

**PROGRAMA DE PROMOCION DE HABITOS DE VIDA SALUDABLE:  
FORMA JOVEN EN EL AMBITO EDUCATIVO**

**PROGRAMA NIVEL P2**

**PLAN DE ACTUACION**

**PROGRAMA EDUCATIVO FORMA JOVEN  
EN EL AMBITO EDUCATIVO**

**CURSO 2018/19**

**CENTRO "IES FUENTE NUEVA". CODIGO 41701055**

**COORDINADORA: Ana María Lobato Morilla**

## **INDICE**

<b>1</b>	<b>Equipo de promoción de la salud</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Análisis del entorno</b>	<b>3</b>
<b>3</b>	<b>Objetivos específicos</b>	<b>6</b>
<b>4</b>	<b>Contenidos</b>	<b>7</b>
<b>5</b>	<b>Plan de Autoformación</b>	<b>8</b>
<b>6</b>	<b>Estrategias de integración curricular e inclusión en el Plan de Centro</b>	<b>9</b>
<b>7</b>	<b>Actividades que se realizarán</b>	<b>10</b>
<b>8</b>	<b>Recursos educativos</b>	<b>11</b>
<b>9</b>	<b>Técnicas e instrumentos para la comunicación y difusión</b>	<b>13</b>
<b>10</b>	<b>Seguimiento y evaluación</b>	<b>13</b>
<b>11</b>	<b>Cronograma de actuación</b>	<b>14</b>

## 1. Equipo de promoción de la salud

El equipo de promoción de la salud está constituido por el Equipo directivo del centro educativo, la Coordinadora del programa, el Departamento de orientación (que en este caso también se encarga de la coordinación del Plan de convivencia), profesorado participante en el programa, al alumnado, profesionales del Sistema Sanitario Público de Andalucía, profesionales del Plan Andaluz Sobre Drogas y Adicciones. Será responsabilidad de este equipo la elaboración, seguimiento y evaluación del programa.

## 2. Análisis del entorno

Los datos que a continuación se exponen son extraídos del Proyecto educativo del Centro, siendo este año objeto de revisión.

### a. Análisis socioeconómico del entorno

El entorno donde está ubicado el centro está situado al sur de Morón de la Frontera en una de las zonas más elevadas del casco urbano, puede considerarse como una de las barriadas periféricas del municipio con mayor antigüedad. El marco socioeconómico y cultural es muy variado, donde podemos encontrar familias con situaciones vecinales extremas hasta aquellas de un carácter más acomodado, es la situación del entorno del centro donde comparte características con otros barrios como San Francisco, Los Remedios, La Milagrosa y el Llanete.

La zona presenta considerables carencias urbanísticas, estando formada casi exclusivamente por viviendas unifamiliares, más antiguas conforme nos acercamos al centro histórico y más nuevas en los sectores periféricos.

Los datos relativos a la distribución por edad y sexo de la población en un reciente estudio son los siguientes:

ZONA	Hombres	Mujeres	Total
San Francisco	1.040	964	2.004
Los Remedios			
La Milagrosa			
San Francisco	473	452	925
El Llanete			
<b>TOTAL</b>	<b>1.513</b>	<b>1.416</b>	<b>2.929</b>

Se trata de una zona con una población relativamente joven y una población masculina ligeramente superior a la femenina. El grupo de edades de mayor concentración se encuentra entre los 20 y los 40 años y aunque se trata del grupo más mayoritario no debe de pasar inadvertida la presencia de una considerable

población anciana, destacando el tramo comprendido entre los 70 y 74 años de edad.

La configuración socioeconómica presenta las siguientes características:

- La mayoría de las viviendas son unifamiliares, en general antiguas, siendo las familias en su mayor parte propietaria de las mismas.
- El nivel socioeconómico es modesto, con un índice de desempleo alto, en torno al 20% y una falta de trabajos especializados, esta situación de desempleo afecta particularmente a la población menor de 30 años y especialmente a las mujeres, es por ello que muchas familias subsisten gracias a la aportación económica que éstas realizan trabajando en talleres de costura no siempre legales o como empleadas de hogar por horas.
- El seguro de desempleo y la contratación temporal es común en muchas familias, tratándose de una población eminentemente obrera añadiéndose el problema de los importantes movimientos de emigración hacia las zonas costeras o el trasiego diario entre la localidad y ciudades cercanas como Sevilla, Arahál, Marchena y otras. La población con mejor situación económica tiende a abandonar el municipio, buscando alternativas en otras localidades.

#### **b. Análisis educativo del entorno del centro**

El nivel educativo de los habitantes del barrio es significativamente bajo, la mayoría no tiene estudios o estos son primarios, siendo el porcentaje de titulados medios escaso.

<b>Nivel de instrucción</b>	<b>Totales</b>	<b>%</b>
<b>Analfabeto</b>	482	11.42
<b>Menor sin estudios</b>	2.701	63.99
<b>Primaria /Graduado escolar</b>	823	19.50
<b>Bachiller Superior/Superiores</b>	215	5.09
<b>Totales</b>	4221	100.00

En cuanto a los niveles de estudios no se han podido obtener datos diferenciados por edad y sexo, conviene mencionar que no se han producido cambios significativos en los niveles de formación que poseen los vecinos y vecinas del barrio hasta el día de hoy. El indicador que nos hace llegar a tales conclusiones es el estudio llevado a cabo por la inspección Educativa de Zona en el colegio público vecino al nuestro "Luis Hernández Ledesma" sobre los niveles de estudios de los padres y madres de alumnos y alumnas en el año 2001, donde se pone de manifiesto que sólo el 3% de ellos tenían estudios universitarios de Grado Medio. Además, los antecedentes que obran en poder del ayuntamiento referidos al último censo de población del año 2002, indican que el 83.12% del barrio reconoce que no tiene estudios a nivel de graduado escolar.

### **c. Análisis cultural del entorno**

- El barrio no cuenta con biblioteca pública ni con polideportivo cubierto, además ponemos de relieve que existe una ausencia absoluta de infraestructura cultural en la zona ya que tan sólo dispone de una pista polideportiva pavimentada para la práctica de baloncesto, balonmano y futbito, y otra de albero para fútbol, ambas al aire libre.
- En cuanto a los centros educativos que podemos localizar, nos encontramos lógicamente nuestro "IES Fuente Nueva", la guardería pública "Santo Ángel de la Guarda" dependiente de la consejería de bienestar e igualdad social y el ya mencionado centro de educación infantil y primaria "Luis Hernández Ledesma".
- Entre los espacios de esparcimiento, las zonas verdes no gozan de especial presencia, predominando frente a ellas varias plazas con pequeños setos o arriates que sirven de punto de reunión de los vecinos. También existe una pequeña zona recreativa para niños con dotación de aparatos infantiles en el parque de "La Fuente Nueva".
- El entorno sí que se ha caracterizado siempre por un grado de asociacionismo considerable, que pone de manifiesto en su asociación de vecinos "EL Águila" con más de 20 años de funcionamiento, siendo además una de las primeras que se crearon en la ciudad, destacando su gran labor de ayuda en las reivindicaciones de las mejoras del barrio y así como su gran cantidad de actividades de tipo lúdico, cultural y social.

### **d. Ocio y alternativas de la zona**

Ver la televisión y jugar en la calle o en el parque son las actividades que más ocupan a los niños y jóvenes de la zona, por otra parte es importante mencionar que los índices de alcohol y drogadicción comienzan a agudizarse. Además dentro de la zona no se encuentran ninguna de las principales instalaciones de ocio con las que cuenta la localidad, sin embargo destaca la gran cantidad de bares y tabernas que se ven beneficiados por la gran actividad diaria que presenta tanto el Centro de Salud como la Clínica Municipal y la Residencia de ancianos que se encuentran en la zona. Tampoco existen grandes superficies comerciales.

Datos extraídos del artículo de la revista Badil, por Sara Albarreal Rodríguez

### **ENSEÑANZAS IMPARTIDAS EN EL CENTRO.**

El centro cuenta con la siguiente oferta formativa, ESO, Bachillerato (en dos de sus modalidades) y un ciclo formativo tanto de grado medio.

### **ENSEÑANZAS OBLIGATORIAS**

- 1º a 4º de ESO

## **ENSEÑANZAS POSTOBLIGATORIAS**

### **Bachillerato**

- 1º y 2º de Bachillerato de Ciencias y Tecnología
- 1º y 2º de Bachillerato de Humanidades y Ciencias Sociales

### **Ciclo Formativo**

- 1º y 2º de Ciclo Formativo de Grado Medio de Técnico en Cuidados Auxiliares de Enfermería.

### **EL PERSONAL DOCENTE.**

En la actualidad el número de profesorado que forma parte de la plantilla es de 39.

Se trata de una plantilla que en años anteriores a este era bastante estable con un alto porcentaje de profesorado con destino definitivo; pero este curso debido al concursillo se ha producido una gran movilidad.

### **EL ALUMNADO.**

El alumnado de ESO procede de los centros adscritos de la zona, llegando una importante variedad de niveles educativos y educacionales.

El alumnado de Bachillerato en su gran mayoría es alumno de nuestro centro de años anteriores.

El alumnado de Ciclos Formativos, existe una alta variabilidad de edades.

## **3. Objetivos específicos.**

En el formulario de inscripción se han seleccionado las cinco líneas de intervención, *Educación emocional, Estilo de Vida Saludable, Sexualidad y Relaciones Igualitarias, Uso positivo de las TICS y Prevención de drogodependencias: Alcohol, Tabaco, Cannabis y otras Drogas.* El alumnado destinatario, en principio seleccionado, es 3º y 4º de la ESO, aunque se van a realizar actividades dirigidas a todo el alumnado del centro.

### **Línea 1. Educación socioemocional.**

1. Potenciar el autocontrol emocional, aprendiendo a conocer y tomar conciencia de las propias emociones, y a conseguir una autorregulación eficaz de las mismas.
2. Facilitar la estrategia dialógica en la resolución de conflictos.
3. Fomentar la autonomía personal del alumnado frente a las situaciones de la vida cotidiana.
4. Favorecer un mejor clima en el aula a través del desarrollo de competencias emocionales en el alumnado.
5. Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia y diálogo.
6. Prevenir problemas como la violencia de todo tipo, la baja autoestima, el deterioro de las relaciones familiares.
7. Concienciar al profesorado de la importancia de la Educación Socioemocional en la Educación.

#### Línea 2. Estilo de Vida Saludable

1. Concienciar de la necesidad de hacer ejercicio físico para mejorar el bienestar personal.
2. Promocionar los hábitos de vida saludables como el ejercicio físico, la alimentación equilibrada, la higiene y el desarrollo.
3. Tomar conciencia de los hábitos perjudiciales para la salud y generar alternativas saludables.

#### Línea 3. Sexualidad y relaciones igualitarias.

1. Concienciar de la necesidad de mantener prácticas sexuales responsables.
2. Eliminar comportamientos sexistas en el uso del lenguaje y en la formación de grupos.
3. Detectar y corregir prácticas de bullying asociadas a la orientación y diversidad sexual.
4. Promover unas relaciones igualitarias entre hombres y mujeres, rompiendo estereotipos de género, y previniendo la aparición de conductas violentas en las relaciones de pareja.

#### Línea 4. Uso positivo de las TICs.

1. Persuadir de los riesgos de abuso de internet.
2. Utilizar las redes sociales de forma responsable y limitada.
3. Promover el uso positivo del móvil como herramienta de aprendizaje.

Línea 5. Prevención del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas.

1. Concienciar sobre los riesgos asociados al consumo de drogas legales e ilegales, facilitando la adquisición de patrones de comportamiento asertivo para rechazar su consumo, y el desarrollo de hábitos y aficiones incompatibles con el mismo.
2. Trabajar la autonomía emocional como estrategia preventiva en el consumo de sustancias.
3. Realizar campañas informativas sobre consecuencias del uso de diversas sustancias.

#### **4. Contenidos.**

Línea 1. Educación socioemocional.

- Conciencia emocional.
- Desarrollo PNL
- Taller experimental de meditación
- Regulación emocional.
- Autonomía emocional.
- Competencia social.
- Competencias para la vida y el bienestar.

Línea 2. Estilo de Vida Saludable.

- La alimentación sana
- El ejercicio físico como desarrollo integral del sujeto
- Acercamiento a las enfermedades alimenticias
- Hábitos y costumbres una forma de vida

Línea 3. Sexualidad y relaciones igualitarias.

- La sexualidad como parte de la vida.
- Orientación y diversidad sexual.
- Prácticas sexuales responsables y prevención de riesgos derivados.
- Relaciones igualitarias. Prevención de la violencia de género.

Línea 4. Uso positivo de las TICs.

- Estilos de vida saludable en una sociedad digital.
- Peligros y riesgos del mal uso
- Acercamiento legal al marco europeo
- Adicciones a las TIC.
- Buenas prácticas y recomendaciones.

Línea 5. Prevención del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas.

- Consumo de alcohol, cannabis y otras drogas (cachimba).
- Drogas, conocimiento y respuesta
- Alternativas de ocio

## **5. Plan de Autoformación.**

### **FORMACIÓN DE CARÁCTER OBLIGATORIO- JORNADAS PRESENCIALES:**

#### **Objetivos:**

- Propiciar un punto de encuentro para los docentes que desarrollan el programa de Hábitos de Vida Saludable, favoreciendo así, el trabajo colaborativo.
- Orientar el Plan de Actuación de cada centro y la puesta en marcha del programa.
- Facilitar las herramientas y los recursos didácticos de Promoción y Educación para la salud en el marco curricular.
- Apoyar a los centros en el seguimiento y desarrollo de las propuestas de actuación.
- Generar un espacio de comunicación e intercambio de experiencias entre el profesorado participante.
- Realizar una revisión conjunta del programa.
- Compartir modelos de buenas prácticas para el desarrollo del programa.

#### **Características:**

- Dirigida al profesorado que coordina el programa educativo en el centro.
- De carácter comarcal.
- La actividad formativa tendrá una duración de 8 horas distribuidas en dos sesiones de mañana que se celebrarán en el mes de noviembre y mayo respectivamente.

### **FORMACIÓN DE CARÁCTER VOLUNTARIO.**

## **TALLERES TEMÁTICOS:**

### **Objetivos:**

- Desarrollar prácticas escolares que fortalezcan la promoción de Hábitos de Vida Saludable en sus distintas líneas de intervención.
- Fomentar la participación de la Comunidad Educativa.
- Apoyar el desarrollo de los contenidos curriculares.

### **Características:**

- Realización de talleres que aborden las temáticas de las líneas de intervención demandadas por el profesorado.

## **ESPACIOS WEB DE AUTOFORMACIÓN EN LA COMUNIDAD EN RED DEL PROGRAMA (COLABOR@):**

### **Objetivos:**

- Compartir un entorno de trabajo virtual, potenciando la colaboración en red y el intercambio de buenas prácticas.
- Potenciar el intercambio de conocimiento y experiencias entre los diferentes profesionales que intervienen en el desarrollo de la promoción y educación para la salud, ya sean profesionales socio-sanitarios o de educación.
- Facilitar el intercambio de materiales, recursos y actividades para el desarrollo de propuestas concretas de intervención en promoción y educación para la salud.
- Facilitar el intercambio, el diálogo y la discusión productiva entre el grupo de iguales, dotando de estrategias de difusión de las opiniones y conclusiones.
- Sensibilizar sobre la importancia del aprendizaje entre iguales y la colaboración en red como elemento de formación integral del profesorado.

### **Características:**

- Dirigido al profesorado de Educación Secundaria interesado en la Promoción y Educación para la Salud.

## **6. Estrategias de integración curricular e inclusión Plan Centro.**

La mayoría de las intervenciones, actuaciones y estrategias de este plan de actuación vienen ya recogidas de forma implícita y explícita en el Proyecto de

Centro y diferentes documentos internos del centro y de los diferentes departamentos. Llegando en algunos casos a una mayor concreción y en otros en menor medida. Por no mencionar el ya conocido currículo oculto. Si bien consideramos necesario que se especifique de una forma más literal las intervenciones y objetivos que se pretenden.

4.1. El departamento de orientación dentro de su programación incluye las líneas prioritarias del este plan de actuación desarrollando actividades, charlas e intervenciones de agentes externos que vienen a poner en marcha muchas de las iniciativas propuestas.

4.2. De igual forma las programaciones didácticas, de distintos departamentos, incluyen transversalmente los principios propios del programa y del plan de actuación.

4.3. La mayor parte de las actividades que desarrollarán los tutores, especificadas en el siguiente apartado, se llevarán a cabo en la hora semanal de tutoría.

4.4. Mediante las Actividades complementarias y extraescolares: se realiza un acercamiento a las diferentes líneas de actuación siendo prioritarias las más específicas del mismo.

## **7. Actividades que se realizarán.**

Las actividades que se plantean, atendiendo a las distintas líneas de intervención son las siguientes:

### **Línea 1. Educación socioemocional.**

- Cuaderno de orientación para tutores de 1º a 4º de ESO, elaborado por el grupo de trabajo de orientadores de Cádiz.
- Programa de Inteligencia Emocional. Elaborado por el Departamento de Orientación.
- Programa de Habilidades Sociales.
- Acoso escolar.
- Asesorías Forma Joven.

### **Línea 2. Estilo de Vida Saludable**

- Programa FAD.
- Taller Promoción Salud.

- Asesorías Forma Joven.
- Talleres Plan Director.
- Taller de Consumo.
- Efemérides.

### **Línea 3. Sexualidad y relaciones igualitarias.**

- Taller de Sexualidad.
- Taller promoción en salud: SIDA.
- Taller de violencia en el noviazgo
- Taller de prevención embarazos
- Asesoría individualizada Forma Joven
- Programa de intervención socioeducativa
- Plan Director.

### **Línea 4. Uso positivo de las TICS.**

- Talleres Plan Director.
- Taller Riesgos en Redes Sociales.
- Taller de Consumo.

### **Línea 5. Prevención del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras drogas.**

- Talleres de **prevención del tabaquismo** impartido por los tutores.
- Talleres de **prevención del consumo de alcohol.**
- Taller sobre la prevención del consumo de alcohol, cannabis y otras drogas impartidos por la monitora del programa ciudad ante las drogas.**enfermera del Centro de Salud.** Durante todo el curso.
- Asesoría individualizada Forma Joven

## **8. Recursos educativos**

### ***Recursos materiales***

- Programa FAD
- Portal de hábitos de vida saludable.
- Plan de Acción Tutorial.
- Plataforma Colabora.
- Material aportado por las distintas asociaciones.

### ***Recursos personales***

- Profesionales sanitarios del Centro de Salud de Morón de la Frontera.
- Coordinadora del Programa de Ciudades ante las drogas del área de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Morón de la Frontera.
- Profesionales de la Asociación Alcohol y Sociedad.
- Profesionales de la Asociación Consumo.
- Profesionales de la Guardia Civil (Plan Director)
- Tutores del IES "Fuente Nueva" y profesorado participante en el Proyecto.

## **9. Técnicas e instrumentos para la comunicación y difusión.**

- Correo electrónico.
- Reuniones explicativas: ETCP, Claustro, Tutorías.
- Incluir este Plan de Actuación en los documentos del centro. Alumnado, Sanitarios y Orientador/a visitan las aulas para informar del Programa.
- El/la coordinador/a informa en el Claustro, ETCP y Tutorías.
- Informar al profesorado mediante correo electrónico y panel de la sala de profesores.
- Informar a las familias en la reunión de Tutores/as inicial de principio de curso.
- Informar a los tutores en las reuniones semanales.
- Reuniones periódicas del grupo de profesores para difundir.
- Informar al alumnado en sesiones de Tutoría.

## **10. Seguimiento y evaluación.**

### **Evaluación Inicial**

Imprescindible para detectar las necesidades del centro con objeto de definir el proyecto de intervención para la promoción de la salud, así como las líneas estratégicas de desarrollo. Se tendrá en cuenta el análisis del entorno, las características y necesidades del alumnado, la implicación de la familia, los recursos comunitarios disponibles,...

### **Seguimiento del programa**

Con objeto de reconducir las actuaciones o procesos de intervención adaptando el programa a las necesidades y recursos disponibles.

*Interna:* por parte del profesorado participante y durante todo el curso escolar se realizarán las sesiones de valoración continua que se estimen necesarias para el óptimo desarrollo del programa en el centro, principalmente a través de las sesiones de coordinación entre tutores/as y orientadora. Valorando las actividades realizadas en cuanto a:

- Adecuación de los contenidos trabajados.
- Eficacia de los materiales empleados.
- Idoneidad de la temporalización prevista.
- El grado de participación y satisfacción del alumnado con la actividad.

*Externa:* por parte de la persona que coordina el programa en el centro y a través del formulario de seguimiento del programa Séneca.

### **Evaluación Final**

Al término del programa se realizará un análisis de la consecución de objetivos propuestos, dificultades encontradas y propuestas de mejora para el curso próximo.

*Interna:* por parte del profesorado participante.

*Externa:* por parte de la coordinadora del programa en el centro y a través de la memoria de valoración del programa Séneca.

Serán indicadores de evaluación:

- Satisfacción respecto al programa tanto del alumnado como del profesorado.
- Implicación de las familias.
- Grado de participación del alumnado del centro.
- Grado de cumplimiento de la planificación de las actividades.

## **11.Cronograma de actuación**

El cronograma establecido y sujeto a modificación o una mayor concreción es el siguiente:

<b>NIVEL</b>	<b>DENOMINACIÓN ACTIVIDAD</b>	<b>FECHA REALIZACIÓN</b>
1º a 4º ESO	TALLER SOBRE TABAQUISMO	2º TRIMESTRE
1º ESO	TALLER HABILIDADES PARA LA	1º y 2º TRIMESTRE

	VIDA	
1º A 4º ESO	TALLER PREVENCIÓN CONSUMO DROGAS	2º TRIMESTRE
DE 2º A 4º ESO	TALLER PREVENCIÓN EMBARAZOS	2º Y 3º TRIMESTRE
1º, 2º, 3º Y 4º ESO	TALLER VIOLENCIA EN EL NOVIAZGO	1º TRIMESTRE
3º ESO	CONSUMO DROGAS	1º TRIMESTRE
TODOS	TALLER PROMOCIÓN SALUD: SIDA	1º TRIMESTRE
TODOS	ASESORÍA "FORMA JOVEN"	TODO EL CURSO
TODOS	PROGRAMA DE HABILIDADES SOCIALES	1º-2º TRIMESTRE
TODOS	ACOSO ESCOLAR	1º-2º TRIMESTRE
TODOS	RIESGOS EN REDES SOCIALES	1º-2º TRIMESTRE
TODOS	PLAN DIRECTOR	2º Y 3º TRIMESTRE
TODOS	CELEBRACIÓN DE EFEMÉRIDES	TODO EL CURSO