



PLAN PROXECTA 2020-2021

Título

MOVEMOS O BODY CON SENTIDIÑO

Introdución

Seguimos outro ano mais apostando pola vida activa. SOMOS UN COLEXIO PRIVILEXIADO DENTRO DE GALICIA. SOMOS UN CENTRO ACTIVO E SAUDABLE, pero este curso como di o título: "Movemos o body con sentidiño".

Neste curso 2020-21 os obxectivos serán menos, debido a situación que nos encontramos coa pandemia. Queremos que a actividade física, o fomento dos hábitos alimenticios, as medidas de hixiene e limpeza, a educación en saúde (PROTOCOLO de Adaptación ao contexto da Covid 19 da Xunta) e o deporte teñan máis peso no noso centro. Dun xeito transversal, dende as diferentes áreas e en todas as etapas educativas de Educación Infantil (con 2 horas de psicomotricidade con cada grupo e con desdoble) ata 6º de Educación Primaria.

É innegable a importancia que ten a actividade física para unha sociedade caracterizada polas presas (comer moi rápido), o traballo e o escaso tempo de lecer. Hoxe en día, o lecer é pasivo: ordenadores, videoxogos... Isto modificou os hábitos de vida e xa se escoitan voces advertindo dos riscos da mala alimentación e falta de exercicio. Ruiz Pérez é moi claro: hai que facer algo xa!

A Educación Física ten moito que dicir. O Decreto 105/2014, de 4 de setembro, concreta no art. 20, a responsabilidade dos centros docentes de promover a práctica diaria de deporte e exercicio físicos por parte dos nenos/as durante a xornada escolar a través de medidas específicas incluídas no Proxecto Educativo. O anexo II do Decreto, recolle unhas orientacións metodolóxicas: ¿... facer dos nosos alumnos e alumnas suxeitos activos na xestión da súa saúde e na adquisición de hábitos de vida saudables¿. Tamén a Lei orgánica 8/2013, do 9 de setembro, para a Mellora da Calidade Educativa adica a D.A.4ª á Promoción da actividade física e dieta equilibrada. Segundo estimacións da OMS xa en 2014, 41 millóns de nenos e nenas menores de 5 anos tiñan sobrepeso ou eran obesos, sen falar, dos problemas que isto acarreará nun futuro. Repítomo como o curso pasado decindo que Debería de haber unha COMPETENCIA MOTRIZ XA!!!

Este ano seguimos de cheo nun macroproxecto chamado Cardioescolas no que está implicado o CFR de Ferrol, nutricionistas da Xunta, persoal do Concello que diseñan cidades saudables, un médico, Carlos Piñeiro, que leva anos cun proxecto chamado ¿100.000 razones de peso¿. Co obxectivo de transmitir e fomentar hábitos alimenticios e de vida máis saudables e implicar a través de Escola de Pais e Nais. Queremos que o deporte e actividade física sexan o noso selo de identidade e que nos diferencien doutros centros, para que as familias e o concello aprecien a nosa implicación na saúde dos nosos alumnos e alumnas. No pasado curso chegamos a ser finalistas dos XIII Premios Estrategia Naos. O centro ademais está en outros PFPP e cursos: Semgal, Sem, aprendizaxe Cooperativo, robótica, en contratos programa: iniciativa Arco e Liña 7 e en Erasmus Plus "k2 on your bike"

Cando as propostas soamente implican a materia de Educación Física os resultados son moi baixos, como dixemos o ano pasado, así que seguimos con este xiro, xa de 180°, para facer máis e mellor actividade física no noso centro. A clave deste éxito está na implicación de todos e todas, con isto referímonos a toda a comunidade educativa: familias, Concello, profesorado e alumnado. Globalizando os contidos dun xeito interdisciplinar.

Remato facendo alusión a Grande Covián, F. co libro "La alimentación y la vida" ou a famosa frase "Somos lo que comemos" de Ludwig Feuerbach... da nosa alimentación depende da nosa saúde futura.

Obxectivos

Os obxectivos que pretendemos acadar, aínda das dificultades desde ano, son:

- Que o alumnado colla hábitos saudables e actividade física na escola e que os poida levar a súa vida diaria.
- Fomentar xa dende a Ed. Infantil máis movemento nos nosos alumnos, a través da PSICOMOTRICIDADE.
- Inculcar hábitos de vida saudables a comunidade educativa a través do deporte, facendo máis actividade física no horario lectivo e non lectivo.
- Aproveitar as Conmemoración anuais (Xacobeo 2021) facendo actividade física e MMAF.
- Participar no proxecto de BIBLIOTECA "Volta ao Mundo" .GLOBALIZANDO os aprendizaxese utilizando a biblioteca como un eixe dinamizador.
- Aumentar a participación nos camiños escolares seguros ¡AS PEGADAS¡ (que veñan cos seus amigos camiñando, en monopatín, bicicleta ou patíns...) coordinándonos co equipo da Policía Local de Narón.
- Conseguir que todo o alumnado,pais-nais participen nas actividades de ED. VIAL.
- Utilizar a AULA VIRTUAL e WEB para propoñer aos pais actividades en familia que fomenten os hábitos saudables.
- Complementar con actividades de ERASMUS PLUS "On your bike" as actividades que realiza o do Concello.
- Facer participe á comunidade educativa na necesidade de fomentar hábitos de alimentación saudables nas celebracións do centro na que participa a ANPA.
- Participar outro ano máis no PROXECTO do CONCELLO : " 100.000 razones de peso" para fomentar hábitos alimenticios saudables na poboación e atallar o gran problema da obesidade.
- Levar ao centro o elaborado no grupo de traballo de CARDIOESCOLAS dende o CFR de Ferrol, traballando os hábitos saudables a través da modalidade MÁIS E MELLOR ACTIVIDADE FÍSICA en calquera área (matemáticas, relixión, e.f, cn, música...) do Currículo fomentando a INTERDISCIPLINARIEDADE.
- Mellorar a condición física e a relacións sociais da aula nas ANDAINAS polo paseo.
- Dinamizar os RECREOS doutro xeito, con 3 espazos diferente para que os alumnos nos se mesturen e en dous turnos. Cada curso teñen unha caixa con material variado e adaptado a cada nivel. O material cambiaráse cada mes.
- Colgar na web e aula virtual do colexio as actividades deportivas que sirvan para dinamizar o centro para fomentar máis o movemento, e dicir ser un Centros máis Activo e xerar estilos de vida saudable nas familias.
- Fomentar a inclusión a través da actividade física DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN.- Pasar material de E.F (hábitos) para procurar a atención integral a través do DEPORTE PARALIMPICO.
- Poñer en práctica a RADIO como facilitador da divulgación da actividade física o deporte e os hábitos saudables.
- LENGUA DE SIGNOS en E.F para facilitar o desenvolvemento das clases debido a dificultade de poder falar no ximnasio coa máscara.