este caso de 3º de Diversificación Curricular, se han dividido en grupos de 4.

Para la realización de estas actividades se utilizó material variado: fotocopias de poemas, cartulinas, recortes de revistas, tijeras, pegamento, rotuladores, etc.

Por último, los ámbitos en los que se ha actuado han sido: el conocimiento de otras realidades y la creación de materiales.

Las actividades realizadas se encuadraban dentro de las llevadas a cabo en la Semana del Medio Ambiente celebrada en el instituto y en las que han participado toda la comunidad educativa.

Dicha actuación ha sido planificada por el Departamento Socio-Lingüístico del IESO.

### **ACTUACIÓN: VOCABULARIO MEDIOAMBIENTAL**

El departamento Sociolingüístico organiza esta actividad dirigida hacia el conocimiento de vocabulario relacionado con temas medio ambientales.

Participa el alumnado de 4º de Diversificación.

Se desarrolla durante la Semana del Medio ambiente del curso 2015/16.



### **ACTUACIÓN: ELABORACIÓN DE COMETAS**

Incluimos esta actividad en la 3ª Semana del Medio Ambiente, curso 2015/16 y en el año 2013/14.

Es una actividad respetuosa con el entorno, tanto en su construcción (hemos utilizado varilla de bambú y plástico de saco y bolsas de basura), como en el momento de ponerlas en el cielo, ya que se trata de un juguete que no produce emisiones de ningún tipo ni contamina de ninguna forma, ni acústica, ni luminosamente, etc., a la vez que desarrolla la creatividad, habilidad manual y trabajo grupal.

El taller fue desarrollado por la Asociación "Comevientos" con la colaboración del grupo de Voluntariado Medioambiental "Las Lagunas



**\*ACTUACIÓN: CONOCIMIENTO DE ENERGÍAS ALTERNATIVAS**

Esta visita se viene realizando anualmente desde el departamento de Tecnología y su finalidad es dar a conocer a los alumnos las diferentes energías renovables existentes, así como las consecuencias derivadas de su obtención y transporte. Además, se visita in situ un aerogenerador o central termo solar. También aprenden el funcionamiento y las principales características y peculiaridades de este tipo de infraestructura.



**\*ACTUACIÓN: RECICLAJE**

Proyecto Kaleydos: Participación en concurso con la realización de una maqueta de la Iglesia de la Asunción con material reciclable.



Construcción de instrumentos musicales con material reciclado.

La elaboración de instrumentos con material reciclado se enmarca dentro de la Semana del Medioambiente desde el curso 2013/2014 siendo organizada por la profesora de Música para todos los alumnos del centro que cursan esta materia.

El ámbito que se trabaja es la creación de material reciclando otros productos, además de desarrollar la creatividad de nuestros alumnos.



Construcción de decoraciones navideñas, composiciones artísticas y objetos con material reciclado.

Desde el departamento de Tecnología y Educación Plástica y Visual se vienen realizando muchos proyectos con material reciclado.

Su objetivo es dar a conocer mediante la elaboración de proyectos los beneficios del reciclaje en la protección del medio ambiente, en el ahorro de energía, en la conservación de los recursos naturales y además, a disminuir la contaminación.

Se utiliza todo tipo de material, bolsas de plástico, maderas, botellas de plástico, brik, tapones de plástico...



Taller de reciclaje subvencionado por la diputación de Toledo y la Concejalía de Cultura de Villafranca de los caballeros:

Esta actividad se realiza enmarcada en la Semana del Medio Ambiente, Curso 2015/16. La realizan los alumnos de 3º de ESO.

Pretende concienciar a los alumnos de los beneficios del reciclaje.

Es impartido por técnicos de la Diputación de Toledo y subvencionada por la Concejalía de cultura de Villafranca.



### \*ACTUACIÓN: CONOCIMIENTO DE FLORA, FAUNA, AGRICULTURA Y ESPACIOS NATURALES

Los Alumnos de 2º de ESO coordinados por los profesores de biología del Departamento de Ciencias, participaron en el curso 2015/16 en la actividad organizada por el Ayuntamiento de Villafranca y el grupo de Voluntariado Medioambiental de Las Lagunas, con los que además colabora Diputación Provincial de Toledo y la Red de Educación Ambiental de Castilla-La Mancha en el conocimiento de una nueva ruta por estos parajes y en la suelta de rapaces recuperadas por "El Chaparrillo".

Con esta actividad, se pretende sensibilizar a los alumnos de la importancia de estos lugares tanto para aves residentes como para aves migratorias, además de hacerles ver el gran valor ecológico y paisajístico que tienen.



\*Los alumnos de 3ª ESO han participado en una jornada azafranera visitando un suerte y aprendiendo a mondar el azafrán.

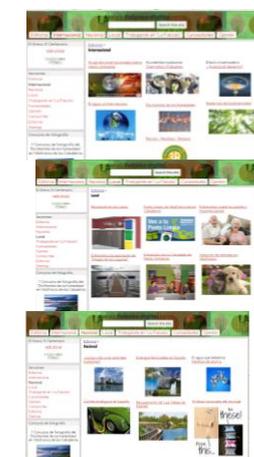
La actividad ha sido organizada por la profesora de Geografía Carmen Rubio junto con Carmen Comendador y Santiago Alberca. Noviembre de 2017/18.



### ACTUACIÓN: PERIODISMO MEDIAMBIENTAL

La necesidad de comunicarse del ser humano se gesta y nace con él. La comunicación es, pues, una de las vías más importantes del desarrollo integral de un ser humano y está presente en cada uno de los actos que realizamos en nuestro día a día. También en la vida escolar. El ámbito escolar no se limita a la actividad académica, en el interior de las aulas, sino que trasciende a otras facetas del desarrollo personal. Por y para potenciar estas facetas en nuestros alumnos, nace la idea de crear un periódico digital. Durante la 1º Semana del Medio Ambiente, curso 2013/14, se presenta la primera edición del periódico digital de la Falcata dedicado a temas medioambientales.

La Actividad está organizada desde la materia de Informática de 4º de la ESO por el Departamento de Tecnología.



## **6** PROYECTOS DE ACTUACIÓN PARA EL FUTURO COMO CONSECUENCIA DEL TRABAJO REALIZADO

---

Pretendemos mantener y potenciar los objetivos logrados y seguir animando a la comunidad escolar a la preparación y desarrollo de otras actividades que ayuden a mantener este proyecto de vida saludable.

En todos los ámbitos de actuación y actividades se pueden introducir mejoras. Citaremos algunas de las actividades que realizaremos este nuevo curso:

- ✓ Revisión de los documentos institucionales en aquellos aspectos que tengan que ver con el proyecto Vida saludable.
- ✓ Solicitud de implantación y desarrollo de Proyecto escolar saludable como centro público dependiente de la Consejería de Educación, cultura y deportes.
- ✓ Desarrollo del plan lector.
- ✓ Desarrollo del Plan de participación de las familias.
- ✓ Consolidar el trabajo en equipo que se está realizando entre las distintas instituciones locales de Villafranca de los Caballeros.
- ✓ Dotar anualmente de un lema e imagen a la semana del medio ambiente.
- ✓ Fomentar la participación de los departamentos didácticos a través de sus programaciones y del Plan de Acción Tutorial en relación con la vida saludable.
- ✓ Mantener y potenciar las actividades lúdicas, físicas, intelectuales y musicales con actividades en los recreos como hábito de vida saludable en las personas que mejoran las comunicación interpersonal y grupal y, al mismo tiempo, que promueven los valores de sociabilidad, solidaridad, responsabilidad y respeto.
- ✓ Solicitar cursos de formación RCP (Reanimación Cardiopulmonar).
- ✓ Realizar acciones de prevención de enfermedades contagiosas.
- ✓ Realizar desde la Biblioteca Escolar actividades en aquellas fechas marcadas en el calendario escolar como de obligada conmemoración: Día Mundial de la Salud (7 de abril), Día Mundial Sin Tabaco (31 de mayo), Día Mundial del Sida (1 de diciembre), Día Mundial de los Derechos del Consumidor (15 de marzo) o Día Mundial del Medio Ambiente (5 de junio).
- ✓ Organización de la Escuela de padres.
- ✓ Organizar el PAT para realizar una verdadera prevención y promoción de educación para la salud, atendiendo así a la necesidad primordial del alumnado para crecer, construirse como persona, como alumno/a y como futuro profesional de manera integral.
- ✓ Y todas aquellas actuaciones que se citan en los apartados anteriores dentro de cada plan y marcadas con Asterisco.

## **7** EVALUACIÓN PROYECTO DE VIDA SALUDABLE

Para evaluar el desarrollo y resultados del proyecto Vida Saludable tendremos en cuenta una serie de indicadores como son:

- ✓ Alumnado implicado y participante.
- ✓ Valoración positiva o negativa del alumnado respecto a las actividades realizadas.
- ✓ Porcentaje de profesorado implicado
- ✓ Porcentaje de profesorado que considera positivas las actividades realizadas.
- ✓ Incremento del porcentaje de actividades planificadas anualmente.
- ✓ Grado de implicación de toda la comunidad educativa.
- ✓ Aumento de la concienciación del alumnado en la necesidad de adquirir prácticas de vida saludable.
- ✓ Disminución de casos de acoso escolar, anorexia, lesiones deportivas, mal uso de redes sociales, problemas de convivencia.
- ✓ Aumento de la actividad lectora.

## 8 ANEXOS (Evidencias y material realizado)

<b>Semana Del Medio Ambiente</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=lyODfzvVn2g">https://www.youtube.com/watch?v=lyODfzvVn2g</a></li> <li>- <a href="http://manchainformacion.com/noticias/54787-El-IESO-La-Falcata-de-Villafranca-se-implica-en-la-proteccion-del-Medio-Ambiente">http://manchainformacion.com/noticias/54787-El-IESO-La-Falcata-de-Villafranca-se-implica-en-la-proteccion-del-Medio-Ambiente</a></li> <li>- <a href="http://ahoraclm.com/2017/03/31/el-ieso-la-falcata-de-villafranca-se-implica-en-la-proteccion-del-medio-ambiente/">http://ahoraclm.com/2017/03/31/el-ieso-la-falcata-de-villafranca-se-implica-en-la-proteccion-del-medio-ambiente/</a></li> </ul>
<b>Proyecto Kaleidos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=TOFR_PiUlqg">https://www.youtube.com/watch?v=TOFR_PiUlqg</a></li> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=SZZ0BBTN6nk">https://www.youtube.com/watch?v=SZZ0BBTN6nk</a></li> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=-27UIJKtD7s">https://www.youtube.com/watch?v=-27UIJKtD7s</a></li> </ul>
<b>Gimkana Deportiva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=feGGoqzHIXQ">https://www.youtube.com/watch?v=feGGoqzHIXQ</a> -</li> </ul>
<b>Actividades Deportivas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=vjplNcxMMk0">https://www.youtube.com/watch?v=vjplNcxMMk0</a></li> </ul>
<b>Taller De Cometas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="http://comevientos.96.lt/club/fotos/falcata1604/index.htm">http://comevientos.96.lt/club/fotos/falcata1604/index.htm</a></li> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=iKkuKvNr_QM">https://www.youtube.com/watch?v=iKkuKvNr_QM</a></li> </ul>
<b>Parque Eólico Villacañas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=pCV7Rp2HC8Y-">https://www.youtube.com/watch?v=pCV7Rp2HC8Y-</a></li> </ul>
<b>Senderismo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=g4jDYbXUoiU">https://www.youtube.com/watch?v=g4jDYbXUoiU</a></li> </ul>
<b>Campaña Solidaria Navidad-Decoración Con Material De Reciclaje.</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://www.youtube.com/watch?v=NyGVtbgfCSc">https://www.youtube.com/watch?v=NyGVtbgfCSc</a> -</li> </ul>
<b>La Huella Ecológica</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://prezi.com/xtqpt4_y85r6/tu-huella-ecologica/">https://prezi.com/xtqpt4_y85r6/tu-huella-ecologica/</a></li> </ul>
<b>Periódico Medioambiental</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://sites.google.com/site/periodicodigitalfalcata/home/internacional/internacional--acuerdos">https://sites.google.com/site/periodicodigitalfalcata/home/internacional/internacional--acuerdos</a></li> </ul>
<b>Periódico Estudiantes</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="https://estudiantes.elpais.com/EPE2013/periodico-papel/equipo/2880#1">https://estudiantes.elpais.com/EPE2013/periodico-papel/equipo/2880#1</a></li> <li>- <a href="https://estudiantes.elpais.com/EPE2013/periodicos-publicados/TO/3040/">https://estudiantes.elpais.com/EPE2013/periodicos-publicados/TO/3040/</a></li> </ul>
<b>Maratón Solidario</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="http://eldiadigital.es/not/170686/xii-carrera-solidaria-del-ieso-la-falcata-a-favor-de-save-the-children/">http://eldiadigital.es/not/170686/xii-carrera-solidaria-del-ieso-la-falcata-a-favor-de-save-the-children/</a></li> <li>- <a href="https://www.savethechildren.es/galeria/1657">https://www.savethechildren.es/galeria/1657</a></li> </ul>
<b>Suelta De Rapaces</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <a href="http://elsemanaldelamancha.com/not/13346/rutas-coloquio-y-suelta-de-rapaces-para-celebrar-el-dia-de-los-humedales-en-villafranca-de-los-caballeros/">http://elsemanaldelamancha.com/not/13346/rutas-coloquio-y-suelta-de-rapaces-para-celebrar-el-dia-de-los-humedales-en-villafranca-de-los-caballeros/</a></li> </ul>

<b>Ajedrez</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– <a href="http://ajedrezvillafranca.blogspot.com.es/2017/05/el-ieso-la-falcata-y-nuestro-ajedrez-en.html">http://ajedrezvillafranca.blogspot.com.es/2017/05/el-ieso-la-falcata-y-nuestro-ajedrez-en.html</a></li><li>– <a href="https://info64.org/team/i-torneo-open-provincial-equipos-toledo-sub-18/ieso-la-falcata-b">https://info64.org/team/i-torneo-open-provincial-equipos-toledo-sub-18/ieso-la-falcata-b</a></li><li>– <a href="http://ajedreztoledo.blogspot.com.es/2017/05/el-club-ajedrez-coordinadora-toledo-y.html">http://ajedreztoledo.blogspot.com.es/2017/05/el-club-ajedrez-coordinadora-toledo-y.html</a></li></ul>
<b>Global Nature</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– <a href="http://www.humedalesdelamancha.es/index.php/es/noticias-2/258-los-humedales-de-la-mancha-y-la-educacion-ambiental">http://www.humedalesdelamancha.es/index.php/es/noticias-2/258-los-humedales-de-la-mancha-y-la-educacion-ambiental</a></li></ul>
<b>Semana De La Salud</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>– <a href="https://objetivocastillalamancha.es/contenidos/toledo/semana-de-la-salud-en-villafranca-de-los-caballeros-del-4-al-8-de-abril-">https://objetivocastillalamancha.es/contenidos/toledo/semana-de-la-salud-en-villafranca-de-los-caballeros-del-4-al-8-de-abril-</a></li><li>– <a href="http://elsemanaldelamancha.com/not/18568/-ldquo-utopia-el-camino-de-los-posibles-rdquo-taller-en-el-ies-ldquo-la-falcata-rdquo-de-villafranca/">http://elsemanaldelamancha.com/not/18568/-ldquo-utopia-el-camino-de-los-posibles-rdquo-taller-en-el-ies-ldquo-la-falcata-rdquo-de-villafranca/</a></li></ul>

Villafranca de los Caballeros, 15 de noviembre de 2017