

MEDRA CON BO PÉ



A, B, C, D,
Educa Saúde

PROGRAMA MUNICIPAL EDUCASAÚDE

Programa de prevención que pretende abordar o concepto de saúde dunha forma integral traballando pautas para fomentar unha conduta saudable, dirixido á infancia, adolescencia e mocidade desde tres aspectos fundamentais o físico, o psicolóxico e o relacional. O programa inclúe tamén ás familias como parte fundamental na transmisión destas condutas.

Finalidade: Fomentar hábitos saudables entre a poboación infantil e xuvenil para previr condutas de risco. Concienciar ás familias para transmitir condutas adecuadas orientadas a unha vida saudable.

Público destinatario: escolares de educación infantil (0 a 6), educación primaria e ás súas familias

Accións a levar a cabo. O programa comprende sesións de hora e media dirixidas ao alumnado de infantil e primaria. A etapa de primaria divídese en 1º ciclo (1º, 2º e 3º) e 2º ciclo (4º, 5º e 6º). Todos os niveis recibirán sesións con contidos médicos, de prevención e psicosociais (3 por curso), excepto os do segundo ciclo que terán unha cuarta sesión sobre educación afectivo- sexual. Estas sesións impartiránse en horario lectivo de 09:00 a 14:00 horas.

Polas tardes, en horario de 16:00 a 17:30 horas, as familias recibirán os mesmos contidos facendos coincidir, no posible, cas recibidas polos seus fillos e fillas.

Equipo docente formado por 3 pediatras, 1 enfermeira pediátrica, 1 psicóloga, 2 matronas, 1 educador social e dúas psicólogas especialistas en etapa de 0 a 3 anos.

Centros educativos: Ceip Alborada, Ceip Rosalía de Castro, Ceip Sagrada Familia, Ceip Salgado Torres, Ceip Wenceslao Fernández Flórez e as Escolas Infantís Municipais de Arela e Carricanta.

Nº total de alumnado: 2.238

Duración do programa nesta zona escolar: desde o 21 de xaneiro ata o 12 de abril de 2013.

Os **contidos** por sesións son os seguintes:

SESIÓNS MÉDICAS

Educación Infantil

- A importancia do almorzo
- As golosinas e a fruta: importancia e consecuencia do seu consumo

1º ciclo de Primaria (1º, 2º e 3º)

- A importancia do almorzo
- Hixiene persoal (limpeza buco-dental, lavado de mans)
- Seguridade no fogar
- Seguridade vial

2º ciclo de primaria (4º, 5º e 6º)

- A pirámide nutricional:
 - Identificar os niveis da pirámide
 - Aportación nutricional dos alimentos
- Importancia da alimentación e do descanso

SESIÓNS PSICOSOCIAIS

Educación infantil

- Habilidades sociais
- Emocións
- Igualdade de xénero
- Reciclaxe

1º ciclo de Primaria (1º, 2º e 3º)

- Habilidades sociais
- Resolución de conflitos
- Reciclaxe

2º ciclo de primaria (4º, 5º e 6º)

- Habilidades sociais
- Estilo de comunicación
- Empatía
- Resolución de conflictos
- Educación medioambiental

Sesiões Afectivo- Sexuais (so para 4º, 5º e 6º)

- Cambios emocionais
- Anatomia do corpo feminino e cambios corporais
- Anatomía do corpo masculino e cambios corporais
- A menstruación
- As polucións
- Mitos e mentiras da sexualidade
- Malos tratos
- Abuso e acoso sexual
- Redes sociais

SESIÓNS DE PREVENCIÓN

Educación infantil

- Prevención de adiccións (as golosinas e os refrescos)
- O lecer e o tempo libre (o xogo, o deporte e a actividade física)

1º ciclo de Primaria (1º, 2º e 3º)

- Prevención de adiccións (as golosinas e os refrescos, o tabaco,)
- O lecer e o tempo libre (xogos e actividades para o lecer, TV e videoxogos, actividades física e deporte)

2º ciclo de primaria (4º, 5º e 6º)

- Prevención de drogas (o tabaco, o alcol)
- O lecer e o tempo libre
- As novas tecnoloxías