

# CONCRECIÓN ANUAL ACTIVIDADES FÍSICAS E HÁBITOS SAUDABLES

**Curso 2023 - 2024**



## ÍNDICE

---

<b>1. INTRODUCCIÓN</b>	<b>3</b>
<b>2. PLAN DE ACCIÓN ANUAL 2023/2024</b>	<b>3</b>
<b>3. PROCEDIMIENTO DE SEGUIMIENTO, AVALIACIÓN, MODIFICACIÓN E DIFUSIÓN</b>	<b>6</b>

---

## 1. INTRODUCCIÓN

O Plan de actividades físicas e hábitos saudables ten por finalidade a práctica diaria de deporte, e de exercicio físico e actividade física durante a xornada escolar e a promoción dunha vida activa, saudable e autónoma, polo que se deseña un plan adaptado ás características e necesidades do noso IES con accións anuais orientadas ao fomento da actividade física e á promoción dos hábitos saudables de toda a comunidade educativa.

## 2. PLAN DE ACCIÓN ANUAL 2023-2024

O Plan ten a súa concreción anual na Programación Xeral Anual a través de accións que se pretenden desenvolver no correspondente curso académico e enfocadas ao logro dos obxectivos xerais marcados.

Así pois, o Plan de acción a seguir neste curso 2023-2024 son:

<b>OBXECTIVO 1</b>	Analizar a situación de partida do centro.		<b>Acadado?</b>		
<b>Responsable/s</b>	Equipo Directivo. Departamento de Educación Física.				
<b>INDICADOR/ES</b>	Elaboración e redacción do punto de partida no que se atopa o IES Cabo Ortegal no relativo á actividade física e hábitos de vida saudable (Documento).				
<b>Valor de partida</b>	Non consta				
<b>Valor previsto e data</b>	SI				
ACCIÓNS A DESENVOLVER					
DESCRICIÓN	RESPONSABLES	TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS NECESARIOS	SEGUIMIENTO DA ACCIÓN	
				VALORACIÓN	ESTADO (Indicar: Realizada - Aprazada - Pendente)
O1.A1: Elaborar enquisas para as familias e para o alumnado.	Equipo Directivo. Departamento de Educación Física.	Abril 2024	Ordenador. Internet. Material de oficina.		
O1.A2: Elaborar un rexistro de datos de saúde do alumnado do IES.	Vicedirección.	Abril 2024	Ordenador. internet.		
O1.A3: Recompilar datos básicos a nivel de Concello en relación a actividades deportivas, actividades no medioambiente...	Vicedirección	Abril 2024	Ordenador. Internet. Material de oficina.		

<b>OBXECTIVO 2</b>	Promover unha vida activa, saudable e autónoma.		<b>Acadado?</b>		
<b>Responsable</b>	Departamento de Educación Física.				
<b>INDICADOR/ES</b>	Incremento dos hábitos deportivos no alumnado (Observación e enquisa).				
<b>Valor de partida</b>	Non consta.				
<b>Valor previsto e data</b>	20%				
<b>ACCIÓN A DESENVOLVER</b>					
<b>DESCRICIÓN</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS NECESARIOS</b>	<b>SEGUIMIENTO DA ACCIÓN</b>	
				<b>VALORACIÓN</b>	<b>ESTADO</b> (Indicar: Realizada - Aprazada - Pendente)
O2.A1: Asesoramento ao alumnado sobre como incorporar no día a día a actividade física, incluso para realizala na casa.	Departamento de Educación Física.	Ao longo do curso 2023/2024	Material do Departamento de E.F. Ordenador e conexión a internet		
O2.A2: Traballo da condición física do alumnado con métodos de adestramento e exercicios sinxelos para realizar ao aire libre e/ou na casa.	Departamento de Educación Física.	Ao longo do curso 2023/2024	Material do Departamento de E.F.		
O2.A3: Elaboración dunha listaxe de recursos que o alumnado e familias teñen ao seu alcance na contorna do Concello de Cariño.	Equipo Directivo.	Ao longo do curso 2023/2024	Ordenador Internet Material de oficina		

<b>OBXECTIVO 3</b>	Incrementar a práctica diaria do deporte e do exercicio físico durante a xornada escolar.		<b>Acadado?</b>		
<b>Responsable</b>	Xefatura de Estudos de Adultos				
<b>INDICADOR/ES</b>	Participación do alumnado no Proxecto de vida activa e deportiva (Rexistro de participación)				
<b>Valor de partida</b>	40%				
<b>Valor previsto e data</b>	70%				
<b>ACCIÓNS A DESENVOLVER</b>					
DESCRICIÓN	RESPONSABLES	TEMPORALIZACIÓN	RECURSOS NECESARIOS	SEGUIMIENTO DA ACCIÓN	
				VALORACIÓN	ESTADO Indicar segundo corresponda (Realizada – Aprazada – Pendente)
O3.A1: Redacción do Proxecto enmarcado dentro do Plan Proxecta da Consellería de Educación.	Xefatura de Estudos de Adultos.	Setembro 2023	Ordenador e conexión a internet.		
O3.A2: Campionatos deportivos nos recreos con equipos mixtos por cursos e no que participará tamén o profesorado.	Xefatura de Estudos de Adultos.	Ao longo do curso 2023/2024	Material do Departament o de E.F. Instalacións deportivas do IES.		

<b>OBXECTIVO 4</b>	Coñecer e celebrar datas conmemorativas relacionadas coa correcta alimentación e prevención de hábitos prexudiciais para a saúde.		<b>Acadado?</b>		
<b>Responsable</b>	Equipo Directivo. Profesorado.				
<b>INDICADOR/ES</b>	Número de datas difundidas (Rexistro)	Número de charlas celebradas (Rexistro)			
<b>Valor de partida</b>	0	0			
<b>Valor previsto e data</b>	2	2			
<b>ACCIÓN A DESENVOLVER</b>					
<b>DESCRICIÓN</b>	<b>RESPONSABLES</b>	<b>TEMPORALIZACIÓN</b>	<b>RECURSOS NECESARIOS</b>	<b>SEGUIMIENTO DA ACCIÓN</b>	
				<b>VALORACIÓN</b>	<b>ESTADO</b> Indicar segundo corresponda (Realizada – Aprazada – Pendente)
<b>O4.A1: Difusión de datas conmemorativas:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 de marzo: Día Mundial contra a obesidade infantil.</li> <li>• 20 de marzo: Día mundial da saúde bucodental.</li> <li>• 6 de abril: Día Mundial da actividade física.</li> <li>• 7 de abril: Día Mundial da Saúde.</li> <li>• 30 de novembro: Día Internacional da loita contra os trastornos de conduta alimentaria.</li> </ul>	Equipo Directivo. Departamentos didácticos. Axentes externos.	Ao longo do curso 2023/2024	Ordenador e conexión a internet.		
<b>O4.A2: Organización de charlas sobre nutrición dirixidas tanto ao alumnado como a familias.</b>	Equipo Directivo. Departamentos didácticos. Axentes externos.	Ao longo do curso 2023/2024	Calendario de charlas		

### 3. PROCEDEMENTO DE SEGUIMIENTO, AVALIACIÓN, MODIFICACIÓN E DIFUSIÓN DO PLAN ANUAL 23/24

Ao final do curso avaliarase a consecución dos obxectivos establecidos neste Plan anual, así como o desenvolvemento das actuacións previstas para acadalos e a adecuación das accións realizadas. O resultado desta avaliación reflectirase na Memoria Anual de Centro que servirá de base para a redacción dos obxectivos e accións previstas no vindeiro curso académico 2024/2025.

Esta concreción anual coas accións previstas para a promoción dos hábitos saudables e da actividade física figuran como Anexo IV da Programación Xeral Anual 2023/2024, estando a disposición de toda a comunidade educativa na páxina web do centro no apartado “Documentación: Plan anual”.