

Proxecto

CÓDIGO DO CENTRO: 15018148
CENTRO: CPI de Atios - Valdoviño - A Coruña
PROGRAMA: Contratos-Programa Innova 2023/24
ESTADO: Validada
VERSION: 1

A) COMPROMISOS DO CENTRO EDUCATIVO

O centro comprométese a desenvolver a/as seguinte/s actuación/s:

a) Introducción

Xustificación da necesidade da realización do Plan de Mellora

Os centros escolares son un espazo de aprendizaxe esencial na vida do alumnado. Os hábitos que adquire o alumando ao longo da súa infancia e adolescencia marcarán en gran medida o seu estilo de vida, polo que é crucial que dende os centros educativos se promovan uns hábitos de vida que garantan a saúde das persoas pero tamén do medio ambiente en que vivimos.

A poboación escolar actual caracterízase, de forma preocupante, por unha progresiva adopción de estilos de vida sedentarios e falta de hábitos saudables de práctica de actividade física e de alimentación. Na última década son varios os organismos internacionais que veñen advertindo desta perigosa situación como orixe das chamadas enfermidades hipocinéticas. A propia Organización Mundial da Saúde (OMS) defínea como unha epidemia e un problema de saúde pública facendo recomendacións de práctica de actividade física de 60 minutos diarios para a poboación infantil e adolescente. A crise sanitaria actual non fai máis que acentuar esta situación, onde diferentes organizacións sanitarias e de protección da saúde pediátrica falan dunha segunda pandemia oculta, resultado dos confinamentos e os periodos de inactividade da poboación en crecemento.

Por outra banda, a este grave problema de saúde pública súmase que actualmente atopámonos nunha situación global de emerxencia climática que pon en risco o noso benestar así como o das demais especies coas que compartimos o planeta. Deste xeito, neste contexto actual de crise climática e da biodiversidade, consideramos que a promoción de hábitos de vida saudables ten que ir da man da promoción de hábitos de vida sostibles, entendéndose estes últimos como aquelas accións que axudan a reducir a nosa pegada ecolóxica e, por tanto, diminúen o uso de recursos naturais e contribúen ao coidado do medio ambiente. Sabemos que a saúde das persoas depende directamente do estado de conservación dos ecosistemas e as especies que estes albergan. Aquelas accións que promovan o coidado do medio ambiente terán un efecto positivo na saúde das persoas e viceversa. Segundo este enfoque, non tería sentido tratar ambos hábitos de vida, saudables e sostibles, de xeito separado polo que apostamos por unha visión integradora que poña no centro a saúde, tanto das persoas como do medio natural.

É por isto que cremos na necesidade de impulsar iniciativas que poidan axudar a revertir esta situación na contorna do noso centro. Deste xeito, faise fundamental aumentar o tempo adicado a actividades deportivas dentro e fóra do horario lectivo, promover hábitos de alimentación saudables a través do comedor escolar e as merendas dos recreos e capacitar ao alumnado para que poida poñer en práctica accións que repercutan de maneira positiva no medio ambiente e, por conseguinte, na nosa propia saúde. A finalidade deste documento será a de crear o marco de referencia para a comunidade educativa do CPI de Atios, con todas as actividades que teñan en común a promoción de hábitos de vida saudables e sostibles, buscando unha transversalidade e coordinación entre os diferentes departamentos participantes. Preténdese dinamizar e promover hábitos de vida activa, saudables e comprometidos co coidado da natureza, organizando e rentabilizando os recursos do centro así como a coordinación con axentes do propio centro, do concello, de clubs ou de entidades deportivas, entre outros axentes da

Proxecto

CÓDIGO DO CENTRO: 15018148
CENTRO: CPI de Atios - Valdoviño - A Coruña
PROGRAMA: Contratos-Programa Innova 2023/24
ESTADO: Validada
VERSION: 1

A) COMPROMISOS DO CENTRO EDUCATIVO

O centro comprométese a desenvolver a/as seguinte/s actuación/s:

contorna.

b) Análise DAFO

1. Debilidades

- A novidade do proxecto para toda a comunidade educativa.
- O cambio de hábitos no alumnado será complicado sen a implicación das familias.

2. Fortalezas

- O compromiso do profesorado participante.
- A proposta ten perspectiva de continuidade e de consolidarse nos vindeiros cursos.
- Un plan que integra obxectivos de hábitos saudables e desenvolvemento sostible.

3. Ameazas

- Os hábitos de consumo e de práctica deportiva actuais condicionan negativamente o éxito das actividades.
- A situación actual e as medidas sanitarias condicionan as actividades e o uso de espazos.
- A oferta de produtos saudables na cafetería do centro é escasa.

4. Oportunidades

- A contorna e o medio natural oferta moitas posibilidades de ocio activo para os membros da comunidade educativa.
- A existencia dun proxecto de diferentes federacións deportivas e a administración local para impulsar deporte e desenvolvemento sostible.

c) Obxectivos do proxecto

Indiquen os obxectivos que pretenden acadar co desenvolvemento do presente Plan de Mellora

1. Fomentar estilos de vida activos, saudables e sostibles na comunidade educativa do centro, especialmente entre o alumnado.
2. Coordinar e recompilar nun proxecto común todas as actividades que teñen como finalidade a consecución de estilos de vida saudables e sostibles na comunidade educativa.
3. Crear e iniciar o desenvolvemento dun proxecto deportivo de centro que englobe todas as accións e iniciativas para a promoción de estilos de vida saudables.
4. Aumentar a actividade física realizada polo alumnado ao longo da semana dentro do horario lectivo, a través das actividades propostas semanalmente durante os recreos activos, principalmente entre o alumnado de primeiro ciclo de secundaria.
5. Visibilizar o impacto positivo dos hábitos de vida saudables e sostibles mediante exposicións, saídas e charlas.
6. Reducir a pegada ecolóxica do comedor escolar apostando por alimentos de proximidade e tempada e aumentando o consumo de alimentos de orixe vexetal ao tempo que se reducen os de orixe animal.
7. Reducir a produción de residuos plásticos, promovendo o consumo de alimentos que carezan de embalaxes non reciclables.

Proxecto

CÓDIGO DO CENTRO: 15018148
CENTRO: CPI de Atios - Valdoviño - A Coruña
PROGRAMA: Contratos-Programa Innova 2023/24
ESTADO: Validada
VERSION: 1

A) COMPROMISOS DO CENTRO EDUCATIVO

O centro comprométese a desenvolver a/as seguinte/s actuación/s:

8. Implicar ao alumnado na búsqueda e aplicación de solucións a problemas medioambientais da contorna.

9. Involucrar a diferentes departamentos no desenvolvemento do proxecto a través de actividades transversais entre diferentes materias.

d) Indicadores de logro do Plan de Mellora

Estableza os indicadores de logro (obxectivos e medibles), que permitan comprobar os avances acadados trala aplicación do Plan de Mellora ao finalizar o curso. Indique ata un máximo de 5.

- Aumentar un 30% o tempo de práctica de actividade física e/ou deportiva do alumnado no centro.
- Conseguir unha participación nas actividades propostas de máis do 80 % do alumnado.
- Eliminar o consumo de bebidas azucaradas durante os recreos e tempos de lecer no centro para toda a comunidade educativa.
- Reducir un 70% a produción de residuos nas merendas dos recreos.

Proxecto

CÓDIGO DO CENTRO: 15018148
CENTRO: CPI de Atios - Valdoviño - A Coruña
PROGRAMA: Contratos-Programa Innova 2023/24
ESTADO: Validada
VERSION: 1

A) COMPROMISOS DO CENTRO EDUCATIVO

O centro comprométese a desenvolver a/as seguinte/s actuación/s:

03. EDUsaúde. O centro como dinamizador de hábitos de vida

a) Medidas a desenvolver nesta modalidade

Medidas que se van poñer en marcha e/ou actividades que se van desenvolver durante o curso.

1. Por en marcha os ¿Recreos activos¿ e "Gardas Activas" para o incremento da actividade física semanal durante o horario lectivo.
2. Realizar activades físico-deportivas en colaboración con entidades locais e con outras de ámbito nacional. (Corre por Valdoviño, Carreira Save The Children, Roteiros pola contorna, etc).
3. Realizar charlas e exposicións para concienciar e sensibilizar ao alumnado do centro da importancia de adquirir hábitos de vida saudables e sostibles que garantan a propia saúde e a do medio ambiente. Preferiblemente, a maioría destas charlas e exposicións serán levadas a cabo por alumnado do centro.
4. Realizar pequenos estudos sobre hábitos saudables da comunidade educativa. Enquisas sobre os hábitos de vida como detección e análise da realidade social próxima (hixiene, actitude postural, comidas principais e a inxesta entre comidas, consumo de substancias tóxicas...).

b) Indique o número de alumnado co que vai traballar (de non participar ningún, indique

01. Número de alumnos que van participar

113

02. Número de alumnas que van participar

128

03. Número TOTAL do alumnado que vai a participar (suma de alumnos máis alumnas)

238

c) Indique os grupos que van participar nesta modalidade

Grupos que van participar nesta modalidade

5º PRIMARIA, 6º PRIMARIA, 1º ESO, 2º ESO, 3º ESO e 4º ESO

d) Horario no que se vai desenvolver a modalidade

Indique o horario no que se desenvolverán as actividades e/ou medidas, así como a temporalización prevista das mesmas ao longo do curso.

1º TRIMESTRE:

- AVALIACIÓN INICIAL SOBRE HáBITOS DE CONSUMO E PRÁCTICA DE ACTIVIDADE FÍSICA.
- INICIO DE RECREOS ACTIVOS E 3ª HORA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

LUNS, MARTES, MÉRCORES, XOVES E VENRES: 11:15-11:30; 13:10-13:25. XOVES 16:00-16:45.
ANDAINA CPI DE ATIOS: HORARIO TITORÍAS DE CADA GRUPO.

2º TRIMESTRE:

- RECREOS ACTIVOS E 3ª HORA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

Proxecto

CÓDIGO DO CENTRO: 15018148
CENTRO: CPI de Atios - Valdoviño - A Coruña
PROGRAMA: Contratos-Programa Innova 2023/24
ESTADO: Validada
VERSION: 1

A) COMPROMISOS DO CENTRO EDUCATIVO

O centro comprométese a desenvolver a/as seguinte/s actuación/s:

LUNS, MARTES, MÉRCORES, XOVES E VENRES: 11:15-11:30; 13:10-13:25. XOVES 16:00-16:45.
- CARNET MERENDAS SAUDABLES CPI DE ATIOS
LUNS, MARTES, MÉRCORES, XOVES E VENRES: 11:15-11:30; 13:10-13:25. XOVES 16:00-16:45.
3º TRIMESTRE:
- RECREOS ACTIVOS E 3ª HORA DE EDUCACIÓN FÍSICA.
LUNS, MARTES, MÉRCORES, XOVES E VENRES: 11:15-11:30; 13:10-13:25. XOVES 16:00-16:45

e) Orzamento

Indique a cantidade de recursos económicos que solicita para desenvolver esta modalidade do Plan de Mellora
700

f) Indicadores

Estableza os indicadores de logro (obxectivos e medibles), que permitan comprobar os avances acadados trala aplicación das medidas propostas nesta modalidade do Plan de Mellora ao finalizar o curso. Indique un mínimo de 3.

Indicadores

- Aumentar un 30% o tempo de práctica de actividade física e/ou deportiva do alumnado no centro.
- Conseguir unha participación nas actividades propostas de máis do 80 % do alumnado.
- Eliminar o consumo de bebidas azucaradas durante os recreos e tempos de lecer no centro para toda a comunidade educativa.
- Reducir un 70% a produción de residuos nas merendas dos recreos.

g) Compromisos adquiridos

Compromisos adquiridos polos participantes (centro, profesorado, axentes sociais, outras administracións, ...) nesta modalidade do Plan de Mellora

Compartir co alumnado e as familias os obxectivos principais da plan.

Facilitar ao alumnado a participación das actividades concretando.

Impulsar a implicación do alumnado na proposta, organización e xestión das diferentes actividades.

Vincular el centro y la familia mediante el compromiso y la acción tutorial.

Potenciar a conciencia sobre a importancia do consumo sostible e dos hábitos saudables.

Implicar ás familias na adopción de medidas complementarias ás realizadas no centro educativo dentro do entorno familiar.

h) Profesorado implicado

Indique o número de docentes que van participar activamente nas distintas medidas e/ou actividades desta modalidade
16

Indique os equipos ou departamentos participantes.

- DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA.
- DEPARTAMENTO DE BIOLOXÍA E XEOLOXÍA.
- EQUIPO DE ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS E EXTRAESCOLARES.
- EQUIPO DIRECTIVO.
- TITORES DE ESO

Proxecto

CÓDIGO DO CENTRO: 15018148
CENTRO: CPI de Atios - Valdoviño - A Coruña
PROGRAMA: Contratos-Programa Innova 2023/24
ESTADO: Validada
VERSION: 1

A) COMPROMISOS DO CENTRO EDUCATIVO

O centro comprométese a desenvolver a/as seguinte/s actuación/s: