



MINISTERIO
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO
Y AGENDA 2030



Proyecto Healthy Habits, Strong Future Comunidad de
Aprendizaje CEIP LA PAZ ALBACETE

MEMORIA

Proyecto “Healthy Habits, Strong Future”



INDICE

1. Título del proyecto, programa o iniciativa.
 - 1.1. Nuestro centro educativo: Comunidad de Aprendizaje.
 - 1.2. Análisis inicial del proyecto.
 - 1.3. Justificación del proyecto.
 - 1.4. Desafíos del siglo XXI en nuestro proyecto.
2. Datos identificativos de la persona que lo dirige o lo representa.
3. Datos de la institución a la que representa.
4. Breve resumen del proyecto, origen, objetivo, metodología y resultados.
5. Objetivos, material y métodos utilizados para su desarrollo.
 - 5.1. Objetivos específicos para la promoción de la alimentación saludable en el centro.
 - 5.2. Objetivos específicos para la promoción de la actividad física en el ámbito escolar.
 - 5.3. Recursos utilizados en el proyecto.
 - 5.4. Metodología aplicada en el proyecto
6. Identificación de las actuaciones realizadas.
 - 6.1. Actuaciones para fomentar una alimentación saludable.
 - 6.2. Actuaciones complementarias para fomentar la actividad física.
 - 6.3. Actuaciones para fomentar la actividad física en los recreos activos e inclusivos.
 - 6.4. Actuaciones para fomentar una higiene corporal saludable.
 - 6.5. Actuaciones vinculadas con las tecnologías de la información y la comunicación.
7. Implicación y sinergias de los diferentes sectores implicados.
8. Descripción de la incorporación de la perspectiva de género y equidad en todo el proceso, desde el diseño hasta la evaluación de los resultados, así como de cualquier medida que fomente la igualdad entre mujeres y hombres.
9. Evaluación de proceso y de resultados: metodología, indicadores y el impacto sobre la salud de la población diana.
10. Continuidad y sostenibilidad del proyecto prevista para los próximos años, y financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlos.
11. Planteamiento innovador y original.
12. Inclusión de criterios de sostenibilidad y relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030.

1. Título del proyecto, programa o iniciativa.

1.1. Nuestro centro educativo: Comunidad de Aprendizaje.

Nuestro proyecto lo hemos denominado “**Healthy Habits, Strong Future**”, uniendo dos procesos fundamentales en la vida activa del ser humano como son la alimentación saludable y la práctica de actividad física en el ámbito escolar.

El CEIP SES AA LA PAZ se sitúa en el barrio de La Milagrosa de Albacete. Es un barrio desfavorecido a las afueras de la ciudad en una zona de exclusión. Cuenta aproximadamente con 2.400 habitantes. En el barrio conviven grupos de población de distintas etnias prevaleciendo la etnia gitana. El perfil socioeconómico de la población del barrio es altamente desfavorecido. Un tanto por ciento muy elevado es analfabeta y otro tanto son alfabetos, o sólo cuenta con estudios primarios.

Entre los menores, el fracaso escolar y el abandono escolar es muy elevado. Un alto porcentaje de toda la población activa se encuentra desempleada y sobrevive de la chatarra, la venta ambulante, ingresos de inserción y el empleo social. Hay un importante problema de droga en el barrio; no sólo existe un alto consumo, sino que el barrio es reconocido como centro de distribución y tráfico de las mismas.

El estado de los edificios y el barrio en general es muy deficiente con carencias a nivel urbano. El colegio actualmente trabaja con un proyecto consistente de centro integrado en el barrio trabajando con diferentes entidades denominado Comunidad de Aprendizaje.

1.2. Análisis inicial del proyecto.

Nuestro proyecto de Comunidad de Aprendizaje ha detectado una serie de problemas y necesidades tanto en el barrio como en nuestro alumnado. Dichas necesidades las hemos sintetizado de la siguiente manera:

- Se trata de un barrio que se encuentra alejado del casco urbano de la ciudad.
- Existe un alto porcentaje de familias en situación desfavorecida y minorías étnicas con escasos recursos económicos.
- Se ha producido una reducción en la matriculación del alumnado (trasvase a otros centros).
- Nos encontramos con un 40% de absentismo.
- Observamos una preocupante situación de fracaso escolar y abandono prematuro.
- Observamos una escasa implicación de las familias y entidades colaboradoras.

1.3. Justificación del proyecto.

Analizando la situación actual pensamos que este proyecto permitirá **mejorar el entorno saludable y el desarrollo personal de nuestro alumnado** creando hábitos perdurables en alimentación, actividad física e higiene corporal fomentando estilos de vida activos y saludables. A nivel motor se han detectado carencias en nuestro alumnado y también carencias alimenticias en las familias. Un porcentaje alto de familias consumen frecuentemente alimentos ultra procesados y escasea el consumo habitual de frutas y verduras.

También hemos observado que el porcentaje de alumnos que come en el comedor es bajo, perdiendo la posibilidad de que ingieran una ingesta saludable y equilibrada al día. Desde nuestro proyecto consideramos que es crucial que nuestro alumnado y familias conozcan y adquieran hábitos saludables.

Para dar solución a esta situación se decide unir a toda la comunidad educativa del barrio. Y con el apoyo directo de la administración se decide promover y apostar por un nuevo centro, con un enfoque diferente y contando con equipo de profesionales que voluntariamente esté implicado con el proyecto. Es un proyecto dialógico y comunitario que da voz y voto a toda la comunidad educativa, implantando "Comunidades de Aprendizaje" con asesoramiento de CREA "Programa de creación de recursos educativos abiertos".

Una comunidad de aprendizaje es un proyecto de transformación social y cultural de un centro educativo y de su entorno para conseguir una Sociedad de la Información para todos y todas las personas, basada en el aprendizaje dialógico, mediante una educación participativa de la comunidad, que se concreta en todos sus espacios, incluida el aula. Siendo el objetivo prioritario mejorar los aprendizajes de los niños y niñas de la escuela.

Las comunidades de aprendizaje parten de que todas las niñas y niños tienen derecho a una educación que no les condene desde su infancia a no completar el bachillerato y no acceder a un puesto de trabajo. Para lograrlo debemos transformar los centros educativos heredados de la sociedad industrial en comunidades de aprendizaje.

Todas las personas tienen derecho a una educación que les sirva para vivir con dignidad tanto en la sociedad. Somos conscientes del reto que todos asumimos en los inicios de este proyecto. Este nos permitirá afrontar nuevos objetivos y en definitiva proporcionarles la mejor educación posible contribuyendo a la mejora de los resultados escolares de nuestros niños y niñas abriéndoles las puertas a un futuro mejor.

Nuestro proyecto de comunidad de aprendizaje crece paulatinamente y en esta ocasión queremos fortalecer el aspecto deportivo y nutricional como hábito saludable y forma de inclusión. El modelo educativo de comunidades de aprendizaje está en consonancia con las teorías científicas a nivel internacional que destacan dos factores claves: las interacciones y la participación de la comunidad.

Las Comunidades de Aprendizaje implican a todas las personas que de forma directa o indirecta influyen en el aprendizaje y el desarrollo de las y los estudiantes, incluyendo a profesorado, familiares, amigos y amigas y locales, personas voluntarias, etc. Partiendo de los sueños de toda la comunidad educativa y a través del diálogo y la ciencia este proyecto está alcanzando un doble objetivo: superar el fracaso escolar y fortalecer la convivencia.

Además las comunidades de aprendizaje cuentan con las actuaciones educativas de éxito que la Comunidad Científica Internacional ha demostrado que contribuyen a mejorar el aprendizaje de los alumnos y alumnas y la mejora de la convivencia en el centro educativo.

Las actuaciones educativas de éxito son:

- ✓ Grupos interactivos y tertulias dialógicas.
- ✓ Formación de familiares.
- ✓ Participación educativa de la comunidad.
- ✓ Modelo dialógico de prevención y resolución de conflictos.
- ✓ Formación dialógica del profesorado.

1.4. Desafíos y retos del siglo XXI en nuestro proyecto.

“**Healthy Habits, Strong Future**” toca de lleno con el impulso de los retos del siglo XXI propuestos por la normativa vigente en materia educativa de la siguiente manera:

- Desarrollar una actitud responsable a partir de la toma de conciencia de la degradación del medioambiente basada en el conocimiento de las causas que los provocan, agravan o mejoran, desde una visión tanto local como global. Mediante las actividades “**Reto Plogging y jornada deportiva de convivencia en el Parque “La Pulgosa”**”, entre otras.
- Identificar los diferentes aspectos relacionados con el consumo responsable, valorando sus repercusiones sobre el bien individual y el común, juzgando críticamente las necesidades y los excesos y ejerciendo un control social frente a la vulneración de sus derechos. A través de la **visualización de vídeos educativos** en internet sobre el consumo responsable.
- Desarrollar estilos de vida saludable a partir de la comprensión del funcionamiento del organismo y la reflexión crítica sobre los factores internos y externos que inciden en ella, asumiendo la responsabilidad personal en el cuidado propio y en el cuidado de las demás personas. Mediante **actividades deportivas, gymkhanas lúdicas e higiene personal**.
- Desarrollar un espíritu crítico, empático y proactivo para detectar situaciones de inequidad y exclusión a partir de la comprensión de las causas complejas que las originan. Mediante los **juegos cooperativos** propuestos en el área de Educación Física para fomentar el ámbito socio afectivo entre niños y niñas.
- Entender los conflictos como elementos connaturales a la vida en sociedad que deben resolverse de manera pacífica. Mediante la aplicación del **modelo de prevención de resolución de conflictos y aprendizaje dialógico** que se aplica en el centro.
- Aprovechar las oportunidades de todo tipo que ofrece la sociedad actual, en particular las de la cultura en la era digital, evaluando sus beneficios y riesgos y haciendo un uso ético que contribuya a la mejora de la calidad de vida. A través de las aplicaciones y **actividades digitales** que realizamos en el colegio con la pizarra digital y la tablet.
- Aceptar la incertidumbre como una oportunidad para articular respuestas más creativas, aprendiendo a manejar la ansiedad que puede llevar aparejada. Mediante los ejercicios de Mindfulness y relajación con la **aplicación Calm** y la pizarra digital.
- Cooperar y convivir en sociedades abiertas y cambiantes, valorando la diversidad personal y cultural como fuente de riqueza e interesándose por otras lenguas y culturas. A través de los **retos motrices y los juegos populares, tradicionales autóctonos** que se realizan en Educación Física y en las diferentes gymkhanas realizadas.
- Sentirse parte de un proyecto colectivo, tanto en el ámbito local como en el global, desarrollando empatía y generosidad. Las actividades van dirigidas a todo el alumnado para que se sienta parte de un todo y **participen** de forma continuada.
- Desarrollar las habilidades para seguir aprendiendo a lo largo de la vida, desde la confianza en el conocimiento como motor del desarrollo y la valoración crítica de los beneficios de este último. Mediante el uso de **estilos de enseñanza cognitivos** que impliquen al alumnado en la resolución de problemas desde un punto de vista competencial.

2. Datos identificativos de la persona que lo dirige o lo representa.

Ana Isabel Garrido Talavera es la Directora del CEIP SES AA La Paz de Albacete.
Antonio Pardo Martínez es el coordinador del proyecto y especialista de Educación Física del CEIP SES AA La Paz de Albacete.

3. Datos de la institución a la que representa.

Nombre del centro	CEIP-SES-AA La Paz
Domicilio del centro	c/ Francisco Belmonte nº 1 , 02008 Albacete
Código de centro	CEIP: 02007757 SES: 02010011
Correo electrónico del centro	CEIP: 02007757.ceip@educastillalamancha.es
Teléfono del centro	967219941
NIF	S0200195F
Web del centro	https://comunidadaprendizajelapazdealbacete.blogspot.com/
Nombre y apellidos de la directora del centro	Directora del CEIP: Ana Isabel Garrido Talavera
Nombre y apellidos del Coordinador del proyecto	Antonio Pardo Martínez



4. Breve resumen del proyecto, origen, objetivo, metodología y resultados.

Nuestro proyecto busca cumplir con las directrices marcadas por la **Organización mundial de la salud** teniendo en cuenta la recomendación de al menos una media de 60 minutos de actividad física aeróbica moderada al día para los niños y los adolescentes. También tenemos en cuenta la guía “Recomendaciones dietéticas saludables y sostenibles complementadas con recomendaciones de actividad física para la población española propuesta por **AESAN** en el desarrollo de nuestras actividades.

Con nuestro proyecto pretendemos ayudar a reducir los niveles de obesidad infantil en nuestro alumnado, mejorar los hábitos de alimentación, aumentar las horas de actividad física y el consumo de frutas y hortalizas y disminuir el uso excesivo de pantallas en casa haciendo referencia al **Estudio ALADINO**, de Vigilancia de la alimentación, actividad física, desarrollo infantil y obesidad en España, el cual, es una herramienta de Salud Pública de enorme relevancia para la gestión de las políticas de prevención de la obesidad infantil.

Nuestro centro educativo se encuentra en la Comunidad de Castilla La Mancha, así pues la normativa educativa actual se desarrolla en torno al **Decreto 81/2022, de 12 de julio**, por el que se establece la ordenación y el currículo de Educación Primaria en la comunidad autónoma de Castilla-La Mancha. Como herramientas para estructurar nuestro proyecto seleccionamos saberes básicos educativos como son:

- Pautas para una alimentación sana y sostenible: menús saludables y equilibrados. La importancia de la cesta de la compra y del etiquetado de los productos alimenticios para conocer sus nutrientes y su aporte energético.
- Participación activa, la alimentación saludable, la educación postural, el cuidado del cuerpo, el autoconcepto, la autoestima, la imagen percibida en el campo de la actividad física y el deporte desde una perspectiva de género o el análisis de los comportamientos antisociales y los malos hábitos para la salud que se producen en contextos cotidianos.
- Aplicación en distintas situaciones cotidianas medidas básicas de cuidado de la salud personal a través de la alimentación saludable, la higiene corporal, la educación postural y la seguridad en la práctica.
- Salud física: efectos físicos beneficiosos de un estilo de vida activo. Alimentación saludable e hidratación.
- Educación postural en situaciones cotidianas. Cuidado del cuerpo: higiene personal y el descanso tras la actividad física.
- Aprovechar las posibilidades motrices a través del juego y la actividad físico-deportiva aplicando medidas de educación postural, alimentación saludable, higiene corporal y preparación de la práctica motriz, desde la seguridad, generando hábitos y rutinas.

“**Healthy Habits, Strong Future**” se encuentra muy vinculado al desarrollo del objetivo general de etapa “k” de Educación Primaria a través de las actividades del proyecto tal y como destaca el Real Decreto 157/2022, de 1 de marzo, por el que se establecen la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Primaria:

k) Valorar la higiene y la salud, aceptar el propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias y utilizar la educación física, el deporte y la alimentación como medios para favorecer el desarrollo personal y social.

“**Healthy Habits, Strong Future**” fomenta la consecución de las competencias específicas reguladas en el **Decreto 81/2022** respecto al área de Educación Física. A modo de ejemplo destaco la número 1:

1. Adoptar un estilo de vida activo y saludable, practicando regularmente actividades físicas, lúdicas y deportivas, adoptando comportamientos que potencien la salud física, mental y social, así como medidas de responsabilidad individual y colectiva durante la práctica motriz, para interiorizar e integrar hábitos de actividad física sistemática que contribuyan al bienestar.

La **metodología del proyecto** tiene como punto de partida a nuestro alumnado. Nuestro proyecto se articula a través del uso de **metodologías activas** para conseguir el aprendizaje efectivo de nuestro alumnado. Para ello nos basamos en un proceso interactivo basado en la comunicación profesor-estudiante, estudiante-estudiante, estudiante-material didáctico y estudiante-medio, que potencia la implicación responsable de este último.

Somos conscientes de la importancia de poner el foco en varios ejes, como son la comunicación efectiva, la realización de actividades significativas, la participación activa en la clase y la autonomía en el aprendizaje de nuestro alumnado.

Tampoco podemos olvidarnos de la **enseñanza de valores** a través de la actividad física donde la competición se utiliza como medio para educar y nunca como un fin en sí misma. Hemos tenido en cuenta también el impulso del **aprendizaje cooperativo**, vinculado a la necesidad de vivir y relacionarse en sociedad, permitiendo el aumento de la interacción entre el alumnado.

Es por ello que nuestra metodología valora el uso del **amplio universo metodológico** en torno a estilos, técnicas y estrategias de enseñanza, adaptándonos a las necesidades del contenido a enseñar y características del alumnado y la propuesta de **variedad de actividades** de enseñanza y aprendizaje.

Las actividades que incluimos dentro del proyecto son diversas, motivantes, variadas, estimulantes, utilizando estrategias de presentación atractivas, con una secuenciación coherente y equilibrada, permitiendo la participación activa del alumnado en su elección. Este tipo de actividades tocan de lleno con el **enfoque competencial** actual de la enseñanza y con la normativa legal vigente marcada por la LOMLOE en torno a estructurar los saberes básicos curriculares en situaciones de aprendizaje.

Respecto a los **resultados del proyecto** he de destacar:

- Una alta participación y motivación del alumnado en las actividades físicas y deportivas incluidas en el proyecto.
- La presencia de la bolsa de aseo en un elevado número de alumnos para desarrollar hábitos de higiene personal tras la realización de Educación Física.
- Un cambio significativo en los desayunos que aportaban anteriormente los alumnos (principalmente bollería industrial) hacia desayunos más saludables (lácteos, frutas y bocadillos). Los zumos se han cambiado por botellas de agua.
- Una satisfactoria coordinación e interés por parte del claustro del centro en la planificación y desarrollo de las diferentes actividades.
- Una buena acogida por parte de la comunidad educativa al ser actividades que están siendo difundidas en las redes sociales del centro educativo.

5. Objetivos, material y métodos utilizados para su desarrollo.

5.1. Objetivos específicos para la promoción de la alimentación saludable en el centro.

Los objetivos que buscamos implementar respecto a la **alimentación saludable** en nuestro alumnado se sintetizan en los siguientes:

- ✓ Mantener y mejorar la salud de nuestro alumnado en las etapas de Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria.
- ✓ Prevenir enfermedades ligadas a una alimentación desequilibrada.
- ✓ Informar a nuestro alumnado de los tipos de alimentos, nutrientes y beneficios de realizar una alimentación saludable para mantener el buen funcionamiento del organismo.
- ✓ Reconocer la actividad física como forma de ocio saludable, alternativa a otros hábitos menos convenientes de nuestro entorno.
- ✓ Conseguir que nuestros alumnos desarrollen una alimentación saludable en su tiempo de ocio, tanto dentro como fuera del horario escolar.
- ✓ Identificar y llevar a cabo los diferentes tipos de hábitos saludables: higiene, alimentación adecuada, postura, primeros auxilios y prevención de hábitos tóxicos.
- ✓ Mejorar la convivencia del centro a través de las jornadas saludables tanto en las sesiones de Educación Física en el aula y en los recreos activos e inclusivos.
- ✓ Involucrar a toda la comunidad educativa en el desarrollo del proyecto para lograr que los escolares sean capaces de adquirir hábitos saludables que perduren en el tiempo.
- ✓ Impulsar la participación e implicación del profesorado, familias y miembros de la comunidad educativa
- ✓ Impulsar y dinamizar el proyecto mediante la integración de las TIC a través de programas en las sesiones de informática, tutorías, visualización de vídeos, compartir las actividades en las redes sociales propias del centro.
- ✓ Localizar y debatir sobre el reparto mundial de la riqueza y la hambruna en muchas partes del mundo mediante el dossier proporcionado por Save The Children.
- ✓ Trabajar la prevención y cuidado buco dental a través de diferentes talleres y actividades.
- ✓ Potenciar la adquisición de los niños y niñas de una alimentación sana y equilibrada
- ✓ Promover la adquisición de conocimientos significativos que permitan la participación del alumnado en la elaboración de dietas y menús más equilibrados.
- ✓ Tomar parte activa en la siembra, cuidado y recolección de alimentos ecológicos a través de nuestro huerto escolar valorando las ventajas de su consumo frente a alimentos procesados.
- ✓ Concienciar a las familias sobre la elección de la calidad y cantidad de los productos y actitudes sensatas a la hora del consumo alimentario.

5.2. Objetivos específicos para la promoción de la actividad física en el ámbito escolar.

El desarrollo de una alimentación saludable va ligada al mantenimiento de un estilo de vida activo a través de la realización de **actividad física**. Por ello menciono los **objetivos** que nos marcamos para favorecer dicho aspecto:

- ✓ Ofrecer al alumnado el deporte como un recurso motivante, atractivo con el que poder desarrollar un estilo de vida saludable con valores educativos adaptados a las demandas de la sociedad actual.
- ✓ Fomentar la capacidad de trabajo de manera autónoma del alumnado mediante la enseñanza de los valores positivos del deporte: trabajo en equipo, solidaridad, humildad, amistad, respeto al rival, compañerismo, etc.
- ✓ Valorar positivamente el deporte como fenómeno social y cultural en el contexto educativo mediante un formato atractivo para el alumnado mediante metodologías activas.
- ✓ Impulsar situaciones deportivas para mejorar las relaciones sociales de los alumnos del centro a través de propuestas de interacción y colaboración.
- ✓ Incluir en el aula la realización de descansos activos con el objetivo de aumentar el rendimiento académico fomentando los aprendizajes significativos y generando hábitos regulares de actividad física desde los primeros cursos.
- ✓ Identificar los beneficios que aporta a la salud de nuestros alumnos el desplazarse de una forma activa y con seguridad por el barrio y ciudad a través de los desplazamientos activos.
- ✓ Llevar a cabo estrategias metodológicas atractivas para el alumnado que impliquen la participación de sus familias y que mejoren sus resultados académicos.
- ✓ Promover la actividad física y saludable entre los miembros de la comunidad educativa para que repercuta en la vida del barrio y en la salud mental de nuestro alumnado.
- ✓ Incidir en la importancia de los saberes básicos trabajados para que a través del ejercicio regular se conviertan en una forma de actuar autónoma.

5.3. Recursos utilizados en el proyecto.

Los **recursos espaciales** utilizados en el proyecto son los siguientes:

- ✓ Instalaciones del centro: Gimnasio del centro, sala de audiovisuales y usos múltiples, patios exteriores de infantil, primaria y secundaria donde encontramos dos pistas polideportivas.
- ✓ Zona deportiva municipal cercana al colegio compuesto por pistas y piscina municipal.
- ✓ Parque Periurbano La Pulgosa donde realizamos la jornada deportiva de convivencia.

Los **recursos materiales** para desarrollar el proyecto:

- ✓ Material específico de Educación Física: material autoconstruido: pelotas malabares, porterías, aros de ringo, zancos, suavicesto, palas de velcro, sacos, telas, globos, pañuelos, periódicos, cartones, botes, neumáticos, etc. Material alternativo: diábolo, indiacas, frisbees, balones de Ringol, etc.
- ✓ Elementos del entorno escolar: escaleras, muros, bancos.
- ✓ Material del aula TIC: aula de ordenadores, PDI pizarra digital en el aula, videos sobre alimentación saludable, podcast y radio escolar para difusión del proyecto.
- ✓ Juegos de mesa de los grupos interactivos, material de ajedrez, etc.
- ✓ Material convencional: palas, pelotas de tenis, balones de goma-espuma, picas multiusos, vallas, conos, setas, aros, balones, cuerdas, colchonetas, porterías, banco suecos, espalderas, postes de voleibol, bancos suecos, porterías, canastas y espalderas, etc.

5.4. Metodología aplicada en el proyecto.

La **metodología del proyecto** está enmarcada en unas orientaciones didáctica determinadas por la naturaleza del área de Educación Física en referencia a:

- Un modelo abierto y global basado en la **enseñanza individualizada** desde asignaturas diferentes que realizan aportaciones en el mismo sentido.
- Aprovechar el **carácter lúdico** de la asignatura. El mayor elemento de motivación en el alumnado de la Educación Primaria es el juego.
- **Fomento del aprendizaje significativo**: Si el alumnado comprende aquello que pretendemos, le encontrará sentido y hará un uso constructivo de ello.
- Maximizar el **tiempo de compromiso motor** en nuestras actividades, siendo la **salud** un contenido transversal específico.
- **Acercar la realidad al contexto educativo**. Acorde con el enfoque competencial pretendemos establecer conexión entre ambos ámbitos, utilizando para ello el trabajo a través de proyectos que se conviertan en metas y que motiven y guíen al alumnado.
- **Atención a la diversidad** del alumnado: Nuestro éxito se asocia a la capacidad para diseñar en un único proceso, actividades adaptadas a la diversidad del alumnado; de este modo garantizamos el desarrollo de la competencia motriz en todos ellos.
- Orientar los sentimientos de **competencia** del alumnado usando refuerzos positivos, promoviendo sensaciones de confianza, motivando hacia la tarea y no hacia el ego.
- **Actualización docente**, formación e innovación. Por ello hago mención al centro regional de formación del profesorado donde he realizado diversos cursos de formación para aplicar dicho proyecto saludable.

6. Identificación de las actuaciones realizadas.

Nuestro proyecto se estructura en el desarrollo de unos valores vinculados con la alimentación saludable, la práctica regular de actividad física y la higiene corporal:

6.1. Actuaciones para fomentar una alimentación saludable:

- Programa de consumo de frutas lanzado desde el ayuntamiento de la localidad.
- Alimentos saludables del otoño: Manipulación sensorial de diversas frutas y frutos del otoño.
- My healthy coin (el alumno gana una moneda saludable cada vez que trae fruta como desayuno y luego lo canjea por un premio como por ejemplo: material en el patio).
- My healthy plate: vídeos y posters explicativos.
- La pirámide alimentaria: vídeos y posters explicativos.
- Charlas sobre alimentación saludable al alumnado y familias por parte de especialistas del centro de salud zona 1 de Albacete.
- Vídeos educativos sobre alimentos saludables a través de la pizarra digital.
- Lecturas sobre hábitos sanos en la nutrición sobre textos de origen científico.
- The snack lab: Alimentación saludable (AECC): Consejos teóricos y prácticos.
- Relevos saludables: juego en Educación Física.
- El twister de la salud: juego en Educación Física.
- Brochetas saludables con frutas de temporada.
- El desayuno saludable semanal.
- Registro mensual de desayunos (El saludable del mes). Puntos para conseguir premios.
- Juego de persecución en Educación Física (El pillao de frutas).
- Kahoot sobre alimentación saludable y alimentos sanos.
- Recetario saludable con variedad de recetas.
- Charla sobre prevención de hábitos tóxicos en la infancia y adolescencia impartido por especialistas sanitarias del centro de salud zona 1 de Albacete.
- Actividades interactivas sobre la composición de los alimentos y los nutrientes.
- Cuentos educativos: La rebelión de las verduras (tertulia dialógica).
- Huerto escolar: Mantenimiento del huerto escolar del centro con frutas de temporada.
- Infografías y cartelería variada sobre “comer bien y vivir sano”.
- Sopas de letras sobre frutas de temporada en “liveworksheets”. Actividad con las tablets.
- Charlas educativas del profesorado al alumnado sobre los falsos mitos alimenticios.

6.2. Actuaciones complementarias para fomentar la actividad física:

- Realización de los descansos activos en las aulas a través de GoNoodle.
- Partidos de fútbol sala "Maestr@s vs Alumn@s".
- Gymkhana lúdica de Halloween.
- Gymkhana navideña de juegos populares, tradicionales y autóctonos.
- Torneo navideño de ajedrez.
- Retos motrices mensuales "Retos S.A."
- Reto "bienestar emocional" de Acrosport de la red de centros de comunidades de aprendizaje.
- Desplazamientos activos en las excursiones y salidas del centro.
- Actividad "Bolsa de aseo e higiene corporal en Educación Física".
- Campeonato intercentros de Datchball y de fútbol sala.
- Carrera solidaria por el Día de la Paz "Save the children".
- Actividades sobre Referentes femeninas en el deporte (8 M): sopa de letras, lectura y vídeo sobre la deportista.
- Gymkhana lúdica "Día de la familia".
- Exhibición de peonza.
- Visita al centro del equipo de baloncesto de la localidad.
- DEFC 2024: Día de la Educación Física: Salud Mental.
- Baloncesto en silla de ruedas de Amiab.
- Jornadas deportivas y de convivencia en el Parque Periurbano La Pulgosa.
- Talleres saludables Hospital General de Albacete: prevención de hábitos tóxicos, alimentación, lavado de manos, higiene bucodental.
- Gymkhana del agua.
- Campeonato deportivo de voleibol.
- Gymkhana deportiva "Fiesta fin de curso" de juegos populares y deportes alternativos.
- Reto "Plogging, cuida tu entorno" (Agenda 2030).
- Actividad "Sobre ruedas": Juegos con patines y bicicletas en el recreo del colegio aprovechando el buen tiempo y promoviendo desplazamientos activos.
- Actividades de relajación y mindfulness con el alumnado en las aulas mediante vídeos guiados y la aplicación CALM (Salud mental).
- Situaciones de aprendizaje de deportes colectivos y deportes alternativos, juegos cooperativos y juegos populares en Educación Física

6.3. Actuaciones para fomentar la actividad física en los recreos activos e inclusivos:

Nuestros recreos activos e inclusivos se dividen en diferentes estaciones supervisadas por los docentes responsables:

- Estación 1: Juegos con palas.
- Estación 2: Juegos con combas.
- Estación 3: Juegos con aros.
- Estación 4: Música y baile libre.
- Estación 5: Juegos con balones de baloncesto.
- Estación 6: Campeonato de fútbol.

6.4. Actuaciones para fomentar una higiene corporal saludable:

- Bolsa de aseo en Educación Física: Nuestro alumnado aporta la bolsa de aseo todos los días que tienen Educación Física para concienciarles de la importancia del aseo personal.
- Charlas educativas sobre higiene buco dental del hospital general de Albacete.
- Charlas teórico prácticas sobre educación postural desde el colegio de fisioterapia de la localidad.
- Charla teórico práctica sobre educación postural promovida por “Pelotón salud”.
- Vídeos y fichas interactivas sobre una correcta higiene corporal: higiene de pies, cabeza, boca y cuerpo en las diferentes aulas.
- Aplicación Yogic: Realización de posturas de yoga (educación postural).
- Actividad “Elementos de la bolsa de aseo” para interiorizar qué objetos deben aportar.

6.5. Actuaciones vinculadas con las tecnologías de la información y la comunicación:

- Uso de las redes sociales del centro: Instagram, Facebook y del blog del colegio para recopilar actividades y difundir nuestro trabajo con el resto de comunidad educativa.
- Cartelería de las diferentes actividades del proyecto con la plataforma Canva.
- Difusión de la aplicación “Calm” para realizar ejercicios de relajación y respiración en el aula con la pizarra digital.
- Visualización de vídeos sobre primeros auxilios para familias.
- Uso de la aplicación Class Dojo para control de desayuno saludable y comunicación con el resto de claustro y familiares.
- Realización de kahoots educativos sobre la alimentación saludable.
- Visualización de vídeos educativos sobre My healthy plate.
- Uso de la aplicación GoNoodle para bailes en los descansos activos.
- Uso de la plataforma educativa TEAMS de la Comunidad Autónoma de Castilla La Mancha para la organización del proyecto: actividades, planificación y temporalización de las mismas, etc.
- Toma de contacto con la aplicación Yuca y Nutri-Score para analizar diversidad de alimentos e identificar aquellos alimentos saludables y no saludables.
- Realización de actividades del portal web “Estilos de vida saludable” del Ministerio de Sanidad del gobierno de España.

7. Implicación y sinergias de los diferentes sectores implicados.

Descripción de la implicación de las familias

Nuestro proyecto motiva a las familias a participar en la vida del centro, ayudando a sus hijos e hijas a aprender nuevos conocimientos y habilidades, acompañando a sus hijos en los desplazamientos activos cuando visitamos diferentes lugares de la localidad, aprendiendo estrategias nuevas en los talleres saludables y participando en diferentes actividades.

Además las familias participan plenamente acudiendo como público a las carreras solidarias propuestas durante el curso así como a la “Gymkhana por el día de la familia” propuesta y realizada con el alumnado de Educación Infantil.

También contamos con su apoyo a la hora de recaudar dinero en los desayunos saludables para el viaje de fin de curso del alumnado de 4º de Educación Secundaria y en la elaboración de almuerzos caseros para el proyecto de desayunos saludables.

Implicamos a las familias de diferentes maneras:

- Mediante las reuniones individuales y grupales que las familias mantienen con tutores y tutoras.
- Visitando la comisión de familias y voluntariado para aportar ideas y participar.
- A través de los grupos de difusión de whatsapp enviándoles infografías sobre las actividades del proyecto.
- Difundiendo las actividades del proyecto en las redes sociales del centro.
- Visitando a las familias a su domicilio en las tutorías activas para informar sobre la evolución del alumnado.
- Mediante llamadas telefónicas a las familias para solicitarles su participación.

Descripción de la implicación del equipo docente

La directora del centro y el coordinador del proyecto saludable han elaborado las líneas de actuación del mismo y han encargado a los diferentes y numerosos responsables del proyecto las diversas tareas a desempeñar.

Nos reunimos cada mes varias ocasiones para organizar el trabajo trimestral. Posteriormente se van realizando y coordinando día a día las actividades desde el área de educación física o tutorías de las distintas etapas a través de las reuniones de ciclo y reuniones de claustro.

La implicación y participación del equipo docente ha sido completa y satisfactoria. Como coordinador del proyecto he dado las gracias y he animado a todo el claustro a seguir en esta línea para los próximos cursos académicos.

Para ello, he animado al claustro a la realización de varios cursos de formación vinculados con actividades deportivas y de alimentación saludable promovidos desde el **Centro Regional de Formación del Profesorado**, ya que, ello conllevará una mejora de la calidad educativa y del proceso de enseñanza y aprendizaje en nuestro centro educativo y en el bienestar de nuestro alumnado.

Descripción de la implicación del alumnado

Comenzaré destacando que nos encontramos al inicio con un alumnado que carecía de conocimientos y habilidades suficientes respecto a contenidos de alimentación saludable y ejercicio físico. ¿Cómo hemos revertido esa situación? Mediante un trabajo sustentado en una continua concienciación de los beneficios que tiene mantener una alimentación saludable y una actividad física regular y moderada para mejorar la salud y la calidad de vida.

Paulatinamente, nuestro alumnado ha ido tomando conciencia y valorando positivamente las actividades propuestas en el proyecto, ya que, también han sido premiados con refuerzos positivos tras la realización de las mismas.

Así pues, destaco el grado de implicación y participación del alumnado del centro:

- Educación Infantil: Nuestro alumnado de 3 años, 4 años y 5 años han participado en diferentes actividades adecuadas a su edad, dentro de sus posibilidades de forma satisfactoria.
- Educación Primaria: Nuestro alumnado de 1º de Educación Primaria a 6º de Educación Primaria han participado en todas las actividades propuestas.
- Educación Secundaria: El alumnado de 1º de la ESO a 4º de la ESO ha participado en la mayoría de las actividades.

Descripción de implicación de otro personal del centro escolar

Ha habido una implicación importante de los voluntarios y voluntarias de las diferentes entidades participantes y también ha participado satisfactoriamente el Conserje del Centro Juan Manuel Herráez Plaza en las ocasiones que le hemos pedido colaboración.

Descripción de implicación de otras organizaciones

- Fundación MIES en las actividades deportivas extraescolares.
- Fundación Secretariado Gitano. Aportando ideas y ayudando a varios alumnos.
- Fundación Atenea. Aportando voluntariado en las diferentes actividades del proyecto.
- ONG Save The Children: Carrera “Kilómetros de solidaridad” día de la paz.
- Centro de la Mujer de Albacete. Charlas relacionadas con los estereotipos de género.
- Centro Joven de Albacete. Charlas relacionadas.
- Hospital General de Albacete. Talleres saludables durante una semana con médicos y enfermeras.
- Ayuntamiento de Albacete: Programa de frutas y verduras.
- Asociación contra el cáncer: Charlas sobre alimentación saludable.
- COFICAM: Charla Pelotón salud de Educación Postural a través del colegio profesional de fisioterapeutas de Castilla La Mancha.
- Ayuntamiento de Albacete: Concesión de un espacio en el Parque Periurbano La Pulgosa de Albacete.
- IMD Instituto Municipal de Albacete. Ayuntamiento. Talleres deportes en sus instalaciones.
- Facultad de Educación de Albacete “Programa Alumnos Proyectos Aprendizaje servicio” en los recreos activos e inclusivos.
- Ministerio de sanidad “Programa Dame 10” sobre descansos activos en el aula.
- Centro Regional de Formación del Profesorado mediante el curso de formación “Alimentación y nutrición: actualización, recursos y estrategias”.

- Ministerio de sanidad y delegación de Educación de Albacete a través del curso de formación “Alimentación equilibrada y hábitos saludables en la etapa escolar. El papel de la alimentación en la prevención de patologías”.
- Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Albacete en referencia a las actividades deportivas del Proyecto “Somos Deporte 3-18”: pinfuvote y colpbol.

8. Descripción de la incorporación de la perspectiva de género y equidad en todo el proceso, desde el diseño hasta la evaluación de los resultados, así como de cualquier medida que fomente la igualdad entre mujeres y hombres.

El objetivo general que pretende alcanzar el proyecto es generar un impacto en toda la comunidad educativa, animar a nuestro alumnado a luchar por sus sueños, por su proyecto de vida, por su vocación y adquirir unos hábitos de vida saludables que les preparen para la vida, para ser un ciudadano crítico, responsable y comprometido con la sociedad.

Utilizamos el deporte como un escenario para trabajar la inclusión, equidad y valores de igualdad de género. Por ello realizamos un gran esfuerzo en trabajarlo desde toda la comunidad, asambleas, tutorías, desde programas como; Muse, Construyendo muros, Gigantes, días contra la violencia de género, etc... que son proyectos llevados a cabo en toda la comunidad y con todos sus miembros.

Por lo tanto nuestro afán en educar en la igualdad y contra los estereotipos impregna en trabajo diario de cada uno de los docentes, voluntarios y otras entidades que prestamos nuestros servicios a esta Comunidad de Aprendizaje, valores de convivencia en nuestro día a día que son inherentes en el proyecto “Healthy Habits, Strong Future”.

Para lograrlo partimos de una serie de **criterios** que cuidamos que se aborden en cada actividad que planteamos desde los diferentes programas:

- Aplicación del “Fair Play” y el respeto de reglas desde el aprendizaje dialógico.
- Modelo de enseñanza DUA: favoreciendo la atención a la diversidad adaptando las actividades para que todos participen.
- Impulsar los retos motrices y los juegos cooperativos para mejorar el trabajo en equipo y las estrategias colaborativas entre chicos y chicas.
- Celebración de la jornada deportiva de convivencia por equipos mixtos.
- Potenciar los equipos mixtos y equilibrados, deportes menos populares y la indagación por descubrir nuevas actividades físicas mediante los juegos alternativos.
- Ofrecer los recursos necesarios para que todos tomen parte activa en la alimentación sana y equilibrada: seleccionándola y comiéndolos con sus compañeros y familiares.
- Animar a los alumnos y alumnas a soñar por conseguir lo que se propongan dotándoles de instrumentos y conocimientos para que confíen en sí mismos.
- Defender el papel de la mujer en nuestra sociedad, luchando contra los estereotipos de género en cualquier terreno y en el deporte. Lectura del libro “De niñas a leyendas”.

Dentro del proyecto trabajamos **talleres de convivencia e igualdad** que ayudan a ejemplificar casos concretos y preparan a que nuestro alumnado sea más responsable en su desarrollo afectivo -social. Un trabajo paralelo llevado a cabo por la comisión de igualdad de género y convivencia. Además menciono algunas actividades realizadas como son:

- El 25 de Noviembre “Día contra la violencia de género” participamos en la iniciativa “Construyendo muros contra la violencia de género 2024” a través de los libros, los cuentos y poesías contra la violencia de género.
- Taller prevención del acoso escolar tanto en Educación Primaria como en Educación Secundaria.
- Talleres de salud sexual para Educación Secundaria organizado a través del centro joven
- Taller de igualdad para Educación Secundaria. Organizado a través del centro de la mujer.
- 8M Carrera solidaria por el derecho a ser niña: Carrera solidaria realizada en los alrededores del centro con un motivo benéfico y social.
- Proyecto Gigantes: A través del modelo dialógico de resolución de conflictos se premia al alumno que respeta a los compañeros y que usa el diálogo por encima de la violencia.
- Lectura del libro “De niñas a leyendas” donde nuestro alumnado aprenderá historias fascinantes de deportistas femeninas de nuestro país motivando a nuestras niñas a realizar actividad física.
- Taller LGTBI organizado a través del centro joven para Educación Secundaria.

Como coordinador del proyecto y especialista de Educación Física me he formado en el curso **Coeducación y Educación Física: estrategias para su implementación en el aula** a través de la plataforma digital del Centro Regional de Formación del Profesorado.

En este apartado cabe citar algunas actividades que se están llevando en las diferentes etapas de manera interdisciplinar y que se relacionan con nuestro proyecto:

- Designar al responsable de coeducación y convivencia del centro, que será a su vez el Coordinador de la Comisión de Igualdad y Convivencia.
- Utilizar el lenguaje inclusivo en todas las actuaciones.
- Promover la igualdad y la convivencia en espacios comunes: patios inclusivos, actividades sin diferencia de género, y promover la participación igualitaria de niños y niñas en las actividades realizadas en el centro y fuera de él.
- Dotar de espacios adecuados dedicados a la igualdad y la convivencia.
- Revisar las programaciones didácticas, incorporando la perspectiva de género y la convivencia.

- Consolidar la sesión de una asamblea semanal destinada a trabajar temas de igualdad y convivencia, en todas las etapas educativas.
- Crear un banco de recursos por la Comisión de Igualdad y Convivencia que puedan ser utilizados en las asambleas.
- Fomentar y promocionar el juego y el deporte inclusivo, libre de estereotipos sexistas, a través de la organización de recreos inclusivos y en el área de Educación Física.
- Resaltar fundamentalmente los ejemplos con presencia destacada de la mujer.
- Celebrar y dar visibilidad a efemérides vinculadas a la igualdad y la convivencia que sensibilizan a la sociedad, dan a conocer la situación de la mujer o la diversidad sexual.
- Analizar las necesidades formativas en materia de igualdad y convivencia entre el personal docente.
- Participar en los Seminarios de Educación Inclusiva e Igualdad que se organicen desde los diferentes organismos.
- Hacer extensiva al claustro la formación recibida.
- Fomentar el modelo dialógico de prevención de conflictos y el uso de estrategias para la prevención de la violencia.
- Realizar actividades, para toda la comunidad educativa, incidiendo en las familias, sobre la desigualdad entre hombres y mujeres, actitudes sexistas en la realidad familiar, expectativas hacia sus hijos e hijas en función del género, ...
- Realizar actividades de sensibilización para proporcionar información a la Comunidad Educativa sobre el Plan de Igualdad y Convivencia.
- Crear espacios de difusión en referencia a las experiencias coeducativas y de convivencia, tanto físicos como digitales.
- Visibilizar, participar, y divulgar experiencias coeducativas implementadas en el centro.
- Favorecer el desarrollo emocional en las diferentes etapas.
- Realizar actuaciones con asociaciones, entidades y organismos como el Centro de la Mujer.

Desde la comunidad de aprendizaje del CIEP-SES-AA La Paz siempre se ha apostado por una convivencia escolar basada en los principios de la convivencia democrática, la participación, la no violencia, la igualdad entre mujeres y hombres y el respeto a la diversidad. Desde los orígenes del centro como comunidad de aprendizaje ha habido un compromiso y una preocupación por trabajar la igualdad desde el centro.

9. Evaluación de proceso y de resultados: metodología, indicadores y el impacto sobre la salud de la población diana.

En el proceso de evaluación tenemos en consideración, no solo las actuaciones realizadas en el colegio para la mejora de la salud, la alimentación saludable y el impulso de la actividad física, sino que también evaluamos los progresos conseguidos en las diferentes actuaciones programadas en la adquisición de valores como por ejemplo: el respeto, el trabajo en equipo, el compañerismo, la salud, la tolerancia, la solidaridad, la amistad, la empatía, la confianza en los demás, la igualdad de género, el respeto a la diversidad, etc.

Como coordinador del proyecto “**Healthy Habits, Strong Future**” valoro la transversalidad de las actividades educativas propuestas en el proyecto para que sean trabajadas desde todas las áreas del currículo con el objetivo de que nuestro alumnado aprenda a convivir con sus iguales de la manera más sana posible.

¿Qué evaluaremos en el proceso?

- Diseño y planificación de las actividades en el contexto real.
- Adecuación de los objetivos planificados a las diferentes edades, alumnos con necesidades educativas de apoyo educativo y diferentes niveles educativos con los que se trabaja.
- Consecución de los objetivos seleccionados.
- Efectividad de los recursos metodológicos empleados.
- Valores positivos y saludables alcanzados mediante las diferentes actividades.
- Propuestas de mejora por parte de las familias y el alumnado.
- Estrategias y organización empleada en las diferentes acciones.
- Grado de satisfacción de las actividades por parte del alumnado y las familias.
- Implicación y participación de las familias en el proyecto.
- Recursos espaciales y materiales utilizados en las actividades.
- Problemas encontrados, propuestas de mejora y continuidad en actuaciones futuras.
- Participación activa de toda la comunidad educativa: alumnado, profesorado, entidades, familias, etc.
- Evaluación de cada línea de actuación (actividad física, higiene corporal, alimentación saludable) por parte del responsable.
- Posibilidad de incorporar actividades nuevas al proyecto que toquen de lleno con los intereses e inquietudes del alumnado.
- Difusión de las actividades realizadas en las diferentes redes sociales del centro.
- Evaluación de los programas, responsables y memoria final del proyecto.

Metodología empleada en el proceso de evaluación

La evaluación ha sido un apartado fundamental en el proyecto, se ha evaluado a todo el alumnado del centro, desde la etapa de Educación Infantil hasta la etapa de Educación Secundaria. Nuestra evaluación ha sido cuantitativa, cualitativa, continua, sistemática y global valorando en todo momento el progreso y desarrollo del alumnado a lo largo de todo el proyecto.

También he de decir que no solo se ha evaluado el proceso de aprendizaje del alumnado, sino que también se ha evaluado el proceso de enseñanza del profesorado en el desarrollo de las diferentes actividades propuestas tal y como marca la normativa vigente.

Muchas de las entidades que han participado en charlas y talleres nos han pasado al término de la misma una hoja de evaluación y cuestionario para que pudiéramos valorar su trabajo en el centro escolar en torno a los objetivos propuestos.

Nos centramos en evaluar al alumnado desde un punto de vista competencial, es decir, valorando si nuestros chicos y chicas son capaces de aplicar lo que han aprendido en las diferentes actividades del proyecto en un contexto real de práctica subrayando la importancia del **enfoque competencial actual de la enseñanza**

Para evaluar a nuestro alumnado en las diferentes actividades propuestas hemos tenido una serie de criterios vinculados con los procesos de: participación en la actividad, grado de dominio de los contenidos trabajados en la actividad, esfuerzo y trabajo durante la actividad, comportamiento a lo largo de la actividad.

La evaluación del proyecto y de las diferentes actividades planteadas y realizadas se han evaluado mensualmente en las reuniones docentes realizadas: reuniones de equipo de ciclo y reuniones de claustro docente. Estas reuniones son muy provechosas para el proyecto ya que en ellas extraemos conclusiones constructivas sobre la planificación y realización de las propias actividades.

Mensualmente los alumnos son citados en la “Reunión de delegados”, espacio en el que también intercambian impresiones sobre las actividades propuestas en el centro educativo. La reunión de delegados es una oportunidad en la que nuestros alumnos pueden valorar positivamente o negativamente las diferentes actividades que estamos realizando.

Hemos utilizado variedad de **indicadores e instrumentos** a lo largo del proceso como por ejemplo: encuestas a las familias sobre los hábitos de alimentación saludable, los registros mensuales que los tutores realizan con el alumnado, el uso gamificado de la aplicación Class Dojo para controlar el desayuno saludable en coordinación con el tutor y el especialista a través de la aplicación móvil, los debates en las tertulias dialógicas sobre los beneficios de realizar actividad física y mantener una alimentación sana, rúbricas para valorar la consecución de los objetivos en las diferentes actividades del proyecto, etc.

Así mismo, desde el área de Educación Física utilizamos la Batería “Alpha fitness” para evaluar el grado de condición física del alumnado en Educación Primaria y Educación Secundaria como indicador del nivel de salud que tiene nuestro alumnado debido a la alta relación existente entre niveles de fuerza y estado de salud de la persona.

La puesta en práctica de las numerosas actividades del proyecto “Healthy Habits, Strong Future” tienen un impacto muy positivo en la salud de la población diana respecto a la mejora y aumento de los cambios alimenticios y la práctica de actividad física.

Así pues, se ha producido un aumento del número de alumnos que asisten al comedor escolar respecto al año anterior con lo que comen una dieta más equilibrada y saludable que en sus hogares, también hemos conseguido que un 70% del alumnado etapas de Educación Infantil y Educación Primaria traigan bocadillo, agua y fruta en lugar de bollería industrial, zumos o refrescos.

Respecto al ámbito de actividad física, hemos valorado un incremento de asistencia del alumnado a actividades extraescolares, las cuales son organizadas por la Fundación MIES a realizar actividades deportivas: fútbol sala, baloncesto, talleres, juegos populares, etc. También hemos observado un aumento de participación por parte de las niñas en actividades como por ejemplo: el campeonato de fútbol de los recreos activos e inclusivos, la carrera solidaria Save The Children, los retos motrices mensuales y las gymkhanas lúdicas.

A la hora de evaluar la condición física hemos notado una ligera mejora en los test de condición física, índice de masa corporal y coordinación. Lo cual al comienzo del curso es un resultado positivo y de mejora y que tiene una incidencia positiva en la salud de nuestro alumnado.

Somos conscientes desde el centro escolar que todavía falta mucho por hacer para lograr que los resultados más positivos se trasladen al barrio. Pues es aquí donde más difícil resulta nuestra actuación. Encontramos familias que están siendo más conscientes de que lo importante es la calidad de la comida y están animando a sus hijos a que practiquen deporte u otras actividades que les alejen del ordenador, móvil y video consola propias de unos hábitos sedentarios.



10. Continuidad y sostenibilidad del proyecto prevista para los próximos años y financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlos.

La continuidad y sostenibilidad del proyecto para los próximos años está asegurada y garantizada por diferentes razones:

- Por la alta motivación en nuestro alumnado para la realización de las diferentes actividades.
- Por los beneficios que repercuten en la salud del alumnado.
- Por caracterizarse el propio proyecto en actividades de bajo coste económico para el centro.
- Por la implicación del claustro y del equipo directivo en el desarrollo de las mismas.
- Por la variedad de objetivos de centro que se trabajan.

La idea de fomentar las actividades deportivas y aspectos saludables surgió al detectar diferentes necesidades y dificultades en el alumnado y familias en hábitos de salud, nutrición y ocio deportivo. Desde la escuela se decidió poner en marcha el proyecto para convertir nuestro centro un espacio saludable, activo y vivo.

Actualmente nuestro proyecto “**Healthy Habits, Strong Future**” cuenta con una dotación económica de 300 euros aproximadamente para gastos de material y organización de actividades dentro del concepto “gastos de funcionamiento del centro”.

Principalmente nuestros gastos se dedican a la reposición de material deportivo como por ejemplo: pelotas, petos, conos, aros, etc. Si bien, he de decir que en el área de Educación Física contamos con unas normas muy estrictas de uso del material deportivo para evitar desperfectos e intentar que el material deportivo nos dure el mayor tiempo posible. Puntualmente pedimos a las familias algún pago de baja cuantía, como por ejemplo “1€” para el autobús en la Jornada deportiva de convivencia.

Además también estamos implicados dentro de la red de centros de Agenda 2030 escolar Albacete por lo que recibimos una dotación económica de 750 euros para diferentes gastos como por ejemplo: el huerto escolar, alimentación saludable, etc.

Además debo mencionar que todos los años realizamos en el centro una Rifa Navideña con patrocinadores y empresas de la localidad con la que obtenemos recursos económicos para los diferentes proyectos del centro.

Dichas cuantías se justifican con cada gasto y actividad en la administración educativa. El protocolo de documentación a presentar desde el coordinador del proyecto.

1. Relación de movimientos, extraído del programa de gestión GECE.
2. Fotocopias de las facturas o documentos contables de valor probatorio.

11. Planteamiento innovador y original.

Iniciamos el proyecto “**Healthy Habits, Strong Future**” en el mes de septiembre de 2022 con mi llegada al centro. Analicé las actividades que anteriormente se habían estado realizando e incorporé algunas más, fruto de la experiencia que había obtenido en otros centros escolares en los que había trabajado anteriormente. Nuestro proyecto busca ser original y al mismo tiempo trabajar diferentes aspectos de la salud como por ejemplo:

- La mejora de la condición física a través del juego.
- El disfrute por realizar actividad física mediante tareas deportivas.
- El autocuidado personal mediante una correcta higiene personal.
- El fomento de una alimentación sana evitando ultraprocesados.
- La correcta concienciación de una óptima educación postural.
- La actividad física y el deporte como un nexo de unión en las relaciones sociales de las personas.
- El respeto por las normas y reglas en los juegos y deportes.

¿Qué enfoque intenté incluir con mi llegada al centro y el presente proyecto?

Las dificultades a superar en nuestro centro educativo y entorno más próximo son complejas y variadas debido al contexto geográfico en el que se encuentra nuestra escuela:

- Escasos hábitos de alimentación saludable en las familias. Carencias derivadas de la calidad de la comida y su organización. Sólo un 30% de nuestro alumnado come en el comedor garantizando una comida saludable y equilibrada al día. Por ello, desde el centro se ofertan talleres y charlas para que las familias conozcan y adquieran hábitos saludables en nutrición.
- El sedentarismo es muy corriente en nuestro alumnado. Muy poco alumnado practica alguna actividad física fuera del entorno escolar. Por ello, desde el centro educativo ofrecemos variedad de deportes alternativos y actividad física para que puedan tener herramientas suficientes para ocupar el tiempo libre de forma activa y saludable. También potenciamos los talleres desde todas las entidades cercanas al barrio.
- Fomentar una correcta convivencia e integración social. Ayudando a superar los conflictos desde el diálogo y el respeto. En el centro educativo contamos con un modelo de prevención y resolución de conflictos a través de los principios dialógicos que aplicamos desde todas las áreas y todo el profesorado.
- Cultura de la marginalidad y poco valor a la educación.
- Falta de hábitos y normas en algunas familias. Falta de oportunidades que ven los alumnos en sus propias familias.

- Excesivo uso de las tecnologías por parte de cierto alumnado, que deriva en falta de sueño y de rendimiento, así como mayor irritabilidad en la jornada lectiva.
- Vencer el sexismo y androcentrismo a través del deporte y la actividad física. ¿Cómo hemos inculcado valores en nuestro alumnado para evitar la discriminación por razón de sexo? Hemos visibilizado el papel de la mujer de diferentes maneras:
 - ✓ Realizando lecturas educativas del libro “De niñas a leyendas”.
 - ✓ Haciendo agrupamientos mixtos y coeducativos en las sesiones de Educación Física.
 - ✓ Implementando un lenguaje no sexista en nuestra comunicación.
 - ✓ Promoviendo actividades físicas alejadas del enfoque masculino tradicional.
 - ✓ Visualizando vídeos de referentes femeninas actuales del deporte.
 - ✓ Haciendo un mural en la puerta del gimnasio con imágenes de referentes femeninas del deporte.
 - ✓ Poniéndole el nombre de jugadoras de la selección española a los equipos de fútbol del torneo de fútbol de los recreos activos e inclusivos.
 - ✓ Formando equipos mixtos en los torneos deportivos y agrupamientos en las gymkhanas.
 - ✓ Participando en la carrera “Por el derecho a ser niña”.
 - ✓ Celebrando el 8 de Marzo con actividades interactivas sobre referentes femeninas del deporte, etc.

Por otro lado, también observamos una serie de oportunidades a tener en cuenta en el desarrollo de nuestro proyecto, las cuales, resumo de la siguiente manera:

- ✓ La educación va evolucionando y cada vez se centra más en enseñar a ser.
- ✓ Las familias entran en el centro.
- ✓ Voluntariado proveniente de entidades del barrio y de Albacete.
- ✓ Intento por cambiar la mala fama del barrio y el centro resaltando los aspectos positivos (por ejemplo a través de las RRSS, periódico,...)
- ✓ Trabajo conjunto con las entidades del barrio (Secretariado Gitano, Hijas de la Caridad, Atenea...)
- ✓ Las madres y padres han sido alumnos/as del centro y le dan más valor.
- ✓ Profesores que llevan muchos años en el centro.
- ✓ El trabajo de la convivencia mantenido en el tiempo.
- ✓ Formación del alumnado en mediación.
- ✓ Los años de evolución del propio proyecto.
- ✓ Profesorado altamente formado y cualificado.
- ✓ Trabajo conjunto de los equipos docentes.
- ✓ Interiorización de las normas de convivencia en el centro y en el aula.

En el comienzo de curso presentamos el proyecto “Healthy Habits, Strong Future” a nuestras familias a través de las reuniones establecidas en la comisión de familias y voluntariado así como en las reuniones grupales con los diferentes tutores. Los compañeros docentes ayudaron todo el curso escolar a impulsar estas actividades. Además contamos con un grupo docente muy implicado en la difusión de las actividades realizadas en el proyecto en las redes sociales del centro.

Nuestras fortalezas como centro educativo radican en que en el colegio CEIP SES AA La Paz de Albacete, los maestros trabajamos de forma voluntaria porque creemos en el poder de transformación de la educación. Somos docentes funcionarios de carrera que venimos a este centro tras una evaluación por la administración. Nuestra llegada al centro se fundamenta en enseñar con nuestras mejores intenciones, pero también a aprender de otros en un entorno educativo proactivo. Y creemos que ahí radica nuestra mejor virtud para innovar y dotar de originalidad nuestras actuaciones.

“Healthy Habits, Strong Future” cuenta con 90 actividades aproximadamente. El dato más significativo es que son actividades con un bajo coste económico y con las que hemos conseguido unos resultados muy positivos y demostrables en las conductas y comportamientos de nuestro alumnado. Así pues hemos sido capaces de conseguir:

- Aportar desayunos saludables y caminar hasta el centro.
- Hacer partícipe al alumnado del dentro en los partidos del campeonato de fútbol de los recreos activos e inclusivos, su papel de rol de árbitro, dentro del Modelo de enseñanza de Educación Deportiva.
- Establecer estaciones de juego en los recreos activos e inclusivos para que tanto niñas como niños ocupen las zonas centrales de juego, y así, las niñas no queden relegadas a espacios secundarios del patio (recreos activos e inclusivos).
- Mejorar la convivencia con más actividades en los recreos activos e inclusivos.
- Fomentar la participación de niñas y niños en el torneo anual de fútbol de los recreos activos e inclusivos
- Hemos conseguido que niños y niñas sean capaces de jugar juntos en equipos mixtos promoviendo una enseñanza coeducativa.
- Interés por el deporte y salud fuera del centro en niños y familias.

Actualmente en el presente curso 2024 /2025 continuamos en la misma línea de trabajo con actividades y propuestas que formen parte de nuestro proyecto educativo y se asienten en nuestra seña de identidad como centro saludable.

Este curso pondremos en marcha múltiples actividades como dibujar y decorar nuestro patio de recreo, afianzar la correcta alimentación que nuestro alumnado está trayendo a la hora del almuerzo (ahora apenas traen bollería industrial, ni zumos), hemos trabajado mucho por concienciar a los alumnos y familias para que traigan bocadillo, fruta y agua.

Nuestra premisa es dar siempre la mejor educación posible. Por ello nuestro planteamiento no ha sido trabajar las actividades de forma aislada, sino dar un pasito más e integrar las actividades del proyecto en nuestras actividades cotidianas del centro y de su ritmo diario como en los recreos activos e inclusivos, salidas escolares, asambleas, lecturas dialógicas deportivas, talleres de alimentación y un largo etcétera...Lo cual conlleva un esfuerzo mayor, pero más significativo para el aprendizaje de nuestra comunidad de aprendizaje.

Para conseguir este objetivo tan ambicioso se eligieron una serie de responsables y diferentes programas temáticos que abarcaran las diferentes realidades del proyecto. Aquí se recopila todo nuestra andadura hasta la presente fecha de nuestro proyecto. En él integramos todo aquello que impulsa y mejora la salud, alimentación, actividad física y la prevención.

A continuación destaco los programas y sus responsables:

1. Educación deportiva. (Antonio Pardo Martínez, maestro de Educación Física en Primaria).
2. Descansos activos. (Patricia Maeso Page, tutora de 2º Educación Primaria).
3. Evaluación de la condición física y hábitos saludables. (Miguel Serrano Morote, especialista de Educación Física de secundaria)
4. Desplazamiento activo al centro. (Jesús Montero Sánchez, tutor de 1º Educación Primaria)
5. Deporte en familia. (María Teresa Trujillo Serrano, tutora de 5 años).
6. Hábitos saludables. (Rosalía García Ruíz, tutora de 3 años).
7. Recreos activos e inclusivos. (Raúl García Alarcón, tutor de 3º Educación Primaria)
8. Actividades físico-deportivas complementarias. (Arturo López Blázquez, tutor de 4º ESO)
9. Uso de las TIC en el proyecto. (Ana Belén Medrano Martínez, tutora de 3º ESO).

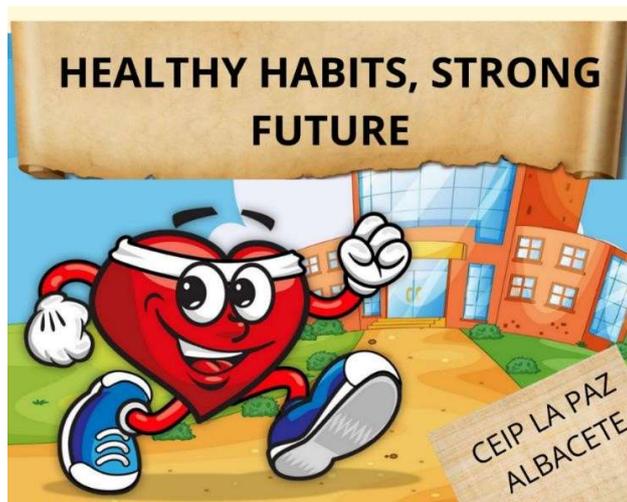
Enlace a las evidencias del proyecto:

https://drive.google.com/drive/folders/1RR-A_7oyHPaS44qoJo6raOhXgZ3JJdcF?usp=sharing

Vídeo resumen del proyecto:

<https://drive.google.com/file/d/1tA9URlawWnfZM442qZEZpDaLbSUH2nsV/view?usp=sharing>

Enlace al blog del centro: <https://comunidadaprendizajelapazdealbacete.blogspot.com/>



12. Inclusión de criterios de sostenibilidad y relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030.

En nuestro centro estamos muy concienciados con la sostenibilidad y los objetivos de desarrollo sostenible de Agenda 2030 ya que formamos parte de la red de Agenda 2030 escolar en la localidad de Albacete.

El coordinador de Agenda 2030 en el CEIP LA PAZ de Albacete es Arturo López Blázquez, tutor de 4º ESO. Las líneas de actuación que estamos trabajando actualmente en el centro con nuestro alumnado de Educación Infantil, Primaria y Secundaria son las siguientes:

- Desayunos saludables y alimentación saludable.
- Móvil home. Para reducir el uso del móvil en el alumnado de 6º de Educación Primaria y Secundaria.
- Árbitros en los recreos activos e inclusivos. Para mejorar la convivencia del centro.
- Menos residuos y más papeleras. Concienciando al alumnado en hábitos de reciclaje y cuidado del entorno.
- Huerto escolar: Inculcando una adecuada concienciación ambiental y el conocimiento de alimentos saludables.
- Elabora tu bocadillera. Con el objetivo de reducir el uso de plásticos y que nuestro alumnado aporte el desayuno saludable de forma sostenible.
- El insultómetro. Con la finalidad de mejorar el respeto entre iguales.

Anualmente participamos en cuatro comités que se celebran en la sala de audiovisuales donde un representante de Agenda 2030 visita al centro. En ese comité varios alumnos representantes de cada aula acompañados de varios docentes cuentan qué actividades se están trabajando en el centro, qué dificultades se están encontrando y qué impresiones tienen acerca del proyecto y de las actividades realizadas.

En el mes de Mayo acudimos a la “Confint”, un proceso educativo medioambiental que busca el compromiso y la responsabilidad de los y las jóvenes frente a la crisis ambiental que sufre nuestro planeta que se celebra en el Jardín Botánico de Albacete y allí nuestros representantes del centro (alumnos y maestros) explican al resto de centros qué actividades hemos trabajado mostrando vídeos y materiales creados por nosotros mismos.

La implementación de la Agenda 2030 escolar, como proyecto significativo, en nuestro centro escolar implica adoptar una serie de medidas y estrategias que promuevan el desarrollo sostenible, la conciencia ambiental y la participación de la comunidad escolar en la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Para ello, seguimos una serie de pasos con los que llevamos a cabo nuestro proyecto de Agenda 2030:

1. Concienciación y formación: Es importante que toda la comunidad escolar, incluyendo estudiantes, profesores, personal administrativo y padres, estén familiarizados con la Agenda 2030 y los ODS. Lo hacemos a través de charlas, talleres y materiales educativos.

2. Integración en el currículo: Incorporamos los ODS en el currículo escolar de manera transversal. Creamos actividades y proyectos relacionados con los ODS que se adapten a las materias y edades de los estudiantes.

3. **Proyectos educativos:** Fomento la realización de proyectos educativos relacionados con los ODS. Por ejemplo, realizamos en el centro campañas de concienciación, actividades de voluntariado, etc.
4. **Medición y seguimiento:** Establecemos indicadores para medir el progreso en la implementación de los ODS en la escuela. Llevamos un registro de las actividades realizadas y los resultados obtenidos.
5. **Participación estudiantil:** Animamos a los estudiantes a participar activamente en la planificación y ejecución de proyectos relacionados con los ODS. Esto les permite desarrollar habilidades de liderazgo y responsabilidad social.
6. **Colaboración:** Buscamos alianzas con otras instituciones educativas, organizaciones no gubernamentales, empresas y entidades gubernamentales que trabajan en proyectos relacionados con los ODS.
7. **Ecoeficiencia:** Implementamos medidas para reducir el impacto ambiental de la escuela, como el ahorro de energía y agua, la gestión de residuos y la promoción de la movilidad sostenible.
8. **Sensibilización:** Organizamos eventos y campañas de sensibilización sobre los ODS, como charlas y exposiciones. Invitamos a expertos medioambientales de Agenda 2030 de la localidad de Albacete para enriquecer el conocimiento de la comunidad escolar.
9. **Rendición de cuentas:** Comunicamos regularmente los avances en la implementación de la Agenda 2030 en la escuela. Lo hacemos a través de informes anuales informativos.
10. **Involucramiento de familiares:** Animamos a los familiares a participar en actividades relacionadas con los ODS y a apoyar a sus hijos en proyectos escolares.



Seguidamente muestro algunas actividades realizadas en el centro educativo conectadas con los diversos objetivos de desarrollo sostenible de la Agenda 2030

OBJETIVO	ACTIVIDADES
1. Fin de la pobreza.	Participación en la carrera solidaria “Save the children” con una aportación económica individual para las poblaciones más desfavorecidas.
2. Hambre cero.	Charlas de concienciación al alumnado para luchar contra el desperdicio de alimentos tomando decisiones sostenibles sobre la alimentación.
3. Salud y bienestar.	A través de las actuaciones de actividad física expuestas en el apartado 6 del proyecto: recreos activos, torneos deportivos, gymkhanas, aseo personal, desayunos, etc.
4. Educación de calidad.	Mediante la aplicación de metodologías activas centradas en el alumno con unas orientaciones didácticas participativas, flexibles y abiertas.
5. Igualdad de género.	Actividades propuestas por la comisión de igualdad: talleres de convivencia, mural por el día contra la violencia de género, lenguaje igualitario, etc.
6. Agua limpia y saneamiento.	Charlas y vídeos sobre el consumo responsable del agua para contribuir a un buen uso de la misma y no derrochar.
10. Reducción de las desigualdades	Todas nuestras actividades buscan reducir las desigualdades entre niños y niñas con agrupamientos mixtos y fomentando la participación de todos y cada uno de ellos mediante una enseñanza participativa e individualizada.
11. Ciudades y comunidades sostenibles	Realización del “Reto Plogging: cuida tu entorno” para mantener nuestro entorno más cercano limpio y sostenible.
12. Producción y consumo responsable	Talleres sobre el consumo responsable, el uso de material reciclado y normas de cuidado del material.
13. Acción por el clima.	Charlas sobre el cambio climático concienciando al alumnado sobre la importancia de cuidar el medio ambiente. Utilizando la pizarra digital y vídeos educativos sobre el tema.
14. Vida submarina.	El 8 de Junio celebramos el Día Mundial de los océanos visualizando vídeos y elaborando murales en las aulas.
15. Vida de ecosistemas terrestres.	El 5 de Junio celebramos el Día Mundial del Medio Ambiente visualizando vídeos y elaborando murales en las aulas sobre los animales y flora marina.
16. Paz, justicia e instituciones sólidas.	El día de la Paz celebramos la carrera solidaria “Kilómetros de solidaridad” de Save The Children.
17. Alianzas para lograr los objetivos	Guardamos una especial relación con diversas entidades del barrio y localidad para alcanzar nuestros objetivos: ayuntamiento, hospital general, secretariado gitano, etc.



Plantando en el huerto escolar col, lombarda, brócoli, habas y ajos.

D.			
Autorizo a la AESAN OA a la utilización de los datos de carácter personal que consten en las solicitudes para la gestión, organización, concesión y difusión de los premios, así como a la difusión de las memorias de los proyectos que resulten premiados. (marcar con una X la opción)			
SI	X	NO	

3/12/2024