



# SELLO VIDA SALUDABLE REVISIÓN AÑO 2023





## **ÍNDICE**

**RESUMEN DE LA VIDA DEL CENTRO..... 3**

**PARTICIPACIÓN E IMPLICACIÓN EN EL PROYECTO DE LOS  
ÓRGANOS DE COORDINACIÓN DOCENTE Y DE  
PARTICIPACIÓN..... 4**

**RELACIÓN DEL PROFESORADO PARTICIPANTE.....5**

**DESCRIPCIÓN DE ACTUACIONES..... 7**

**PROYECTOS DE ACTUACIÓN PARA EL FUTURO COMO  
CONSECUENCIA DEL TRABAJO REALIZADO..... 26**

## **I RESUMEN DE LA VIDA DEL CENTRO**

El IES do Milladoiro es el único centro de enseñanza secundaria del principal núcleo de población del ayuntamiento de Ames. En la actualidad su población se sitúa en torno a los 13.348 habitantes.

Situado en la parroquia de Biduido, **O Milladoiro**, dentro del área metropolitana de Santiago de Compostela y del **ayuntamiento de Ames**, se caracteriza por el rápido desarrollo urbano y crecimiento, iniciado en la década de 1980, a raíz de la consolidación de Santiago de Compostela como capital autonómica y el despliegue administrativo que supuso este hecho, junto con el mantenimiento de funciones antes existentes como la institución hospitalaria o universitaria.

El IES do Milladoiro es un centro creado en el curso 2013/2014, en el que se imparten las etapas educativas de **ESO** (Educación Secundaria Obligatoria) y **Bachillerato**. El nivel sociocultural de las familias do nuestro alumnado es extremadamente variado, con un porcentaje de alumnado procedente do estranxeiro relativamente elevado. En esta diversidad también tenemos que incluir al alumnado perteneciente al colectivo gitano..

En el momento actual la distribución de grupos y número de alumnado es la siguiente:

<b>1º ESO</b>	5 grupos	119 alumnos y alumnas
<b>2º ESO</b>	5 grupos	104 alumnos y alumnas
<b>3º ESO</b>	5 grupos	119 alumnos y alumnas
<b>4º ESO</b>	4 grupos	102 alumnos y alumnas
<b>1º BACHILLERATO</b>	2 grupos	55 alumnos y alumnas
<b>2º BACHILLERATO</b>	2 grupos	55 alumnos y alumnas
<b>TOTAL ALUMNOS Y ALUMNAS: 554</b>		

En lo relativo a la **atención a la diversidad** y al **alumnado con necesidades educativas**, en el presente curso escolar se cuenta con medidas extraordinarias como los **agrupamientos flexibles** (1 subgrupos en 1º ESO) así como un **grupo de PMAR** en 2º da ESO y uno de Diversificación Curricular en 3º ESO. También se ofrece apoyo educativo al alumnado con necesidades educativas especiales, para o que se conta con un **especialista de Pedagogía Terapéutica**.

Frente a estos recursos se encuentra una variada complejidad y atención que precisa un alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, con situaciones tan distintas como las del alumnado con **TDAH, TEA, dislexia, altas capacidades, alumnado en riesgo de exclusión social** y de **incorporación tardía**...

Respecto al **clustro de profesorado**, en el curso actual está formado por persoas que se engloban en **17 departamentos didácticos**. Hay también 10 personas que forman parte del **personal no docente**.

La ampa del centro (**Anpa Milla**) colabora planteando medidas como la realización de actividades extraescolares por tarde y apoyando el desarrollo de cualquier iniciativa. El centro participa en distintos contratos programas y proyectos (Plan Recupera, Contrato

Programa Inclúe, distintos proyectos didácticos como el “Antón Fraguas”, de innovación en dinamización de lengua gallega, Club de Ciencia o programas de biblioteca como “centro PLAMBE”, “Radio na Biblio”, “Red de Bibliotecas Solidarias”...)

Hay un **Equipo de Dinamización da Lingua Galega**, formado por varios docentes, alumnos y un miembro del persoal no docente, que muestra sus amplias actividades e iniciativas en un blog y un canal propio, además de la página web do centro. Estos recursos también los emplea el **Equipo da Biblioteca Escolar del Centro**. Hai también un **Comité de Igualdade**, que desarrolla diferentes actividades en torno al tema de la coeducación y las conmemoraciones vinculadas con los derechos y la situación de la mujer. La sensibilidad del centro en este último aspecto se refleja en la existencia, dentro de su documentación institucional, de un **Plan de Igualdad**. El centro también tiene experiencia en participación en proyectos y medidas en torno a **convivencia** desarrollándose diferentes estrategias: Olimpiada de Convivencia, Caja correo de convivencia, Equipos de Ayuda, Programa de Mediación Restaurativa...

Durante varios cursos, la implicación y motivación del profesorado hizo posible la existencia de una variada oferta de **actividades extraescolares y complementarias**, así como el desarrollo de una estructura de colaboración con el entorno, la **Rede do IES do Milladoiro**. un ejemplo de trabajo y colaboración del centro con instituciones de la zona, que se inició en el curso 2015/2016, en torno a la convivencia y la salud, pero que en los últimos años vio reducida su actividad por la incidencia de la pandemia de la COVID-19 en el entorno educativo. En el presente curso escolar se volvió a retomar la reunión y la colaboración en el ámbito de una Red que en su momento desempeñó un gran papel y función en el reconocimiento al centro del distintivo de **Sello de Vida Saludable**.

## **II PARTICIPACIÓN E IMPLICACIÓN EN EL PROYECTO DE LOS ÓRGANOS DE COORDINACIÓN DOCENTE Y DE REPRESENTACIÓN**

El proyecto de Vida Saludable del centro cuenta con el apoyo de diversos órganos de coordinación docente:

- **Departamentos didácticos del Centro.** Su colaboración se centra, principalmente, en la realización de actividades curriculares y extracurriculares.
- **La Comisión de Coordinación Pedagógica.** Recibe información del desarrollo de actividades vinculadas al proyecto y aporta ideas o sugerencias en lo relativo a la coordinación de las mismas o la presencia de nuevas iniciativas
- **El Claustro de Profesores.** Como órgano de coordinación docente colabora con su respaldo al proyecto y el conocimiento de las actividades vinculadas al mismo en las que participan parte de sus componentes.

En lo referente a los órganos de representación podemos destacar:

- **Consejo Escolar.** Conoce el desarrollo y muchas veces actúa como el lugar de coordinación de actividades que involucran a los diferentes sectores de la comunidad educativa
- **Junta de Delegados de alumnos y alumnas.** En las reuniones de las Juntas de Delegados y Delegadas del alumnado se aprovecha para recoger, valorar e implementar si procedes, nuevas ideas o inciativas en el proyecto

- **Asociación de madres y padres del centro.** Dentro del proyecto se incluye la realización de actividades coordinadas con el Ampa del IES do Milladoiro, Anpa Milla

Dentro de las instituciones que colaboran en el proyecto debemos hacer especial mención al **Ayuntamiento de Ames**, que en todo momento está abierto al apoyo e impulso de actividades vinculadas al mismo. También contamos con el apoyo de instituciones y organismos que forman parte de la Rede do IES do Milladoiro, como el **centro de salud del Milladoiro**, dependiente del SERGAS (Servicio Galego de Saúde), cuartel de la **Guardia Civil del Milladoiro**

### III RELACIÓN DEL PROFESORADO PARTICIPANTE

#### PROFESORADO IMPULSOR DE ACTIVIDADES:

- **Sonia Magariños Riveira:** Vicedirectora y responsable de las actividades complementarias y extraescolares en el curso 2022/2023
- **Ana Isabel Sande Blanco.** Vicedirectora y responsable de las actividades complementarias y extraescolares en el curso 2022/2023
- **Carmen Garabal Gómez.** Jefa del Departamento de Orientación del IES do Milladoiro
- **Valentina Formos Gosende:** Coordinadora del Equipo de Dinamización de la Lengua Gallega
- **Manuel Maseda Deán:** Coordinador de Convivencia y Bienestar
- **Larisa Rozados Lorenzo.** Coordinadora de Igualdad. Curso 2022/2023
- **Julia Patiño Mallón:** Coordinadora de Igualdad. Curso 2021/2022
- **María Dolores Padín Bascuas.** Secretaria del IES do Milladoiro
- **María José Calvo Lodeiro.** Jefa de Estudios del IES do Milladoiro durante el curso 2022/2023
- **María Dolores Cuesta Martín.** Jefa de Estudios del IES do Milladoiro durante el curso 2021/2022
- **Francisco José Otero Iglesias.** Director del IES do Milladoiro

#### PROFESORADO PARTICIPANTE A TRAVÉS DE LAS TUTORÍAS

- **Eleonora Giunchi:** tutora de 1º ESO. Curso 2022/2023
- **Job Sánchez Julián:** tutor de 1º ESO. Curso 2022/2023
- **Vicente Fornés Picher:** tutor de 1º ESO. Curso 2022/2023
- **Alejandro Blanco García:** tutor de 1º ESO. Curso 2022/2023
- **María Luz Noya Lodeiro:** tutora de 1º ESO. Curso 2022/2023 y tutora 2º ESO. Curso 2021/2022
- **Álvaro Panceira Díaz:** María Luz Noya Lodeiro: tutor de 1º ESO. Curso 2022/2023
- **Dolores González Peón:** tutora de 1º ESO. Curso 2021/2022
- **Raquel Baños Iglesias:** tutora de 1º ESO. Curso 2021/2022
- **María Jesús Parajó Francos:** tutora de 1º ESO. Curso 2021/2022
- **Irma Landeira Caamaño.** tutora de 1º ESO. Curso 2021/2022
- **Sandra Amado Souto.** tutora de 1º ESO. Curso 2021/2022
- **Milagros Diéguez Taboada:** Tutora de 2º ESO. Curso 2022/2023 y tutora de 1º Bachillerato. Curso 2021/2022
- **María Marlén Vila González.** Tutora de 2º ESO. Curso 2022/2023
- **Andrea Martínez De la Iglesia.** tutora de 2º ESO. Curso 2022/2023
- **Lorenzo Ojea Alonso: tutor de 2ºESO. Curso 2022/2023**
- **Raquel Miragaya Rodríguez:** tutora de 2º ESO. Curso 2022/2023

- **Manuel Maseda Deán:** tutor de 2º ESO. Curso 2021/2022
- **Margarita Porto Espinosa:** tutora de 2º ESO. Curso 2021/2022
- **Pilar Casas Gil:** tutora de 2º ESO. Curso 2021/2022
- **Raquel Rodríguez Reboredo:** tutora de 2º ESO. Curso 2021/2022
- **Xaime Blanco Quiñoy:** tutor de 2º ESO. Curso 2021/2022
- **Isabel Doviso Ferreiro:** tutora de 3º ESO. Curso 2022/2023
- **Francisco Xabier San Isidro Agrelo:** tutor de 3º ESO. Curso 2022/2023
- **Luciano Fernández Martínez:** tutor de 3º ESO. Curso 2022/2023 y tutor de 1º Bachillerato. Curso 2021/2022
- **Sonia Mandiá Álvarez:** tutora de 3º ESO. Curso 2022/2023
- **María Nieves Sampedro Fernández:** tutora de 3º ESO. Curso 2022/2023
- **Mónica Teresa Parente Morales:** tutora de 3º ESO. Curso 2021/2022
- **Sofía Crespo Merelas:** tutora de 3º ESO. Curso 2021/2022
- **Sonia Pérez Prieto:** tutora de 3º ESO. Curso 2021/2022
- **Víctor Manuel Santidrián Arias:** tutor de 3º ESO. Curso 2021/2022
- **Gregorio Durán Sánchez:** tutor 4º ESO. Curso 2022/2023 y tutor de 2º Bachillerato. Curso 2021/2022
- **María Dolores Cuesta Martín:** tutora de 4º ESO. Curso 2022/2023
- **Beatriz Fontaiña Sampedro:** tutora de 4º ESO. Curso 2022/2023
- **Rebeca Villaverde López:** tutora de 4º ESO. Curso 2022/2023
- **Óscar González Rodríguez:** tutor de 4º ESO. Curso 2021/2022
- **José Ismael Ramos Castelo:** tutor de 4º ESO. Curso 2021/2022
- **Irene García Bernadal:** tutora de de 4º ESO. Curso 2021/2022
- **Ana Isabel Sande Blanco:** tutora de 1º Bachillerato. Curso 2022/2023
- **Francisco José Otero Iglesias:** tutor de 1º Bachillerato. Curso 2022/2023
- **María Luisa Rodríguez Lamas:** tutora de 1º Bachillerato. Curso 2021/2022
- **María José Calvo Lodeiro:** tutora de 2º Bachillerato. Curso 2022/2023
- **Beatriz Otero Enjo:** tutora de 2º Bachillerato. Curso 2022/2023
- **Antonio Puentes Chao:** tutor de 2º Bachillerato. Curso 2021/2022

## PROFESORADO PARTICIPANTE A TRAVÉS DAS COORDINACIÓNS

### EQUIPO DE DINAMIZACIÓN DA LINGUA GALEGA

- **Valentina Formoso Gosende:** coordinadora
- **Raquel Baños Iglesias:** miembro del Equipo de Dinamización da Lingua Galega. Curso 2022/2023
- **Milagros Diéguez Taboada:** miembro del Equipo de Dinamización da Lingua Galega. Curso 2022/2023
- **Manuel Maseda Deán:** miembro del Equipo de Dinamización da Lingua Galega. Curso 2022/2023
- **Larisa Rozados Lorenzo:** miembro del Equipo de Dinamización da Lingua Galega. Curso 2022/2023

### GRUPO DE CONVIVENCIA

- **Manuel Maseda Deán:** Coordinador
- **Margarita Rodríguez Ponseti:** miembro del Grupo de Convivencia. Curso 2022/2023
- **Valentina Formoso Gosende:** miembro del Grupo de Convivencia. Curso 2022/2023
- **Larisa Rozados Lorenzo:** miembro del Grupo de Convivencia. Curso 2022/2023
- **Enrique Iglesias Campelo:** miembro del Grupo de Convivencia. Curso 2022/2023

## IV DESCRIPCIÓN DE ACTUACIONES

Durante el curso 2021/2022 el desarrollo de las actividades se vio condicionado por las limitaciones impuestas por la incidencia de la pandemia de la COVID 19. A medida que la misma se fue superando, se hizo evidente la necesidad de conceder, en lo relativo al tema de la salud, una especial importancia y tratamiento a aspectos clave del alumnado como su situación emocional o la salud mental, o la incidencia pasada de la pandemia en el ámbito de la convivencia. Estos aspectos están siendo objeto de una especial preocupación en el actual curso 2022/2023, al tiempo que se está intentando reactivar una importantísima herramienta del centro, en materia de salud y convivencia, como es la **Red del IES do Milladoiro**.

### PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN EL ÁMBITO ESCOLAR



#### JUSTIFICACIÓN

Bajo la denominación de prevención y promoción de la salud en el ámbito escolar se engloban una serie de talleres desarrollados en el centro, impulsados por el Departamento de Orientación y Vicedirección, con la colaboración del ayuntamiento de Ames, que aporta la presencia de personal especializado en el campo de la salud.

Desde el año 2017, el ayuntamiento de Ames desarrolla con los centros educativos de la zona un programa de prevención de conductas adictivas y de educación afectivo sexual que tienen un doble objetivo:

- Abordar las adicciones como alcohol, tabaco, drogas, internet o los juegos online entre el alumnado
- Comprender la sexualidad como un aspecto más en la vida de una persona, entendiendo la faceta sexual como un proceso básico en la vida y desarrollo de las personas. Se pretende ir más allá del hecho de informar sobre métodos anticonceptivos, masturbación o enfermedades de transmisión sexual, ya que se quiere que el alumnado comprenda aspectos como el deseo, la autoestima, las emociones, la responsabilidad o el autocuidado.

Por otra parte, la pandemia del coronavirus y la posterior vuelta a la normalidad provocó la necesidad de desarrollar unas actividades que se centraran en la gestión de las emociones y la ansiedad del alumnado del centro. Para ello se aprovechó también este programa del ayuntamiento de Ames que se centró en estos dos últimos cursos en “el reto de la salud mental”

## **OBJETIVOS**

- 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.
- Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables de los alumnos, con especial énfasis en la higiene y la prevención.
- 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.
- Promover el adecuado conocimiento de la salud e higiene sexual y reproductiva.

## **ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN**

DÍAS 7, 15, 17, 18 Y 21 MARZO DE 2022

- 1º ESO Y 3º ESO. TALLERES DE SEXUALIDAD
- 2º ESO. TALLERES. CONSUMO Y ADICCIONES
- 4º ESO, 1º BACHILLERATO Y 2º BACHILLERATO

Las charlas se realizaron en las aulas de referencia de los distintos grupos, contando con el apoyo de los recursos TIC de las mismas (ordenador portátil y pizarra digital)

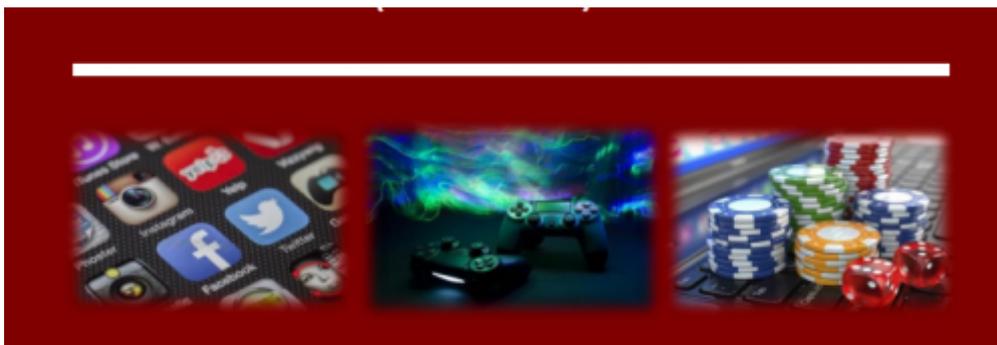
## **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

Hubo una participación activa del alumnado en estas actividades. La colaboración del ayuntamiento de Ames resultó esencial,

## **VALORACIÓN**

La valoración de esta actividad es muy positiva y está previsto su desarrollo en el presente año 2023, a partir del mes de marzo

## **ESTUDIO SOBRE LAS REDES SOCIALES, VIDEOJUEGOS Y APUESTAS**



## **JUSTIFICACIÓN**

Desde la Fundación Barrié se planteó durante la segunda evaluación del curso 2021/2022 la participación del centro en la realización de una encuesta, dentro de un estudio sobre el uso de redes sociales, videojuegos y apuestas entre los adolescentes gallegos, coordinado por el profesor de la Universidad de Santiago de Compostela y vecino del Milladoiro, Antonio Rial Boubeta. Se trata de un tema de especial interés, ya que cada vez es mayor la presencia de la tecnología y los dispositivos electrónicos en la vida de los adolescentes, con un impacto importante a diferentes niveles, tanto en términos de salud general, salud mental y emocional, como de convivencia. Con este estudio se pretendió analizar los usos, actitudes y creencias de las y los adolescentes, con el propósito de conocer y describir cómo se relacionan con la tecnología y a través de la tecnología, sino también de entender sus motivaciones, para promover así un uso saludable y equilibrado de la misma.

Para ello se realizó una encuesta, en la que se abordaron los hábitos y estilos de vida del alumnado, su salud y bienestar, convivencia familiar y escolar y tratando de poner todo ello en relación con el uso que hacen de Internet y las redes sociales, los videojuegos y los juegos de azar y apuestas.

## **OBJETIVOS**

- Promover estilos y hábitos de vida saludables, a partir de las necesidades específicas del alumnado del centro docente.
- 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, contrastando sus efectos nocivos y proponiendo medidas de prevención y control.

## **ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN**

Temporalización: entre los días 19 e 30 de abril.

Con la ayuda de los tutores y tutoras de cada grupo, el alumnado cubrió un cuestionario online en una de las dos aulas de informática, previamente reservadas. Dentro de cada grupo, la actividad duró entre unos 20-25 minutos

Para la realización de la encuesta se utilizó un enlace en la página web, al que pudieron acceder los alumnos y alumnas a través de una clave. Se contó con el apoyo de los tutores y tutoras de los grupos de ESO y Bachillerato, a los que se proporcionó también un manual de instrucción.

## **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

Hubo una participación activa del alumnado, resultando esencial la colaboración y actividad de los tutores y tutoras, que se encargaron de supervisar la realización de la encuesta.

## **VALORACIÓN**

La valoración de la actividad es muy positiva, ya que desde la Fundación Barrié se proporcionó el 10 de febrero de 2023 un informe individual con los resultados y análisis de la encuesta a nivel de nuestro centro, constituyendo, por lo tanto, un elemento muy valioso para el diseño y priorización de actividades futuras en relación a este tema.

## **ESPACIOS PARA LA REFLEXIÓN**



## **JUSTIFICACIÓN**

Bajo el nombre de "espacios para a reflexión", se iniciaron el mes de febrero de 2023 una serie de actividades, englobables en una escuela de madres y padres del AMPA de nuestro centro, Anpa Milla y que se pretenden centrar en aspectos relacionados con la salud mental o la educación afectivo-sexual (está prevista la realización, de actividades en torno a la sexualidad y la gestión de conflictos por parte de la educadora social, Rebeca González, los días 13 y 27 de febrero-

Hasta el momento ya se han desarrollado las actividades correspondientes a uno de los temas de mayor impacto educativo dentro de la psiquiatría infanto-juvenil y la atención a la diversidad a nivel educativo: el TDAH. su inclusión permitía un enfoque del tema bajo una doble vertiente:

- Proporcionar a las familias de este grupo de alumnos y alumnas con necesidades específicas de apoyo educativo pautas, consejos y medidas en relación al trastorno.
- Ofrecer al profesorado del centro una formación en el corrector tratamiento educativo del alumnado de estas características

## **OBJETIVOS**

- Promover la formación continua del personal docente que preste sus servicios en el centro, en materia de educación en hábitos saludables
- 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.

## **ACCIONES, RECURSO Y TEMPORALIZACIÓN**

La actividad aún está en proceso de realización. Recogemos a continuación lo realizado en las actividades sobre el TDAH, destinadas a profesorado y familias y realizadas por especialistas de una de las principales instituciones en el estudio del TDAH, tanto a nivel sanitario como educativo, la **Fundación Ingada**, que mandó al centro a dos especialistas en la materia

### 8 DE FEBRERO DE 2023

PROFESORADO. 17:00-19:00 H

- Perfiles del alumnado de secundaria con TDAH y correcto tratamiento en el sistema educativo
- Protocolo TDAH e adaptaciones nas etapa de ESO e Bacharelato

FAMILIAS. ESCUELA DE MADRES Y PADRES DE ANPA MILLA “ESPAZOS PARA A REFLEXIÓN”. 19:00-21:00 H

### 15 DE FEBRERO DE 2023

PROFESORADO. 17:00-20:00 h

- Manejo del alumnado de secundaria con problemas de impulsividad
- Experiencias positivas en el tratamiento del alumnado de secundaria en problemas conductuales e impulsividad

## **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

Las actividades se desarrollaron en el salón de actos del centro y estuvieron abiertas a todas las familias y profesorado. En lo relativo al profesorado se registró la presencia de unas 10 personas. En lo referente a las familias, acudieron principalmente aquellas cuyos hijos o hijas se ven afectados por el trastorno.

## VALORACIÓN

A pesar de que, cuantitativamente no hubo una abrumadora presencia, la valoración de la actividad puede considerarse como positiva, gracias a la profesionalidad y conocimientos de las ponentes, que ofrecieron una valiosa información y consejos a las personas que estuvieron presentes. Desde el centro se considera que este tipo de actividades constituye una gran oportunidad para lograr mejoras en aspectos que, aunque sean minoritarios, si constituyen un importante tema por las repercusiones en los aspectos de salud mental y gestión emocional del alumnado. En este sentido, actualmente está siendo objeto de planificación una actividad similar en lo relativo a las altas capacidades intelectuales, para la que se contaría con el apoyo de Latento, un spin off creado a partir del trabajo realizado en la Unidad de Atención Educativa en Altas Capacidades de la Universidad de Santiago de Compostela.

## DEPORTE E SAÚDE



## JUSTIFICACIÓN

“Deporte e saúde” es un proyecto impulsado por vicedirección que pretende acercar al alumnado del centro el conocimiento y práctica de deportes que habitualmente no suelen ser practicados por la adolescencia del entorno. Se trata de un conjunto de actividades, dirigidas cada una a un nivel distinto, que constituyen una herramienta en la idea de práctica del deporte como un elemento favorable a la convivencia y la vida saludable

## OBJETIVOS

- 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.
- 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.

## ACCIONES, RECURSO Y TEMPORALIZACIÓN

La planificación de las actividades es la siguiente:

- 4º ESO. Esquí. Estación Grandvalira (Andorra). Mes de febrero. Temporalización: 5 días
- 2º ESO. Golf. Tambre Golf. Oroso (A Coruña). Mes de abril. Temporalización: 1 día
- 1º ESO. Vela. Centro Náutico Municipal do Freixo. Serra de Outes (A Coruña). Mes de mayo. Temporalización: 1 día
- 3º ESO. Hípica y actividades de la naturaleza. Granxa Escola Bergondo. Negreira (A Coruña). Mes de junio. Temporalización: 1 día

## IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO

Las actividades son organizadas por vicedirección y el alumnado puede participar en las mismas con carácter voluntario

## VALORACIÓN

Hasta el momento se ha desarrollado la actividad de esquí, dirigida al alumnado de 4º ESO en la estación de Grandvalira (Andorra), participando en la misma unos 50 alumnos y alumnas.

## COORDINADOR DE CONVIVENCIA Y BIENESTAR



Al amparo de la nueva Ley Orgánica de Educación y la Ley de Protección de la Infancia (LOPIVI) ha surgido en el presente curso escolar la figura del Coordinador de Convivencia y Bienestar . Si consideramos a la salud como un estado de completo bienestar físico, mental y social hemos de concluir que esta nueva figura resulta esencial en este tema y en el bienestar del alumnado. Sus funciones se pueden concretar en:

- La **planificación** de las actuaciones para garantizar la protección de los estudiantes desde el entorno escolar.
- La **prevención**, a través de acciones de sensibilización dirigidas a toda la comunidad educativa.
- La **organización y promoción de la formación**, que se ofrecerá tanto al personal del centro como al alumnado para prevenir, detectar y abordar los casos de violencia y acoso escolar.
- La **detección de situaciones de violencia en el ámbito escolar** Entre las actuaciones destinadas a esta función se encuentran: diseñar un protocolo de actuación, establecer un canal de comunicación para notificar casos de acoso escolar, dotar al alumnado de capacidades para detectar situaciones de violencia, etc.
- La **intervención en situaciones de violencia escolar**. Para ello, el coordinador o coordinadora debe buscar la colaboración interna con otros miembros de la comunidad educativa (equipo directivo, docentes, familias, alumnado servicios de orientación) y externas (servicios sociales, sanidad, cuerpos y fuerzas de seguridad), que garanticen que el centro educativo sea un entorno protector.

## OBJETIVOS

- 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.
- 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

### **ACCIONES, RECURSO Y TEMPORALIZACIÓN**

Durante el curso 2021/2022 se realizó de la mano de un plan de formación del profesorado, una actividad de análisis DAFO de la situación de la Convivencia en el centro, denominada “ao son da convivencia”, con la realización de actividades en las que estuvieron presentes distintos miembros de la comunidad educativa (profesorado, personal no docente, alumnado, familias)

Durante el curso 2022/2023 la coordinadora de convivencia centra su labor en el restablecimiento e implementación de nuevos mecanismos y proyectos vinculados en torno a la convivencia:

- Mes de noviembre de 2022. Restablecimiento de las **Olimpiadas de Convivencia**
- Mes de enero y febrero de 2022. Puesta en práctica de la **Caixa Correo de Convivencia** (buzón de atención a peticiones de ayuda del alumnado, concebido como un mecanismo preventivo frente al acoso escolar e inspirado en un modelo semejante que desde hace años se desarrolla en el centro de primaria de la zona) y los **Equipos de Ayuda** (alumnado formado en labores de acompañamiento y atención en el ámbito de su grupo-clase)

Las medidas vinieron acompañadas de actividades de formación del alumnado en convivencia y la realización de talleres de habilidades sociales. Hasta el momento ya se han desarrollado talleres en los meses de noviembre (1º de Bachillerato) y febrero (1º ESO, formación de los Equipos de Ayuda...)

Para la realización de los talleres y la formación se contó con la ayuda de la psicóloga y formadora **Jeni Herbón**.

### **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

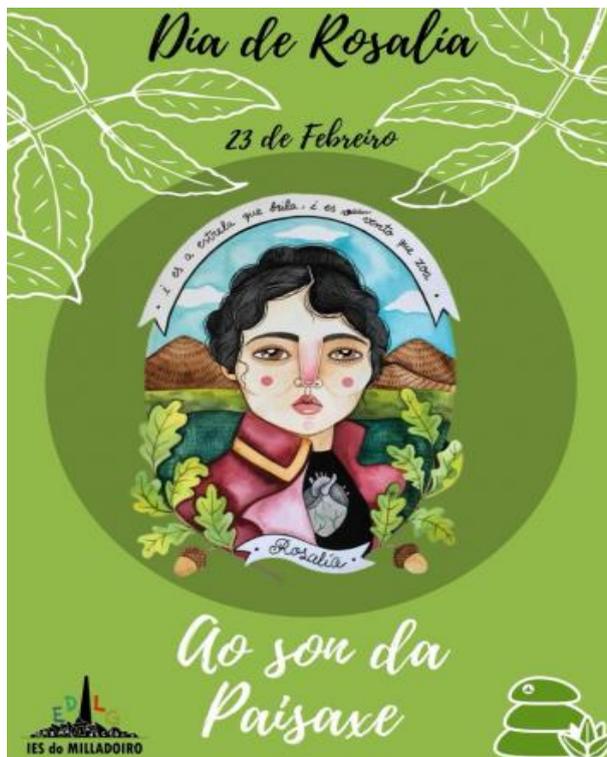
Las actividades y el trabajo se planifica y desarrolla principalmente a través de los miembros de la Coordinadora de Convivencia. Una de estas actividades (Equipos de Ayuda) se realiza en colaboración con un instituto de Santiago de Compostela (IES Xelmírez I)

### **VALORACIÓN**

La valoración de la labor hecha por este grupo hasta el momento es muy positiva, centrándose, en este momento en la realización de actividades de mejora de la convivencia de todos los miembros de la comunidad educativa (el 17 de febrero, por

ejemplo, se realizó un carnaval intercultural en el que participaron profesorado, familias, alumnado y personal no docente)

## AO SON DA PAISAXE. INTERVENCIONES CON EL MEDIO AMBIENTE Y LA SALUD



### JUSTIFICACIÓN

Este proyecto surgió en el curso 2021-2022, por parte del Equipo de Dinamización da Lingua Galega y que continuará su actividad en el curso 2022/2023. Lo conforman diversas actuaciones relacionadas con el respeto al medio natural y su cuidado a fin de fomentar hábitos saludables y responsables en el alumnado.

El curso pasado se plantaron árboles autóctonos y plantas ornamentales en el centro que son regados y cuidados por los alumnos. Este año se ha organizado una expedición para recolectarlos en su hábitat natural y traer algunos otros ejemplares para plantar en otras zonas de nuestro recinto escolar. Los estudiantes, acompañados de técnicos del Ayuntamiento han seleccionado los ejemplares y han procedido a arrancarlos, transportarlos y posteriormente plantarlos en el lugar elegido siguiendo, en todo momento, las directrices de los especialistas.

## 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.

## ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN

Todas las actuaciones han sido organizadas y coordinadas por el departamento de Normalización Lingüística (EDLG) en coordinación con el ayuntamiento de Ames que subvenciona el total de los gastos.

- 23 FEBRERO 2022. Actividades día de Rosalía. Plantación.
- 27 ENERO 2023. Salida al río para localización de especies y plantación en recinto escolar.
- 2 FEBRERO 2023. Salida a la robleda de Ventín para acto conjunto con centro de Primaria.

## IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO

La experiencia ha sido muy satisfactoria, el alumnado ha aprovechado y disfrutado de la misma, confirmando el interés en futuras actuaciones encaminadas a su autosuficiencia y a la valoración del trabajo físico.

## CHARLAS DE LA GUARDIA CIVIL Y DE OTROS AGENTES DE LA AUTORIDAD



## JUSTIFICACIÓN

El IES do Milladoiro lleva concertando estas charlas desde hace varios cursos, de manera que se ofertan varios temas en función de los niveles dentro del marco de las acciones preventivas dispuestas en el Plan Director para la Convivencia y Mejora de la Seguridad en los Centros Educativos y sus entornos. Estas acciones formativas dirigidas al alumnado sobre el abuso de sustancias adictivas, relaciones igualitarias, ciberseguridad, el uso de las nuevas tecnologías y sus riesgos que están en constante evolución, a menudo con tipologías delictivas que no existían anteriormente, originando que las amenazas a las que se ven expuestos los jóvenes y menores en el mundo físico tengan su reflejo en el mundo virtual.

Por otro lado, las nuevas tecnologías influyen de manera transversal en otras situaciones de riesgo e incluso en infracciones penales relacionadas con los centros educativos y su entorno, viéndose acrecentado el problema por el alcance y repercusión que las mismas pueden llegar a adquirir, al diluirse las fronteras y aumentar el anonimato de sus autores.

Las charlas del 25 de noviembre para la conmemoración del día mundial contra la violencia de género contaron con la inestimable presencia de Jesús Jiménez Sánchez, guardia civil de Milladoiro que forma parte de la Unidad especializada contra la Violencia de Género con multitud de condecoraciones en acto de servicio que empatizó con el alumnado. También contamos con el jefe de policía local de Teo Manuel Parga y el oficial Celso que hicieron hincapié en la prevención de las actitudes sociales que puedan perjudicar el desarrollo físico, social y psicológico del alumnado.

## OBJETIVOS

Las actividades del Plan Director tienen como objetivo acercar los servicios públicos de seguridad a la comunidad escolar para mejorar la confianza de los niños y jóvenes en las Fuerzas y Cuerpos de la Seguridad del Estado y poner a disposición de la comunidad educativa la asistencia técnica necesaria para que pueda prevenir y abordar cualquier tipo de incidente que pueda amenazar la convivencia en este entorno.

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 y en el entorno que les rodea.

## **ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN**

- 1 y 7 FEBRERO 2022. Redes sociales 2º ESO
- 2 FEBRERO 2022. Consumos y abuso de sustancias aditivas. 4º ESO
- 18 FEBRERO 2022. Ciberseguridad. 1º ESO
- 5 MAYO 2022. Vio-gen y relaciones igualitarias. 3º ESO
- 25 NOVIEMBRE 2022 PARA ALUMNADO DE 3º Y 4º ESO
- 8 Y 9 DE MAYO DE 2023 PARA ALUMNADO DE 1º Y 2º ESO

(Pendiente confirmación fechas para otros talleres en 2023)

Las charlas tuvieron lugar en salón de actos o aulas de referencia. Las de 25 de noviembre fueron por niveles en el salón de actos juntamente con otras actividades para conmemorar el día mundial contra la violencia de género organizadas por la Vicedirección.

Estas charlas son habituales en la programación de actividades de nuestro centro, se van ofreciendo alternativamente a cada nivel desde hace varios años, de modo que al final de la ESO han recibido diversos temas en función del curso en que se encuentren.

## **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

El alumnado ha estado muy motivado y ha participado de forma activa en todas las actividades propuestas por los agentes.

## **VALORACIÓN**

El hecho de poder interactuar con los agentes de la autoridad ha supuesto un acercamiento a la realidad del problema que sin duda tendrá repercusión en su actitud.

## CLASE SEN FUME. Programa de prevención del consumo de tabaco en escolares



### JUSTIFICACIÓN

Concurso educativo en el que participa el alumnado de 1º ESO. Se basa en el **compromiso individual y colectivo** (de toda el aula) de no fumar durante al menos 6 meses, refuerza el carácter voluntario de la decisión de no fumar, facilita la presión de grupo positiva generada por la complicidad de un grupo de adolescentes y un adulto (tutor/a), y refuerza la confianza en uno mismo y en los demás, al tiempo que utiliza la recompensa - premio como incentivo.

Este programa forma parte del '**Plan Proyecta**' de la Consellería de Educación.

### OBJETIVOS

- Evitar el inicio del consumo de tabaco en los chicos y chicas.
- Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables del alumnado, con especial énfasis en la prevención.
- 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.

### ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN

La actividad se desarrollará en horario de tutoría. Los tutores interesados, previamente se han entrevistado con la organización. Todos los escolares del aula y su tutor/a se comprometen a no fumar durante los 6 meses que dura el programa. Antes del inicio del programa todos los participantes manifiestan su consumo de tabaco. Realizada la actividad creativa se conciertan talleres donde técnicos de la Consellería de sanidad supervisarán las actividades y efectuarán el test de abstinencia tabáquica a través de una cooximetría.

14 DECEMBRO 2022. Entrevista de los técnicos con los tutores.

23 MARZO 2023. Taller con técnicos especialistas.

31 MAYO 2023. Acto lúdico de entrega de premios.

Desarrollarán las unidades didácticas propuestas junto con una actividad creativa que entrará en el concurso cuyos premios se entregarán alrededor del 31 de mayo Día mundial sin tabaco en un acto lúdico presidido por las consellerías de sanidad y educación.

## IMPLICACIONES DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO

El valor de esta actividad está en contar con el apoyo directo de técnicos de la Consellería de sanidad que motivan al alumnado fumador para cambiar de hábitos. El acompañamiento del tutor o tutora durante el transcurso de la actividad es crucial para el éxito de la misma.

### VALORACIÓN

Estamos en el primer año de implantación de este programa. Por el momento la acogida ha sido muy positiva y amplía entre los integrantes de los grupos que aseguran serán capaces de cumplir el reto.

## TALLERES DE COMUNICACIÓN TEATRAL. Programa Queda-T

### JUSTIFICACIÓN

Proyecto de innovación educativa y pedagógica desarrollado por un especialista que trabaja actitudes y valores para la inclusión, empatía, hábitos saludables y el desarrollo de la autoestima y la gestión emocional positiva del alumnado.

Se trata de talleres de 4 sesiones que se llevarán a cabo en el salón de actos.

2 Modalidades de talleres de 100 minutos cada uno:

**Convivencia, valor de la diversidad.** trabajan para poner en valor la diversidad y fomentar el respeto de cara a una convivencia constructiva y potenciar el aprendizaje y la resolución constructiva de conflictos.

**Imagen corporal y autoestima.** Trabajan para contribuir al conocimiento, aceptación del cuerpo y de la imagen de forma satisfactoria y positiva.

### OBJETIVOS

- 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.
- Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables del alumnado, con especial énfasis en la higiene y la prevención.
- Fomentar las responsabilidades del alumnado en las decisiones diarias del mismo y el conocimiento de las consecuencias que las mismas tienen en su salud y el entorno que les rodea.
- Fomentar hábitos saludables para mejorar la autoestima y la calidad de vida de los jóvenes que están descubriendo las habilidades sociales, comunicativas, de relación e incluso aspectos relacionados con la imagen corporal.

### ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN

Estos talleres sirven para que los adolescentes sientan su cuerpo y su imagen de forma satisfactoria y positiva, respetando las peculiaridades y capacidades que conforman la diversidad humana.

- 17, 20,25 y 28 ENERO 2022. 1º ESO
- 24 Y 26 ENERO 2023 1º ESO
- 1 Y 3 FEBRERO 2023 1º ESO

### **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

Personal técnico de los centros Quérote + dependientes de la Consellería de Educación imparte estos talleres que se ocupan de áreas en las que se aporta un mayor entendimiento social que facilita el crecimiento personal.

### **VALORACIÓN**

Estos talleres permiten que se cree en el aula un atmósfera de respeto y confianza que sirve como punto de apoyo para el desarrollo de las actitudes y valores que se persiguen.

## **TALLERES DE SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD. Programa Querote+**

### **JUSTIFICACIÓN**

Se centran en el desmantelamiento de mitos, estereotipos y falsas creencias presentes en la sexualidad. a través del programa **Quérote Más se trabaja en el conocimiento, la aceptación y la vivencia de la sexualidad de la forma más placentera posible**, promoviendo la vivencia libre de la sexualidad y la construcción de la propia biografía como seres sexuados.



### **OBJETIVOS**

- Promover el adecuado conocimiento de la salud e higiene sexual y reproductiva.
- Transmitir la concepción de la sexualidad en el sentido plural, respetando la diversidad y aceptándola dentro de la diferencia, potenciando las fortalezas, los deseos y siendo responsable en sus conductas.
- Promover el respeto a la diversidad, el derecho a la diferencia sexual, el respeto por los sexos y por la valoración positiva de los mismos.
- Apoyar y asesorar en la resolución de dificultades como embarazos no deseados, infecciones de transmisión sexual, homofobia, transfobia, situaciones de desigualdad, etcétera.
- Promover las habilidades que fomenten la convivencia entre los sexos.
- Informar y asesorar en lo relacionado con las prácticas eróticas, contribuyendo a aclarar los tabús y los falsos mitos.
- Promover actitudes positivas frente a las diversidades y peculiaridades sexuales, aportando elementos clarificadores e información para la comprensión de problemas sobre orientación sexual, identidad sexual, gustos y deseos.

### **ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN**

- 20 Y 21 OCTUBRE 2021 3º ESO
- 7 Y 9 FEBRERO 2023 3º ESO

Los talleres se llevarán a cabo en el aula de referencia durante 2 sesiones.

## **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

Se realiza en colaboración con los centros Querote más que cuentan con página web con información dinámica e interactiva que ofrece:

- **Atención profesional** de consultas presenciales, telefónicas y on-line.
- **Realización de obras** en centros, asociaciones e instituciones juveniles.
- **Actividades divulgativas:** stands, mesas informativas y participación en foros.
- **Publicaciones propias**, incluyendo folletos, monográficos y guías.
- Cuenta con el apoyo y colaboración de diversas asociaciones.

## **VALORACIÓN**

En tutorías, a continuación se trabaja y valora la actividad que resulta ser provechosa y despierta el interés del alumnado.

## **OBRA DE TEATRO AMANTIS.**

### **JUSTIFICACIÓN**

Uno de los espacios más potentes hoy en día para la creación de la propia identidad es Internet, y las redes sociales digitales, en particular que funcionan como espacios para el crecimiento, la diversión, la conexión, y también la evasión. En esta obra de teatro se presenta la perspectiva de un joven del siglo XXI. Al terminar el alumnado de 3º de la ESO contará con un video fórum sobre el tema y los alumnos de 4º y 1º de bachillerato participarán en una charla con el protagonista y los creadores al término del espectáculo. Se tratará de promover que el acceso de los jóvenes a las redes sea saludable, consciente, crítico respetuoso y genuino, de manera que sea clave para la prevención.

### **OBJETIVOS**

- 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.
- 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.

### **ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN**

- 24 OCTUBRE 2022. Auditorio ABANCA. 3º ESO
- 9 NOVIEMBRE 2022. Vídeo Fórum 3º ESO
- 17 MARZO 2023. Auditorio Casa Cultura Bertamiráns. 4º ESO y 1º Bachillerato.
- 17 MARZO 2023. Charla con protagonista y creadores de la obra teatral.

## **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

En la segunda sesión se ha contado con la colaboración del ayuntamiento que la financia.

## **VALORACIÓN**

El éxito obtenido con el alumnado de 3º ESO, junto con la actualidad de la temática ha motivado que se proyecte una segunda sesión para otros niveles.

## **MAGOSTO SALUDABLE**



## **JUSTIFICACIÓN**

El magosto en Galicia es mucho más que castañas asadas. Es magia, tradición y gastronomía. Se trata de una celebración de origen celta que celebraba la fiesta del final de las cosechas (Samaín), el nuevo año celta o el final del verano. Se trataba de una fiesta en torno al fuego purificador y a las castañas como gesto de honra hacia la madre tierra que todo proveía cuando el comienzo del frío del otoño y el final de las labores del campo invitaban a reunirse alrededor del fuego. Teniendo en cuenta que la castaña es un alimento saludable con importantes beneficios nutricionales por ser un fruto seco muy rico en hidratos de carbono y fibra, así como en vitaminas del grupo B y minerales como el magnesio, potasio, hierro y fósforo. Además, dado su alto contenido en agua es un fruto con un bajo contenido en grasas.

La actividad fue realizada por el Ampa de nuestro centro, Anpa Milla. Junto con castañas se pudieron degustar otras delicias culinarias elaboradas a partir de las mismas elaboradas por las familias.

## **OBJETIVOS**

- Potenciar el valor nutricional de la castaña como alimento tradicional de Galicia
- Reconocer el valor de la castaña como uno de los frutos secos más ricos en hidratos de carbono y menos calórico.

- Aprovechar el valor nutricional de la castaña para potenciar otros aprovechamientos culinarios.
- Promover estilos y hábitos saludables, especialmente en los ámbitos de la nutrición y alimentación.

### **ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN**

8 NOVIEMBRE. Magosto organizado por ANPA en coordinación con Vicedirección. Todos los niveles.

Se trajo a un castañero tradicional que asó las castañas frente al alumnado. Además contamos con repostería elaborada por las familias a base de castañas y otra de tipo tradicional vinculado a esta época del año.

### **IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y EL ENTORNO**

Retomando la tradición de años anteriores, en coordinación con el ANPA se dedicó la tarde del 8 de noviembre a celebrar y disfrutar de esta fiesta a la que también se invitó a los Padres.

### **VALORACIÓN**

El resultado no pudo ser más positivo. El alumnado tuvo ocasión de degustar el preciado fruto gallego junto a sus familias.

### **CAMINADO HACIA UNA ALIMENTACIÓN SOSTENIBLE.**



### **JUSTIFICACIÓN**

Algunas de las plantas que ahora se consideran *malas hierbas* y que se combaten con productos químicos fueron durante casi toda la existencia de la humanidad, parte fundamental de nuestro modo de vida, de nuestro arte, salud y alimentación. Esta actividad busca situar estas grandes olvidadas como recurso artístico, medicinal y nutritivo sostenible. El alumnado participante será protagonista directo implicándose de forma activa, crítica y reflexiva en esta actividad. Se aprenderá a identificar algunas de estas plantas y finalmente se realizará una gincana para descubrir esas plantas en el medio natural.

## OBJETIVOS

- Promover estilos y hábitos de vida saludables, 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.
- Promover el consumo sostenible y la alimentación responsable.
- Promover hábitos de cuidado y salud corporal e incorporar la educación y la actividad física para favorecer el desarrollo personal y social del alumnado.

## ACCIONES, RECURSOS Y TEMPORALIZACIÓN

17 MARZO. Taller y salida divulgativa. 1º y 2º ESO

## IMPLICACIÓN DE LA COMUNIDAD EDUCATIVA Y DEL ENTORNO

Esta actividad se llevará a cabo en coordinación con el Ayuntamiento, que ofrece gratis una versión para adultos previa inscripción y que cuenta con gran interés desde anteriores ediciones.

## VALORACIÓN

Destaca la importancia de conservar las tradiciones propias de la zona, así como de contribuir a una alimentación sostenible consumiendo productos autóctonos que se ponen en valor.

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

En el momento actual, en el que finaliza la labor del actual equipo directivo en la que pronto se iniciará en el centro el proceso de elección de una nueva dirección, no se puede realizar una planificación detallada para los siguientes cursos escolares. No obstante, entre la comunidad educativa, se observa un amplio consenso en impulsar en los próximos cursos iniciativas como las siguientes:

### CREACIÓN DE UNA COORDINACIÓN DE VIDA SALUDABLE

Se pretende centrar y mejorar la planificación y coordinación de todas las actividades a través de esta figura, en la que se englobaría un grupo de profesores y profesoras, junto a la presencia de representantes del Ampa del centro, personal no docente o

### DESARROLLO DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS QUE FOMENTEN LA PARTICIPACIÓN DE LA MUJER

La actividad se ha planificado ante la observación que en el momento actual, se puede evidenciar en las instalaciones deportivas del patio del centro, en los periodos de recreo, una presencia abrumadora de alumnos que centran la actividad deportiva en el fútbol. Se pretende que en los recreos se puedan planificar e impulsar actividades deportivas en las que se favorezca la participación de las alumnas

#### RESTABLECIMIENTO DEL PROGRAMA DEL PLAN DE CONSUMO DE FRUTA

Se trata de retomar una actividad que no se pudo desarrollar en los últimos cursos escolares, promovida y subvencionado por FOGGA (Fondo Galego de Garantía Agraria) y la Unión Europea, basada en el reparto de fruta fresca (plátanos , mandarinas) en los periodos de recreo

#### RESTABLECIMIENTO DEL PROGRAMA DE RECREOS ACTIVOS

Se trata de un proyecto de participación y dinamización del horario de recreos, impulsado por el Departamento de Educación Física a cuyos miembros se les asignaba una hora complementaria para la realización de esta actividad en el tramo horario de los recreos. Las necesidades organizativas del centro no permitieron que en el presente curso se pudiese asignar esta hora complementaria. Se plantea así la necesidad de replantear esta actividad, el próximo curso, con un nuevo diseño.

Fdo: Francisco José Otero Iglesias. Director del IES do Milladoiro