

PLAN PROXECTA PROXECTO XERMOLIÑO

Título do proxecto: Curros é saúde

1.Introdución (sinopse do proxecto):

Neste centro consideramos de especial relevancia formar ao noso alumnado, ademais dos contidos obrigatorios do currículo, en aspectos tan importantes coma os hábitos de vida saudables. Facemos especial fincapé na alimentación, nutrición e actividade física. O comedor escolar, o menú do comedor, a merenda no recreo, celebracións e en xeral todas as actividades levadas a cabo, servirannos como marco educativo para que o alumnado aprenda e adquira uns hábitos de vida e actitudes saudables, ademais de todo iso garantirllas unha alimentación sa e equilibrada que favoreza a súa saúde, crecemento e desenvolvemento. Tendo en conta todo o espazo ata agora, a nosa escola propúxose axudar a cambiar hábitos alimenticios, de hixiene e actividade física.

Cando nos plantexamos levar adiante este proxecto, e unha vez estudadas as diferentes propostas, consideramos que o máis axeitado era desenvolver un plan que coordine diferentes planos de actuación, como son a alimentación, actividade física e promoción de estilos de vida saudable, dun xeito integrador, complementario e non excluínte, xa que deste xeito coidamos o resultado será funcional e práctico.

2.Grao de consecución dos obxectivos:

Os obxectivos que nós nos propoñiamos con este proxecto foron conseguidos en maior ou menor medida, aínda que algúns deles son a longo prazo, polo que é moi cedo para ver os resultados. Os obxectivos que queremos conseguir co noso proxecto foron:

- 1.- **Coñecer a relación entre alimentación e saúde.** Este obxectivo está en fase de consecución.
- 2.- **Mellorar os hábitos alimentarios.** Este obxectivo está en fase de consecución..
- 3.- **Concienciar dos beneficios dunha dieta saudable practicando actividade física .** Este obxectivo está en fase de consecución.
- 4.- **Vincular o tempo de lecer á actividade física.** Este obxectivo está en fase de consecución.
- 5.- **Reducir o sedentarismo .** Este obxectivo está en fase de consecución.

3.Identificación,Organización, desenvolvemento e metodoloxía:

3.1 Identificación

Datos do centro:

- Denominación: C.E.I.P. “Curros Enríquez”.
- Código de centro: 32003771.

- Tipo de centro: público, dependente da Xunta de Galicia.
- Enderezo: Avenida López Blanco (A Costa), s/n.
- Localidade: Celanova (Ourense).
- Teléfono e Fax: 988431725
- Web: <http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/>
- E-mail: ceip.curros.celanova@edu.xunta.es
- Idades do alumnado: entre os 3 e os 12 anos.
- Número de unidades:
 - Educación Infantil: 5
 - Educación Primaria: 10
- Número de alumnos/as: 273
- I.E.S.P. ó que está adscrito: “Celso Emilio Ferreiro” (Celanova).
- Horario lectivo do C.E.I.P. "Curros Enríquez" de Celanova:
 - Setembro e Xuño: de 10.00 a 14.30 h.
 - De Outubro a Maio: de 10.15 a 13.45 e de 15.30 a 17.00 horas de luns a xoves. De 10.15 a 15.00 os venres..

Características físicas

O Noso Centro é un edificio de dúas plantas rodeado dun patio con pista polideportiva, un patio de educación Infantil e a vivenda do conserxe.

Aulas de curso

- Primaria _____ 10
- Educación Infantil _____ 5

Aulas específicas

- Pedagogía Terapéutica _____ 2
- Audición e Linguaxe _____ 1
- Música _____ 1
- Educación Plástica _____ 1
- Relixión _____ 1
- Biblioteca _____ 1
- Audiovisuais _____ 1
- Aula de Inglés _____ 1
- Aula de informática _____ 1

Instalacións deportivas

- Ximnasio con duchas e vestiarios.
- Pista cuberta.
- Patio de recreo con canastras e porterías.
- Patio de recreo de Educación Infantil.

Servizos

Comedor, transporte e atención ao alumnado fóra do horario escolar. Servizo de atención de entrada de alumnos.

Descrición da contorna

A vila de Celanova atópase situada na comarca de Celanova (“Terra de Celanova”), ó sudoeste da provincia de Ourense, e máis concretamente ó sur da capital da provincia, coa que está unida pola estrada N-540 que comunica Ourense con Portugal, da que a separa unha distancia aproximada de 25 Km. Dende este curso escolar tamén por autovía. O concello conta con unha superficie de 67,3 Km² e sitúase a unha altitude de 530 metros sobre o nivel do mar. Limita ó norte cos municipios de Cartelle e A Merca, ó sur co de Vereas, ó leste cos da Bola e A Merca, e ó oeste cos de Quintela de Leirado e Ramirás.

Conta cunha poboación de arredor duns 6.500 habitantes distribuídos entre a propia vila e as dezoito parroquias que forman o concello (Amoroz, Ansemil, Barxa, Bobadela, Cañón, Fechas, Freixo, Gandarela, Mourillós, Orga, Rabal, San Jorge de Acebedo, Santa Eufemia de Milmanda, Sampaio de Veiga, Vilanova dos Infantes e Viveiro). O casco urbano da vila ten aproximadamente uns 3.300 habitantes.

A vida sociocultural de Celanova xira entorno ó Mosteiro de San Salvador, fundado no século X por San Rosendo. Na parte posterior do mosteiro consérvase a capela mozárabe de San Miguel, que é unha xoia da arte mozárabe de gran interese artístico. Hai que destacar tamén a Fundación Curros Enríquez (Casa dos Poetas), o Auditorio Ilduara e a Escola de Música. A nivel medioambiental é importante a Ruta Currosiana, así como fermosos enclaves: Pontefreixo, Milmanda, Castromao, Pontegrande, carballeiras, regatos, muiños...

Análise socio-económica da contorna

As principais actividades económicas da comarca son a agricultura e a gandería, estando inmersas estas actividades nun proceso de modernización e mellora. Os cereais coma o centeo, o millo e o trigo, xunto á pataca e a uva son os cultivos que predominan. No ámbito gandeiro destacan os sectores cárnico e lácteo. Na vila, a principal actividade económica está relacionada co sector servizos e a pequena empresa. Na comarca destaca tamén o sector madeireiro.

Análise cultural

Segundo os datos que nos aporta o último censo municipal podemos afirmar :

Só entre un 8 e un 12 % dos pais dos nosos alumnos teñen estudos de bacharelato, FP ou universitarios.

Na poboación con menos de 30 anos hai máis titulacións universitarias, sendo as mulleres o sector máis amplo.

A titulación de Graduado Escolar é a maioritaria entre os pais dos nosos alumnos.

A vida sociocultural de Celanova xira entorno ó Mosteiro de San Salvador, fundado no século X por San Rosendo. Na parte posterior do mosteiro consérvase a capela mozárabe de San Miguel, que é unha xoia da arte mozárabe de gran interese artístico. Hai que destacar tamén a Fundación Curros Enríquez (Casa dos Poetas), o Auditorio Ilduara e a Escola de Música. A nivel medioambiental é importante a Ruta Currosiana, así como fermosos enclaves: Pontefreixo, Milmanda, Castromao, Pontegrande, carballeiras, regatos, muiños...

3.2 Organización ,desenvolvemento e metodoloxía

O proxecto enfócase dende tres plans de actuación :

- 1.- Alimentación.
2. – Actividade física.
- 3.- Hábitos saudables.

Desenvolvemento das actividades

3.2.1 Alimentación :

- Receitas monstruosas : elaboración de platos saudables aproveitando a celebración do Samaín
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=214>
- Froitos do outono ; Aconsellar o consumo de froitos da nosa terra típicos do outono, cómo poden ser noces ou castañas,por exemplo.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=183>
- Menús específicos: Elaboranse menús axeitados as necesidades individuais de diferentes alumnos/as, cando así o demandan ,ben sexa por padecer algún tipo de patoloxía ou ben alteracións alimentarias.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/taxonomy/term/104>
- Merendas saudables: Aconsellar o consumo de produtos naturais ou non elaborados ,fronte ao consumo de alimentos procesados.

3.2.2 Actividade Física :

- Actividades reguladas nos recreos :
 - - Liga de hockey.
 - Liga de baloncesto.
- Participación a nivel colexial nas competicións escolares de :
 - - Atletismo.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=227>

- Badminton.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=199>
 - Duahtlon
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=228>
- Ofertar dende o centro actividades vinculadas ao exercicio físico :
- Wu-shu
 - Baloncesto
 - Patinaxe
 - Música e movemento
- Xogos tradicionais no recreo : Este curso escolar deseñáronse no chan do patio, diferentes xogos para que os nenos e nenas do colexio poidan disfrutar de xogos tradicionais.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=217>
- Celebracións e actividade física : todas as celebracións que se fan no colexio están vinculadas a unhas xogos nas que o movemento e a actividade física son elementos primordiais.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=217>
- 7 de Abril, celebración do Día da Actividade Física de xeito conxunto con IES Celanova e Colexio Sagrado Corazón.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=231>

3.2.3 Promoción de estilos de vida saudable :

- Análise de composición corporal. Evolución de xuño a setembro.
- Horto ecolóxico. Cultivos de produtos típicos de tempada que poidan consumirse no comedor.
- Visitas de persoaxes e clubs relevantes do ámbito deportivo.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=210>
- Charlas formativas a alumnado, mestres e pais.
<http://www.edu.xunta.es/centros/ceipcurroscelandova/galeria/thumbnails.php?album=229>

4. Avaliación (instrumentos utilizados e resultados obtidos):

En xeral a valoración do desenvolvemento do Proxecto de Actividades foi satisfactorio. As actividades previstas ,máis as que foron xurdindo ao longo do curso, resultaron de gran interese xeral para os/as nenos/as. Acadamos os obxectivos propostos no noso proxecto, que basicamente non eran outros que empezar a concienciar ao alumnado na adquisición de hábitos saudables en alimentación, beneficios da actividade física e aproveitamento do tempo de lecer de xeito dinámico e non sedentario.

A Dirección do centro colaborou en todo o que se lle pediu.

Houbo unha gran participación, implicación, esforzo e traballo por parte de mestres/as e alumnos/as nas actividades propostas e da comunidade escolar en xeral. Os pais, nais e familias participaron na medida das súas posibilidades, xa que houbo unha resposta moi positiva nas actividades propostas

Desenvolveuse un traballo coordinado co Concello, IES de Celanova , Colexio Sagrado Corazón de Celanova, Mancomunidade de Celanova e Consellería de sanidade.

As propostas de actuación de mellora cara o vindeiro ano, céntranse principalmente no tocante ao mellor aproveitamento e uso das novas tecnoloxías e dos recursos audiovisuais, xa que resultan ser un medio moi atractivo para o alumnado, e estaremos abertos/as a todas as iniciativas que xurdan a principio de curso. Dende logo continuaremos coas actividades que por experiencia consideramos de interese entre a comunidade escolar.

Fíxose unha avaliación inicial, continua e final de todo o proxecto. Para iso algúns dos criterios de avaliación que usamos foron:

- 1.- Avaliación inicial dos coñecementos do profesorado implicado sobre a temática do proxecto
 - 2.- Avaliación inicial e final do proxecto para comprobar o impacto nos hábitos alimentarios, do noso alumnado.
 - 3.- Observación e experimentación Toda a comunidade educativa observou e experimentou un pequeno cambio a través de todas as actividades levadas a cabo.
 - 4.- Posta en práctica das actividades propostas e valoración das mesmas.
 - 5.- Valoración do grao de satisfacción, participación e implicación do grupo de traballo.
- Alcanzáronse bastantes dos obxectivos propostos, creando un ambiente activo e participativo. Con ganas e unha actitude positiva e con ilusión de seguir co proxecto no vindeiro curso.

Os instrumentos que serven para obter a información á hora de avaliar o proxecto :

1. -Observación diaria.

2.-Rexistros

3.-Medicións

4.-Entrevistas persoais

5.-Entrevistas grupais

5. Listaxe de profesorado participante e tarefas realizadas por cadaquén:

NIF	Nome e Apelidos	Tipo participación	Actividades realizadas
33319066R	Juan Bautista Vila Oural	Coordinador	<ul style="list-style-type: none"> * Asistencia a reunións de coordinación. * Elaboración de notas informativas * Diseño de xogos e actividades. * Realización de fotografías dos diferentes eventos.

			<ul style="list-style-type: none"> * Supervisión e organización de xogos e ligas escolares e actividades * Colaboración en deporte escolar.
34988124H	Nervisa M .Sieiro Piñeiro	Docente	<ul style="list-style-type: none"> * Responsable de horto ecolóxico * Responsable de Voz Natura * Colaboración nas actividades escolares
34976154P	Oscar F. Rodríguez Blanco	Docente	<ul style="list-style-type: none"> * Responsable do deporte escolar. * Supervisión e organización de xogos e ligas escolares e actividades . * Colaboración nas actividades escolares
34944881S	Juan José Lamas Caneiro	Docente	<ul style="list-style-type: none"> * Colaboración nas actividades escolares * Director do Ceip Plurilíngüe Curros Enríquez
44488750B	Silvia Alonso Pérez	Docente	<ul style="list-style-type: none"> * Colaboración nas actividades escolares * Responsable de actividades extraescolares