



MEMORIA JUSTIFICATIVA DEL PROYECTO PREMIOS ESTRATEGIA NAOS - Edición 2022

Escuela Ideo: Proyecto Educativo que apuesta por la promoción del incremento de la actividad física y la mejora de los hábitos de vida saludable.

Madrid – Diciembre 2022

Índice

A.- Datos del solicitante	4
B.- Modalidad del premio al que opta	4
C.- Descripción del Proyecto	5
1.- Denominación del Proyecto	5
1.1.- Título	5
1.2.- Origen del Proyecto	5
1.3.- Materialización del Proyecto	6
1.4.- Reconocimiento del Proyecto: Sello de Vida Saludable	8
2.- Director del Proyecto	9
3.- Objetivo, material y métodos utilizados para su desarrollo	10
3.1.- Objetivo	10
3.2.- Material	11
3.3.- Métodos utilizados para su desarrollo	12
4.- Identificación de las actuaciones realizadas	14
4.1.- Sesión diaria de educación física	14
4.2.- "Bicicletadas" trimestrales en las etapas de Primaria y Secundaria	14
4.3.- "Bicicletadas" en la etapa Infantil	15
4.4.- Semana del Deporte, Alimentación y Salud (DAS)	15
4.5.- Excursiones	16
4.6.- Fomento de la movilidad escolar	17
4.7.- Camino escolar: Pedibus y bicibus diario	17
4.8.- Actividades Extraescolares Deportivas	18
4.9.- Club Escuela de ciclismo: IDEO CYCLING	18
4.10.- Salidas a la naturaleza	18
5.- Implicación y sinergias de los diferentes sectores implicados	20
5.1.- Acreditación "oro" en el programa europeo STARS. Fomento de la movilidad sostenible	20
5.2.- Participación con ONGs en diversos proyectos relacionados con la vida solidaria y la práctica de la educación física	20
5.3.- Club deportivo	22
6.- Incorporación de la perspectiva de género y equidad en todo el proceso, desde el diseño hasta la evaluación de resultados.	24
7.- La evaluación de proceso y de resultados	26
8.- Continuidad y sostenibilidad del Proyecto prevista en los próximos años, y la financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlos	27
9.- Planteamiento innovador y original	28
10.- Repercusión en medios de comunicación	30
11.- Acreditaciones obtenidas	31

11.1.- Primer centro educativo acreditado en la Economía del Bien Común	31
11.2.- Acreditación ORO Programa Stars	31
11.3.- Sello de vida saludable	31

C.- Descripción del Proyecto

1.- Denominación del Proyecto

1.1.- Título

Escuela Ideo: Proyecto Educativo que apuesta por la promoción de la práctica de la actividad física, la mejora de los hábitos de vida saludable y de la calidad de vida en el ámbito escolar.

1.2.- Origen del Proyecto

Según la OMS, los niños españoles están entre los más obesos de Europa: un 18,1% sufre esta enfermedad y otro 23,2% tiene sobrepeso, apunta el estudio Aladino, realizado por la Agencia Española de Consumo Seguridad Alimentaria y Nutrición (Aecosan).

La prevalencia del sobrepeso y la obesidad en niños y en niñas ha aumentado a un ritmo alarmante. Más de 41 millones de menores de cinco años y 124 millones de entre cinco y 19 años (unas diez veces más que hace cuatro décadas) engrosan las estadísticas de lo que se considera una epidemia.

El aumento de la obesidad en edades tan tempranas tiene su origen en: **la vida sedentaria.**

El sedentarismo infantil ya es una epidemia, el 85% de los niños no realiza el mínimo de actividad física recomendada por la OMS. El informe anual de 2016 sobre la actividad física de los jóvenes en España revela datos tan preocupantes como que más del 80% de los adolescentes son sedentarios.

La OMS afirma que **"los niños obesos y con sobrepeso tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer, a edades más tempranas, enfermedades no transmisibles como la diabetes y las cardiovasculares"**. Lo importante es que tanto el sobrepeso como la obesidad y otras enfermedades "son en gran medida prevenibles".

Detectado el problema, lo siguiente es solucionarlo.

Existen pruebas científicas concluyentes de que una dieta saludable y una actividad física adecuada (es decir, alrededor de 30 minutos de actividad física de intensidad moderada unos cinco días a la semana) desempeñan un papel importante en la prevención de las enfermedades no transmisibles (las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes).

El 80% de estas patologías se puede prevenir adoptando hábitos de vida

saludable como practicar de manera diaria ejercicio físico y comer adecuadamente.

Según un estudio publicado en Circulation (2016), las conductas saludables en la primera etapa de la vida pueden mejorar hasta un 35% la salud cardiovascular en la edad adulta.

En los colegios, las clases de educación física trabajan en ese sentido, pero no son suficientes. El Colegio de Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de Madrid (COPLEF Madrid) señala que dado que el centro educativo es el lugar más apropiado para instaurar y mejorar un estilo de vida saludable, es urgente que se tomen las medidas necesarias para que la materia de Educación Física tenga un mínimo de tres horas lectivas obligatorias en todas las Comunidades Autónomas.

1.3.- Materialización del Proyecto

Nuestro Proyecto nace del compromiso de convertir **la Escuela como centro clave para la promoción de la salud a través de la promoción de la práctica de la actividad física en el ámbito escolar.**

La principal razón es que el centro educativo es el lugar más apropiado para instaurar la actividad física diaria y educar en una práctica responsable, beneficiosa y con conocimiento, mejorando el estilo de vida saludable de los niños y las niñas.

Confiamos plenamente en la Educación Física y Deportiva como fin en sí mismo y como recurso didáctico para desarrollar otros aprendizajes de otras materias desde una perspectiva integral del conocimiento, así como su importancia en el fomento de buenos hábitos nutricionales, equilibrados y responsables, donde el consumo de productos ecológicos tiene un lugar prevalente.

El crecimiento integral de la persona a través del conocimiento y cuidado de su cuerpo, el desarrollo de capacidades, tanto físicas como intelectuales, y por ende personales y sociales, facilitando la convivencia y la cooperación, están presentes diariamente en la vida de los alumnos y alumnas.

La aparición de competencias básicas como elemento curricular y esencial en la evaluación, hace necesario **un cambio en la metodología de enseñanza** (organización, agrupamientos, diseño de actividades, etc.) y en la evaluación del aprendizaje (D. Blázquez & Sebastiani, 2010). Las competencias no pueden enseñarse como si se tratasen de un contenido más, sino que su desarrollo debe pasar por el desarrollo de actividades y tareas, experimentadas y vivenciadas por el alumno desde una selección de estrategias didácticas alineadas con el centro de interés del estudiante.

Nuestro objetivo es que **el alumnado tome conciencia de la importancia y de los beneficios que conlleva la práctica diaria de actividad física** para lograr un estilo de vida saludable.

El Proyecto persigue:

- La formación integral del alumnado mediante el conocimiento y cuidado de su cuerpo, el desarrollo de capacidades, tanto físicas como intelectuales, personales y sociales a través de la convivencia y la cooperación.
- La educación física y el deporte implican a toda la Comunidad Educativa.
- El movimiento como medio creador y de aprendizaje.
- El juego como base primordial junto con una formación de personas, educación en valores.
- Siempre trabajando la educación integral desde la salud y la calidad de vida.

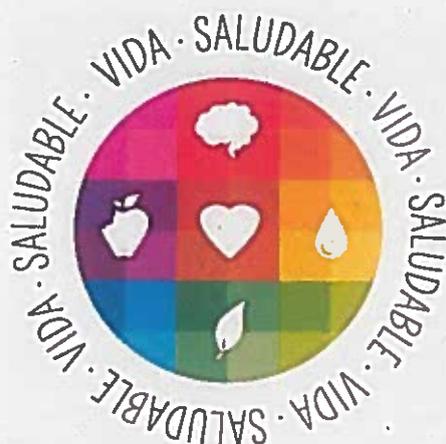
En el PEC (Proyecto educativo del Centro) de [Escuela Ideo](https://www.escuelaideo.edu.es/nuestro-proyecto/), destacan, entre otros: (<https://www.escuelaideo.edu.es/nuestro-proyecto/>)

- Pilares fundamentales:
 - **El valor formativo de la Educación Física y Deportiva.**
 - Alimentación responsable y calidad de vida.
 - Sostenibilidad y respeto al medio ambiente.
- Planes de acción educativas:
 - Plan Verde.
 - **Plan de actividades Deportivas, Culturales y Artísticas.**
 - Plan de extraescolares.
 - **Plan de Educación Física.**
 - Plan de Educación de Hábitos Alimenticios Saludables.

Todo esto se materializa en nuestro centro mediante un trabajo conjunto de toda la comunidad educativa, realizándose, entre otras, de las siguientes actividades:

- Sesión diaria de Educación Física: 5 horas semanales en las etapas Infantil, Primaria y Secundaria, y 4 horas en Bachillerato.
- "Bicicletadas" trimestrales en las etapas de Primaria y Secundaria.
- "Bicicletadas" en la etapa Infantil.
- "Semana del Deporte, la Alimentación y la Salud" (DAS)
- Excursiones
- Fomento de la movilidad escolar sostenible
- Camino escolar: Pedibus y Bicibus diario.
- Actividades extraescolares deportivas
- Club Escuela de Ciclismo: IDEO CYCLING
- Salidas a la naturaleza
- Acreditación "oro" en el programa europeo STARS organizado por el Ayuntamiento de Madrid.
- Participación con ONGs en diversos proyectos:
 - ONG "Mar de Tierra" en el viaje en bicicleta de Madrid a Medinaceli con el reto "Residuo Cero".
 - ONG "Tierra de Amani", baloncesto en Tanzania.
- Club deportivo Escuela Ideo
- Proyectos sobre "Una escuela, IDEO, libre de discriminación de género".

1.4.- Reconocimiento del Proyecto: Sello de Vida Saludable



Escuela Ideo, como reconocimiento a su labor respecto a la promoción y fomento de vida saludable, que incluye la práctica de la actividad física, ha sido galardonada con el distintivo de calidad "Sello Vida Saludable", según la Resolución de la Secretaría de Estado de Educación.

El Ministerio de Educación y Formación Profesional reconoce públicamente a aquellos centros docentes, tanto públicos como privados, que fomenten el aprendizaje de la salud en el ámbito educativo, así como la asunción de prácticas de vida saludable y una educación física que permita el adecuado desarrollo personal y social a lo largo de la escolarización del alumnado.

El distintivo de calidad Sello Vida Saludable se concede a aquellos centros docentes que asumen un compromiso firme e inequívoco con el desarrollo y mejora de la calidad educativa y de la salud y que persiguen el cumplimiento de alguna de finalidades como "Fomentar el rol de la educación en hábitos saludables como una parte integrante de la educación integral".

Escuela IDEO, ha conseguido este importante Distintivo que viene a reforzar el trabajo que se está realizando desde esta comunidad educativa para el fomento de la práctica de vida saludable, desde los ámbitos de la nutrición, alimentación y práctica de actividad física.

Como comunidad educativa tenemos la responsabilidad de educar a nuestros hijos e hijas en la adquisición de unos hábitos de vida saludables para disfrutar de una buena salud tanto física como mental a lo largo de la vida.

<https://www.boe.es/boe/dias/2022/07/11/pdfs/BOE-A-2022-11481.pdf>

2.- Director del Proyecto

El Proyecto es iniciativa y se desarrolla en **Escuela Ideo. Un centro educativo fundado en 2014 por padres, madres y profesionales con un objetivo común: cambiar el paradigma educativo.** Escuela Ideo es un centro educativo, plural, laico, plurilingüe, sostenible, integrador e inclusivo, concebido como proyecto de vida.

El objetivo general es ayudar a conseguir un cambio de paradigma educativo, estableciendo un nuevo modelo, promotor de propuestas que tiendan a devolver la autonomía a la persona y a la formación de individuos críticos, autónomos, flexibles y creativos. Innovaciones y renovaciones que favorezcan la formación de ciudadanos activos, que valoren la cohesión social y la sostenibilidad como ejes fundamentales, y den cabida a su realización personal.

Buscamos una educación que forme personas felices, sanas, concienciadas y solidarias para la sociedad global de nuestro tiempo. Personas atentas a la realidad que nos toca vivir para interpretarla y ayudar así a construir un mundo bueno, justo y bello.

Y la actividad física y deportiva, diaria, desde la práctica saludable y consciente, fomentando hábitos saludables, conviviendo con una educación en valores que persigue darle un valor integral a la formación de las personas.

Se trata en definitiva de una apuesta transformadora de **mejora de la calidad de vida a través de la actividad física que se convierte en una de nuestras señas de identidad más importantes.**

El Proyecto está dirigido desde los inicios en el curso 2.014-2.015 por el director de Escuela Ideo, D. Jose Canales, apoyado por toda la Comunidad Educativa, y en particular, por el Departamento de Educación Física, compuesto por profesores titulados y licenciados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Breve CV de Jose Canales, director del Proyecto:

- Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.
- Desde 2.014 Director General de Escuela Nueva Kepler, y Director de Escuela Ideo.
- Más de 30 años ejerciendo como profesor de Educación Física.
- Profesor y director de cursos de grado-postgrado relacionados en la Educación Física en universidades públicas y privadas.

3.- Objetivo, material y métodos utilizados para su desarrollo

3.1.- Objetivo

La Escuela como centro clave para la promoción de la salud mediante una sesión de Educación Física diaria (un total 5 sesiones/semana, para todos los alumnos y las alumnas desde 3 años hasta 4º de la ESO. En el caso de Bachillerato, se realizan 4 sesiones/semana).

La educación física impregna todos los procesos de aprendizaje tanto como una herramienta transformadora, en el ámbito del movimiento y de los valores, como de un proyecto de vida saludable y de calidad que nos impregna personal y socialmente en simbiosis con el entorno.

Los pilares fundamentales de nuestro Proyecto Educativo tienen un lugar preferente para la Actividad Física desde la perspectiva de la calidad de vida y la educación en valores. Estos son algunos de los objetivos prioritarios para alcanzar esa meta, aunque siempre entendiéndolo desde una formación integral del individuo, holística y social.

El valor formativo de la Educación Física y Deportiva. Actividad física saludable

Persigue la formación integral del alumnado a través del conocimiento y cuidado de su cuerpo, el desarrollo de capacidades, tanto físicas como intelectuales, personales y sociales mediante la convivencia y la cooperación.

La Educación Física, fin y recurso

La Educación Física y Deportiva es un fin en sí mismo y un recurso didáctico para otros aprendizajes. La enseñanza a través del movimiento como valor en sí mismo y mediante actividades lúdicas, colaborativas y significativas.

Relacionada con la resolución de problemas, fomentar el descubrimiento e interés por la adquisición de nuevos conocimientos y establecer relaciones entre lo conocido y lo que se va a conocer favoreciendo los procesos, mediante confianza, motivación y satisfacción por el logro conseguido.

La educación física tiene el valor añadido de poder potenciar los buenos hábitos de alimentación tanto desde su práctica como desde su base teórica que sirve de conocimiento para entender los procesos biológicos y fisiológicos que tienen que ver con la alimentación. Se convierte en un recurso motivador y práctico para alcanzarmuchos de los objetivos de nuestro Proyecto Educativo.

Educación en valores

Potenciar el valor educativo en valores de la práctica deportiva, desde la aplicación transversal y multidisciplinar, implicando a toda la Comunidad Educativa.

La metodología de enseñanza por competencias ha de ser global siempre desde el valor de la individualidad; facilitando la mejora de las habilidades más

desarrolladas y mejorando las menos conseguidas.

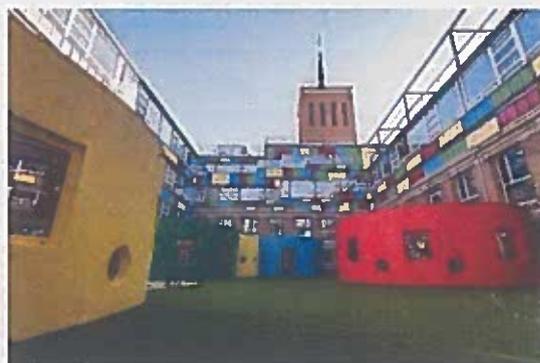
3.2.- Material

Escuela Ideo disfruta de **50.000 m² de parcela** situada frente al Campus de la Universidad Autónoma de Madrid. El **concepto arquitectónico** forma parte indisoluble de **la propuesta educativa de la Escuela, que otorga gran importancia a la educación física**, esencial para el desarrollo integral de las personas, mediante un aprendizaje activo y competencial, educándose para la diversidad y conviviendo todo ello con el espacio arquitectónico y natural.

Las instalaciones cuentan con espacios polivalentes abiertos y flexibles, **tres salas polivalentes de suelo acolchado (tatamis), polideportivo, skatepark, gimnasios, vestuarios, pistas exteriores de baloncesto, atletismo y fútbol de césped artificial, aula de la naturaleza, huerto ecológico, un bosque y un aparcamiento cubierto de bicis** donde aprender a través de la educación física se convierte en un magnífico viaje de experimentación, dinamismo, intercambio y vida.

Tanto en el pabellón como en los tatamis disponemos de una sala de material con infinidad de recursos para poder trabajar y educar promocionando la actividad física en el ámbito escolar.

Contamos con un amplio equipo de profesionales formado por 12 docentes de Educación Física que se apoyan en 10 alumnos en prácticas de TSEAS para cubrir las necesidades de todo el alumnado.



Repercusión en medios: Escuela Ideo inaugura su nuevo edificio con espacios abiertos y flexibles

<https://www.larazon.es/sociedad/educacion/escuela-ideo-inaugura-su-nuevo-edificio-con-espacios-abiertos-y-flexibles-HB19901336>

3.3.- Métodos utilizados para su desarrollo

Planes de acción educativas

Plan de Educación Física

En el Proyecto Educativo de Escuela Ideo la Educación Física es considerada como uno de los pilares fundamentales del Proyecto.

La Educación Física tiene un importante papel al perseguir el desarrollo de todas las capacidades, tanto físicas como intelectuales, personales y sociales.

Entre las actividades prioritarias en nuestra labor educativa está la Educación Física y todo lo que conlleva: salud, nutrición, movimiento, trabajo en equipo, conocimiento del cuerpo, inteligencia emocional... El deporte se propone a toda la comunidad educativa y más allá, ya que nuestras instalaciones están abiertas a nuestro entorno.

La Educación Física no sólo contribuye al desarrollo de las habilidades motrices o el conocimiento de la relación entre ejercicio y salud. Hay una estrecha relación con otros aspectos de importancia como:

- Mejora del rendimiento académico con más horas de EF semanales.
- El ejercicio físico regular ayuda a la mejora de la autoestima y el autoconcepto.
- El ejercicio físico tiene efectos sobre la función cognitiva que perduran unavez finalizado éste. Los beneficios del ejercicio se dirigen en varias direcciones, desde la plasticidad el cerebro (especialmente importante en las etapas de crecimiento y desarrollo de la edad escolar) hasta influenciassobre los procesos de señalización a nivel molecular que intervienen en distintas fases de la memoria y el aprendizaje.

Plan de extraescolares

Las actividades extraescolares son parte del Proyecto Educativo de Escuela Ideo en una doble vertiente, fomentar la actividad física deportiva y desarrollar de forma integral al alumnado.

Tenemos diseñada una serie de actividades con una amplia con una amplia heterogeneidad, relacionadas fundamentalmente con la actividad física.

Entre los objetivos principales destacamos el atender y reforzar áreas y aspectos que complementan los aspectos escolares, fomentando en el alumnado la educación integral en hábitos saludables, reforzando la importancia de la actividad física diaria.

Plan Verde

Este Plan contempla aspectos fundamentalmente de educación medioambiental y de desarrollo sostenible del centro, que derivan en el fomento de hábitos saludables, incluyendo la educación física, tanto en el alumnado, en sus familias, como en los trabajadores del centro

Puntos más destacados relacionados con el Proyecto:

- Fomentar entre el alumnado los desplazamientos a pie, en bici y en transporte público en los recorridos escolares, favoreciendo así su autonomía en la ciudad y mejorando su condición física y su calidad de vida.
- Integrar una nueva cultura de la movilidad en los centros escolares y en los estilos de vida de alumnos, padres y profesores.
- Comprender la relación entre las diversas formas de movilidad y sus consecuencias en el cambio climático.
- Capacitar a los alumnos de primaria para que adquieran hábitos de desplazamiento sostenibles: a pie, bici, patinete y transporte público.
- Capacitar a los alumnos de primaria (tercer ciclo) y secundaria (12 a 19 años) en el uso de la bicicleta en sus trayectos al centro.
- Crear un entorno escolar y familiar que favorezca la práctica frecuente de actividad física como complemento al transporte sostenible.

4.- Identificación de las actuaciones realizadas

Entre las de acciones realizadas en Escuela Ideo relacionadas con el presente Proyecto, podemos destacar:

4.1.- Sesión diaria de educación física

En Escuela Ideo consideramos la Educación Física como uno de los pilares fundamentales del Proyecto, y por ello realizamos una hora de Educación Física en todas las etapas, Infantil, Primaria y Secundaria. En bachillerato hacemos 4 horas semanales, siendo obligatorio sólo en primero, dos horas.

La educación física favorece todos los procesos de aprendizaje tanto como una herramienta transformadora, en el ámbito del movimiento y de los valores, como de un proyecto de vida saludable y de calidad que nos impregna personal y socialmente en simbiosis con el entorno.

4.2.- "Bicicletadas" trimestrales en las etapas de Primaria y Secundaria

El uso de la bicicleta es un contenido específico del área de Educación física de Escuela Ideo, así como de nuestro Plan de Movilidad Sostenible, y Plan Verde, y por tanto, es objeto de evaluación.

Dentro de la programación se incluye la realización de una "bicicletada" con periodicidad trimestral en las etapas de Primaria, Secundaria y Bachillerato. Siendo los objetivos que se persiguen, entre otros:

- Disfrutar del medio natural y de la práctica de deporte.
- Fomentar la realización de ejercicios físicos de forma habitual.
- Conocer y aplicar los aspectos básicos de seguridad para la práctica de la bicicleta en medio urbano.
- Utilizar habilidades propias de la circulación en bicicleta.
- Valorar la bicicleta como medio de transporte sostenible.
- Compartir y convivir con las compañeras y los compañeros y personal del centro, afianzando la comunidad educativa fuera de las aulas.
- Vivir experiencias lúdicas.
- Entender la naturaleza como fuente de riqueza y disfrute personal.

A largo plazo, podemos destacar los siguientes objetivos:

- Utilizar más a menudo la bicicleta como modo de desplazamiento, ya sea individualmente, como con la clase, los amigos o la familia.



4.3.- "Bicicletadas" en la etapa Infantil

Durante un período de dos semanas, el alumnado de la etapa Infantil realiza sus bicicletadas en el propio centro educativo. El uso de la bicicleta es un contenido específico del área de Educación Física en Escuela Ideo, así como de nuestro Plan de Movilidad Sostenible y Plan Verde.

Los objetivos principales son:

En muchos casos, aprender a montar en bicicleta sin ruedines.

Conocer las normas básicas de circulación con bicicleta.

Conocer los elementos básicos de seguridad.

Disfrutar de este medio de transporte sostenible montando por el centro junto a sus compañeros y compañeras.

En la etapa de educación infantil utilizamos la bicicleta en diferentes modalidades: bicicleta de equilibrio (sin ruedines y sin pedales), bicicleta con ruedines y bicicleta sin ruedines. Asimismo se realizan con periodicidad trimestral.

4.4.- Semana del Deporte, Alimentación y Salud (DAS)

Dentro de los Pilares del Proyecto Educativo Centro de Escuela Ideo, la semana "Deporte, Alimentación y Salud", (DAS), es el máximo exponente del desarrollo de la Educación Física como eje vertebrador de aprendizaje, competencial e integral que se lleva a cabo a través del Departamento y de la aplicación de los diferentes Planes y Métodos que tienen que ver con su desempeño:

-Departamento de Educación Física

-Plan de Educación de Hábitos Alimenticios Saludables.

-Metodologías de educación activa, vivencial y experiencial.

Durante la semana, desarrollamos actividades, talleres y charlas vinculadas con temáticas muy diversas (alimentación, sexualidad, actividad física, primeros auxilios, etc.) cuyo objetivo es trabajar todo lo relacionado con el ámbito de la Salud desde un punto de vista amplio e integrador. El enfoque de estas sesiones es eminentemente práctico donde podamos aprender haciendo, vivenciando y experimentando. Organizada por contenidos y temáticas para todas las etapas, desarrollándose unos contenidos específicos para cada etapa.

Los objetivos son específicos para cada curso, pero cumplen siempre con unos

4.6.- Fomento de la movilidad escolar

En Escuela Ideo llevamos a cabo múltiples acciones encaminadas a promover la movilidad escolar sostenible: bicicletadas trimestrales, camino escolar: pedibus y bicibus diario, talleres de formación de movilidad, circuitos de habilidad ciclista, tertulias sobre movilidad en infancia y adolescencia, desarrollo de las unidades didácticas correspondientes en cada curso dentro de la materia de educación física, etc.



4.7.- Camino escolar: Pedibus y bicibus diario

Dentro del Plan Verde de Escuela Ideo, en el que contemplan aspectos fundamentalmente de educación medioambiental y de desarrollo sostenible del centro, están incluidas las actividades relacionadas con el camino escolar: el Pedibus y el Bicibus, que consisten en organizar al alumnado en grupos, de forma que puedan realizar parte del trayecto entre su casa y el colegio, ya sea a pie o en bicicleta siguiendo una rutas preestablecidas.

Los beneficios son innumerables, tanto para el alumnado, las familias, el centro escolar y la propia ciudad.

Actualmente, las rutas puestas en marcha son:

- Pedibus: Salida de RENFE-Cantoblanco sobre las 8:30 h. y llegada al colegio sobre 8:55 h. (distancia 1 km).
- Bicibus: Desde Alcobendas al colegio, trayecto íntegro por carril bici.



4.8.- Actividades Extraescolares Deportivas

Parkour: Se desarrollan las habilidades propias sobre ruedas, desplazamientos, giros y saltos con un trabajo de coordinación y equilibrio desde la seguridad.

Club de Patinaje-Skate: Se desarrollan las habilidades propias sobre ruedas, desplazamientos, giros y saltos con un trabajo de coordinación y equilibrio desde la seguridad. Contamos con SKATEPARK

Danza Infantil: Propuesta de la escuela de danza "Danza con Antares". Práctica físico-deportiva y artística con los tres estilos de danza (contemporánea, española y clásica).

Iniciación a la Lucha/Taekwondo: Enriquecimiento de las habilidades motrices para la adquisición de patrones básicos de movimiento en los deportes de lucha.

4.9.- Club Escuela de ciclismo: IDEO CYCLING

Ideo cycling es una Escuela de ciclismo bilingüe que nace en el seno de la Escuela Ideo con el fin de mejorar la calidad de vida de nuestra ciudadanía.

Está fundamentada en 10 pilares básicos como son: el aprendizaje integral de nuestro alumnado, la convivencia y deporte en familia, la facilitación de la inclusión en el ciclismo, la solidaridad con los más desfavorecidos, el respeto hacia el medio ambiente, la innovación en el uso de tecnologías, el fomento del transporte sostenible, el acompañamiento a las personas longevas y la fundamentación en los valores humanos.

Los objetivos principales son:

- Fomentar la actividad física a través del ocio
- Mejorar la calidad de vida.
- Desarrollar las capacidades físicas del organismo.
- Producir mejoras cognitivas.
- Mejorar la inclusión social.
- Crear hábitos de vida saludables.
- Establecer una alimentación saludable.
- Fomentar el transporte ecológico y sostenible.
- Proteger el medio ambiente.

4.10.- Salidas a la naturaleza

Las salidas y excursiones al medio natural, que se realizan con periodicidad trimestral en todos los niveles educativos, son un recurso de primer orden en la propuesta educativa por su alto potencial vivencial, movilizándolo en el alumnado un sinnúmero de valores que se trabajan desde la escuela: observación y atención, esfuerzo y compañerismo, contacto con el entorno, deleite estético, conocimiento de seres vivos y ecosistemas, así como de la geografía madrileña. En estas salidas, cuando la cercanía lo permite, **se combinan con actividades deportivas grupales** como la bici. En esa línea, esporádicamente y dentro del trabajo por

proyectos se han realizado actividades de escalada (tanto en rocódromo a cubierto como al aire libre).



5.- Implicación y sinergias de los diferentes sectores implicados

5.1.- Acreditación "oro" en el programa europeo STARS. Fomento de la movilidad sostenible

El proyecto europeo STARS (Acreditación y Reconocimiento de Desplazamientos Sostenibles para Colegios), tiene como objetivo animar y premiar a los centros educativos que fomentan entre sus alumnos y profesores los desplazamientos sostenibles y activos, tanto a pie como en bicicleta.

El Ayuntamiento de Madrid se adhirió al proyecto STARS en 2013 y posteriormente decidió incluirlo en el módulo de movilidad de su programa "Educar hoy por un Madrid más sostenible".

Desde hace varios años, Escuela Ideo participa en dicho programa, y ha recibido la acreditación más alta, oro, por participar en el proyecto europeo STARS como reconocimiento a la realización de múltiples acciones encaminadas a promover la movilidad escolar sostenible: pedibus y bicibus diario, bicicletadas trimestrales, talleres de formación de movilidad, circuitos de habilidad ciclista, tertulias sobre movilidad e infancia...



<http://www.educarmadridsostenible.es/centro/escuela-ideo>

5.2.- Participación con ONGs en diversos proyectos relacionados con la vida solidaria y la práctica de la educación física

ONG "Tierra de Manai", baloncesto en Tanzania

- Dentro del voluntariado, y relacionado en el Plan de Educación Física, trabajamos conjuntamente con Fundación Escuela Ideo, colaboramos con la ONG Tierra de Amani, que trabaja directamente con la infancia más desfavorecida de Tanzania.
- El objetivo es mejorar en medida de lo posible sus condiciones de vida y la de sus familias, ayudando a cubrir sus necesidades más básicas y asegurándose el acceso a la atención sanitaria y a la escuela.
- Desarrollamos actos que tratan de unir la educación y el deporte, transmitiendo la importancia de los hábitos saludables en la vida.



<https://www.fundacionescuelaideo.edu.es/baloncesto-en-tanzania-con-tierra-de-amani-y-fundacion-escuela-ideo/>

ONG "Mar de Tierra" en el viaje de bicicleta de Madrid a diversas ciudades con el reto "Residuo Cero"

- Desde 2018, un grupo de alumnos de secundaria de Escuela Ideo, en el marco del proyecto "Viaje Residuo Cero" de la ONG Mar de Tierras, realiza viajes de varios días en bicicleta, por ejemplo, desde Madrid hasta Medinaceli (Soria), o desde Guadalajara hasta Burriana (Castellón).
 - Los alumnos, además del ejercicio físico realizado, disfrutaron de una experiencia donde el impacto sobre el planeta en materia de residuos es prácticamente nulo.
 - El objetivo de esta iniciativa fue concienciar sobre los hábitos saludables que conlleva la actividad física, y los de consumo respetuoso con la naturaleza. Posteriormente, traslada la filosofía y metodología al resto del alumnado.
 - Consideramos que esta iniciativa es una "experiencia única" para que los alumnos "tomen conciencia" sobre la importancia de la vida saludable a través de la actividad física y la sostenibilidad socioambiental.

<https://www.eleconomista.es/empresas-finanzas/agua-medioambiente/noticias/10108197/09/19/La-Escuela-Ideo-participa-en-Viaje-Residuo-Zero-el-reto-colectivo-de-viajar-en-bicicleta-sin-residuos-y-contribuir-a-la-conservacion-del-medio-ambiente.html>

<https://elmirondesoria.es/provincia/comarca-de-medinaceli/medinaceli-recibe-al-proyecto-viaje-al-residuo-cero>

<https://www.lavananguardia.com/vida/20180910/451731928799/alumnos-de-escuela-ideo-viajaran-en-bicicleta-de-madrid-a-medinaceli-para-demostrar-que-el-residuo-cero-es-posible.html>

<https://www.escuelaideo.edu.es/ideo-en-bici-y-en-busca-del-residuo-cero/>



5.3.- Club deportivo

Surge como apoyo a varios pilares del proyecto educativo de Escuela Ideo. Una propuesta deportiva integral que refuerza las cinco sesiones de Educación Física a la semana, pero también tiene otros propósitos como: trabajar en equipo y colaborativamente, formar al alumnado en el ámbito deportivo global conseguir un hábito de ocio saludable en horario de tarde que favorezca el desarrollo integral de la persona a través del fomento de la actividad física

Actualmente ofrecemos:

- Educación Deportiva de Base: Dirigido al alumnado de 3, 4 y 5 años. Primer contacto con la actividad física y deportiva siempre a través del juego. Incluimos actividades como Baby Basket y deportes adaptados a la edad.
- Multideporte: Deportes colectivos (rugby, hockey, baloncesto y fútbol) y deportes individuales (atletismo y bádminton). Organizamos partidos amistosos con otros colegios.
- Escuela de Baloncesto: Especialización y perfeccionamiento del baloncesto, para que el alumnado descubra no sólo lo divertido que es sino que adquieran formación del trabajo en equipo, desarrollando habilidades y destrezas motrices propias del baloncesto.
- Escuela de Fútbol: Especialización y perfeccionamiento del fútbol
- Escuela de Voleibol: Inicio a la especialización deportiva, mejorando la técnica y táctica del Voleibol.



6.- Incorporación de la perspectiva de género y equidad en todo el proceso, desde el diseño hasta la evaluación de resultados.

Dentro de los contenidos del currículum de Educación Física muchas actividades suponen una importante carga cultural de género (Soler, 2009).

La Educación Física puede desempeñar un doble papel en la escuela pudiendo ser, en el sentido más negativo, reforzador de comportamientos que consolidan las desigualdades de género o en el caso positivo un potente mediador y corrector para compensar dichas desigualdades vinculadas con el cuerpo y la actividad física.

Por este motivo pensamos que unas buenas prácticas coeducativas que faciliten la igualdad de género, eliminar estereotipos sexistas y hacer protagonistas a las chicas de su participación deportiva, tienen un lugar especial dentro de la educación física como educación en valores. Ya nuestros antepasados de la ILE propusieron romper con estas desigualdades muy instauradas en todos los ámbitos educativos.

Entre otras "buenas prácticas" trabajamos cada curso escolar en un proyecto de igualdad de género "Una escuela, IDEO, libre de discriminación de género" en el que mediante la investigación y la propia práctica deportiva damos visibilidad a importantes deportistas femeninas, favoreciendo el sentimiento de "apropiación" de las niñas, fomentando el deporte coeducativo.

Además, tiene un efecto transformador, pues el alumnado y el profesorado descubren la participación de la mujer en el deporte de alto nivel, así como los cambios producidos en dicha participación a través de los años, información que normalmente no se adquiere en la escuela ni a través de los medios de comunicación marcados por el sesgo patriarcal de la sociedad de consumo (Del Castillo, 2009).

Podemos concluir que la práctica ha sido eficaz, ha servido para fortalecer las creencias de igualdad generalizadas en nuestro centro y ha servido para transformar la realidad escolar en todo su entorno educativo.

Nuestro centro lo consideramos coeducativo, tenemos además un Plan de Coeducación, que promueve educar para la igualdad, y la Educación Física es un ámbito muy relevante para conseguir esta práctica, predominando un buen clima de trabajo en cuanto a género entre el profesorado y personal del centro como en las familias y el propio alumnado, participando todos ellos en la consecución de una sociedad más justa e igualitaria a través de la actividad física y deportiva, respetando la diversidad desde la colaboración y la práctica escolar.

Dentro de la escuela, el espacio de juegos durante las clases de Educación Física y en los recreos, suponen un dominio de lo masculino sobre lo femenino (Bonal, 1997; García y Asins, 1994; Scraton, 1995; Subirats y Tomé, 2007). Cantó y Ruiz (2005), en su estudio del uso de los espacios durante el recreo, reconocen desigualdades en el empleo de los espacios disponibles perjudicando a las chicas.

Por este motivo hemos repensado junto con la participación del alumnado la distribución y prevalencia de los espacios en los recreos, a través de un Plan de Patios que cubren todas sus expectativas y necesidades, y lo más importante que nacen de ellos, eliminando la discriminación por tipo de deporte y género.

Existen grupos de trabajo de alumnos que han organizado el reparto de los espacios, la generación de nuevas actividades, la adquisición y construcción de material desde la participación responsable y compartida y el desarrollo y la gestión de un Plan propio de Convivencia para estos espacios.

Los resultados han sido notables, y aunque aún existen estereotipos muy arraigados han conseguido romper con la hegemonía del fútbol en los recreos y han aumentado el abanico de actividades deportivas y físicas diferentes a las habituales y con participación de ambos sexos por igual.

7.- La evaluación de proceso y de resultados

Los resultados cada año son evaluados por cada uno de los departamentos implicados, y de forma cualitativa, mediante una encuesta anual a las familias.

Se tienen en cuenta indicadores como:

- Porcentaje de alumnado y trabajadores participante.
- Grado de satisfacción del alumnado, trabajadores y familias sobre las actividades realizadas.
- Grado de implicación de toda la comunidad educativa.
- Incremento de actividades ofrecidas anualmente, incluyendo la participación en ellas.
- Incremento en la concienciación del alumnado sobre la necesidad de vida saludable, y la educación física

Año tras año hemos visto cómo los resultados han sido muy buenos y muy bien aceptados por la Comunidad Educativa.

Muestra muy importante de ello, es el incremento del número de alumnos habido desde nuestra fundación, 2014, hasta hoy. Actualmente contamos con más de 1.100 alumnas y alumnos

La acogida en medios de comunicación, tanto de carácter general como especializados en educación ha sido extraordinaria, tal y como se muestra en el Anexo.

8. Continuidad y sostenibilidad del Proyecto prevista en los próximos años, y la financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlos

El Proyecto se está llevando a cabo desde la creación de Escuela Ideo en el curso 2.014-2.015.

Cada año se valoran las acciones realizadas, y se mejoran o se añaden otras nuevas de cara al siguiente curso escolar.

Desde los inicios del colegio, dentro del Proyecto Educativo se ha considerado a la Educación Física y Deportiva saludable como fin en sí mismo y como recurso didáctico para otros aprendizajes.

La dirección del centro no sólo está implicada con el Proyecto, sino que además, lo dirige de forma directa. El director cuenta con más de 30 años de experiencia en la docencia de Educación Física, siendo Licenciado en Ciencias de la Salud y del Deporte.

Así mismo, los docentes del departamento de Educación Física son también licenciados en Ciencias de la Salud y del Deporte, y están implicados en el Proyecto desde sus inicios en 2.014

De igual modo, es importante señalar las instalaciones que dispone el colegio, con 50.000 metros cuadrados de superficie y con un proyecto arquitectónico a medida, que incluye un bosque, aulas de la naturaleza y polideportivo cubierto, ayudan a lograr unos resultados excelentes.

Por último, destacamos que este Proyecto, igual que Escuela Ideo es independiente y autónomo desde el punto de vista económico.

Cuenta con el apoyo de la Fundación Escuela Ideo, y con la financiación de Triodos Bank, que como hemos indicado anteriormente, pertenece a la "banca ética y sostenible". Emplea sus recursos y su dinero para lograr un cambio social, ambiental y cultural positivo.

Para la compra de los terrenos y la construcción de nuestras instalaciones, hemos contado con la financiación de Bankia (CaixaBank en la actualidad), convirtiéndose así en la entidad bancaria con mayor participación en el Proyecto.

Además, el centro, y por tanto el Proyecto, dispone de las aportaciones económicas que recibe durante el curso académico, como cuotas de escolaridad, material escolar, excursiones, etc.

Por tanto, consideramos que el Proyecto cuenta con los recursos económicos, materiales y humanos necesarios que garantizan su continuidad.

9.- Planteamiento innovador y original

En Escuela Ideo defendemos que el aprendizaje experiencial dentro de un marco conceptual y operativo es el modo más efectivo y natural de aprender y producir nuevos conocimientos.

La educación experiencial es un modelo de enseñanza que involucra al alumnado en una experiencia de aprendizaje que tendrá consecuencias reales y que perduran en el tiempo.

El medio para poder lograr los objetivos planteados es el **Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP)**. Una metodología con una clara aplicación en la vida real para que aprendan contenidos significativos en profundidad y trabajen las competencias del siglo XXI.

Esta forma de trabajar en el aula ayuda al alumnado a afianzar mejor los conocimientos, a trabajar de forma multidisciplinar, a utilizar las nuevas tecnologías, a ejercitar las destrezas sociales (fomenta la participación y relación con otros alumnos). Asimismo, permite que pongan en práctica sus conocimientos de manera autónoma y que se involucren en su propio aprendizaje construyéndolo de manera activa.

Buscamos el desarrollo integral de la persona gracias a pedagogías activas, trabajo cooperativo y aprendizaje multidisciplinar.

La metodología empleada permite propiciar que el alumnado tome sus propias decisiones, que desarrolle su creatividad, que evalúe sus propios logros a lo largo del camino. Asimismo, la finalidad es ayudarles a que sean en todo momento personas respetuosas, reflexivas, que se emocionen, que tengan espíritu crítico, que sean, en definitiva, protagonistas activos de su propio proceso de enseñanza-aprendizaje, personas democráticas, participativas, solidarias, felices y comprometidas.

La educación física se trabaja de forma transversal dentro de los Proyectos que desarrollamos durante el curso. Recogemos algunos ejemplos de cómo incluimos la actividad física en el desarrollo de proyectos en la Etapa Infantil:

CONTENIDOS Educación Física:

- Esquema corporal, partes del cuerpo y su intervención en el movimiento
- Posibilidades sensoriales: kinestesia
- Toma de conciencia del propio cuerpo en relación a la tensión y a la relajación y su relación con la respiración
- Exploración y toma de conciencia de las vías, fases y tipos de respiración
- Experimentación de situaciones que impliquen cambios de postura corporal.
- Desarrollo de la confianza en uno mismo a través de la AF
- Relación de la AF con el bienestar y la salud

- Movilidad corporal orientada a la salud
- Adquisición de hábitos posturales relacionados con la AF.

10.- Repercusión en medios de comunicación

La repercusión en los medios de comunicación sobre los pilares del Proyecto Educativo de Escuela Ideo, entre ellos, la constante innovación, el fomento de la actividad física y la igualdad de género. Véase algunos ejemplos:

Radio Televisión Española

Programa Comando Actualidad: Práctica diaria de la Educación Física en Escuela Ideo
<https://drive.google.com/file/d/1gkylXingmQKaKy6SD139QnvCa4pBb3IP/view>

Educación Tres Punto Cero

Recorrido por algunas de las escuelas más innovadoras de España
<https://www.educaciontrespuntocero.com/experiencias/escuelas-mas-innovadoras-espana/70635.html>

El Español

Los colegios más innovadores de 2019
https://www.elespanol.com/sociedad/educacion/mejores-colegios/2019/innovadores/20190430/colegio-ideo-madrid/392960933_0.html

La Sexta

Programa "La Sexta Columna". Actuaciones educativas en Escuela Ideo sobre la igualdad de género
<https://es-es.facebook.com/226914040848455/videos/vb.226914040848455/2086479068112829/?type=2&theate>

11.- Acreditaciones obtenidas

11.1.- Primer centro educativo acreditado en la Economía del Bien Común

<https://www.eleconomista.es/ecoaula/noticias/8679456/10/17/Escuela-IDEO-el-primer-centro-educativo-en-Espana-que-acredita-su-aportacion-al-Bien-Comun.html>

11.2.- Acreditación ORO Programa Stars

<http://www.educarmadridsostenible.es/centro/escuela-ideo>

11.3.- Sello de vida saludable

<https://www.boe.es/boe/dias/2022/07/11/pdfs/BOE-A-2022-11481.pdf>

THE UNIVERSITY OF CHICAGO

PH.D. THESIS

BY

THE AUTHOR

CHICAGO, ILLINOIS