

# DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

## 1.- Denominación del proyecto.

El programa impulsado desde la dirección general de Juventud y Deportes de la Junta de Comunidades de Castilla- La Mancha se denomina “**Proyectos Escolares Saludables**” y está destinado a los centros públicos y privados-concertados de la región.

La selección de estos centros se realiza por concurrencia competitiva a través de una convocatoria anual que coincide con el curso escolar.

Hasta la fecha se han realizado dos convocatorias coincidentes con los cursos escolares 2016/17 y 2017/18. Tales convocatorias se adjuntan en el siguiente enlace.

<http://www.educa.jccm.es/deportes/es/pes-proyectos-escolares-saludables>

El programa surge de una revisión teórica basada en Comprehensive School Physical Activity Program (CSPAP) un enfoque multicomponente por el cual los distritos escolares y las escuelas utilizan todas las oportunidades para que los estudiantes sean físicamente activos, cumplan los 60 minutos de actividad física recomendados por el país cada día y desarrollen el conocimiento, las habilidades, y la confianza para estar físicamente activos para toda la vida , tal revisión plantea que para cumplir esos requisitos se deben fomentar los siguiente ámbitos .

- Actividad física durante la escuela
- Participación de la comunidad educativa
- Educación Deportiva
- Actividad física antes y después de la escuela
- Compromiso con la familia y la comunidad

Las revisiones realizadas también se han centrado en investigaciones sobre calidad y mejora educativa que repercuten en otros ámbitos de desarrollo de los proyectos tales como:

- Duración de los proyectos: 3 años de duración, iniciación, desarrollo, sistematización
- Formación del profesorado
- Creación de una Red de Centros Saludables, donde los centros puedan comunicarse entre ellos, suban el trabajo a realizar, actividades ...
- Dotación económica
- Trabajo en Comunidades profesionales de aprendizaje
- Apoyo a través de Colaboraciones externas: instituciones, empresas, universidades ...

Teniendo en cuenta lo señalado en párrafos anteriores se crean los “Proyectos Escolares Saludables” de Castilla- La Mancha los cuales están formados por diez programas, los cuales deben estar incluidos en el proyecto de trabajo que presentan los centros docentes.

En algunos de estos programas la Administración es quien plantea las actividades y/o propuestas de actuación a desarrollar, y, en otros, son los propios centros quienes planifican y desarrollan las mismas.

- *Programas que la Administración plantea a los centros para su desarrollo y puesta en práctica:*
  - Programa I: Educación Deportiva. A través de este programa se desarrollará en las clases de Educación Física, un planteamiento metodológico mediante el cual contribuir al desarrollo personal y social del alumnado al tiempo que ofrecer una enseñanza del Deporte que destaque sus cualidades y valores educativos y que favorezca la adhesión del alumnado al mismo. (ver anexo 2 )
  - Programa II: Descansos activos. A través de este programa se pretende reducir el tiempo de sedentarismo de los alumnos durante el horario lectivo escolar, por medio de un aumento de la actividad física en el aula. Se trata de incrementar la actividad física durante las clases en las diferentes áreas, realizando ejercicio al tiempo que se trabajan los contenidos curriculares. Las propuestas del programa irán dirigidas al alumnado de Educación Infantil y Primaria.
  - Programa III: Evaluación de la condición física y hábitos saludables. Bajo este programa se pretende crear un registro sistemático y periódico de información con relación a los hábitos saludables de los escolares castellano – manchegos (patrones de actividad física practicada, la conducta sedentaria y el estado de condición física).
  
- *Programas en los que los centros deben plantear actividades y/o propuestas de actuación para su desarrollo:*
  - Programa IV: Desplazamiento activo al centro. A través de este programa el centro realizará propuestas para promocionar y facilitar el desplazamiento habitual al centro educativo caminando o con un medio de transporte activo (bicicleta, patines, patinete, etc.).
  - Programa V: Deporte en familia. Bajo este programa los centros deberán realizar propuestas de práctica de actividad física y deportiva que incluyan la participación conjunta de padres/madres e hijos.
  - Programa VI: Hábitos saludables. Por medio de este programa los centros deberán planificar actuaciones y/o actividades dirigidas a los diferentes niveles educativos y relacionadas con los siguientes hábitos saludables: alimentación equilibrada, higiene personal y postural, pautas para la realización de actividad física saludable, nociones de primeros auxilios ante accidentes producidos durante la práctica de actividad físico-deportiva, prevención en el consumo de sustancias adictivas, etc.

- Programa VII: Recreos con actividad físico-deportiva organizada. A través de este programa los centros deberán planificar actividades físico-deportivas organizadas en el tiempo y el espacio del recreo, dirigidas a los diferentes niveles educativos, y adaptadas a las necesidades e intereses de alumnos y alumnas.
- Programa VIII: Actividades físico-deportivas complementarias. Bajo este programa, los centros recogerán todas aquellas propuestas y/o actividades físico-deportivas, dirigidas a los diferentes niveles educativos que, estando organizadas por el propio centro o mediante colaboración con otras entidades, formen parte de la Programación Didáctica y respondan a elementos marcados por el Currículo de la materia de Educación Física y constituyan un complemento al mismo. Las propuestas que se planteen en este programa deberán ser obligatorias y gratuitas para el alumnado y tendrán, además, un carácter diferenciado de las propiamente lectivas, por el momento, el espacio o los recursos que utilicen.
- Programa IX: Actividades físico-deportivas extracurriculares. Por medio de este programa los centros recogerán todas aquellas propuestas y/o actividades, organizadas por el propio centro, o mediante colaboración con otras entidades, que tengan relación con la práctica de actividad físico-deportiva y el fomento de la salud y, que favorezcan la apertura del centro a su entorno, beneficiando, de este modo, el desarrollo integral del alumnado, al completar la formación mínima que han de recibir, y el uso de su tiempo libre. Las propuestas que se planteen en este programa deberán ser voluntarias para el alumnado y no tienen por qué ser gratuitas.
- Programa X: Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC'S). A través de este programa se pretende que los centros utilicen recursos digitales como apoyo al desarrollo del proyecto y su difusión.

## **2.-Director/es del proyecto.**

La Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha, a través de la Dirección General de Juventud y Deportes y de los correspondientes servicios de Juventud y Deportes de cada una de las cinco provincias dirige y coordina este Programa (Proyectos Escolares Saludables), siendo consciente y sensible de los alarmantes datos sobre la escasa actividad física y los hábitos poco saludables que se observan durante la infancia y la adolescencia en los escolares de nuestra Región. Estos hábitos poco saludables no sólo son peligrosos para la salud sino que conllevan una baja forma física y una menor autoestima, que en esta edad pueden derivar en un menor rendimiento académico y finalmente en el abandono educativo temprano, es por ello que es la promotora de este Programa.

Cada Proyecto Escolar Saludable estará dirigido por un docente que hará las funciones de coordinador/a (teniendo prioridad, en este caso, los profesores/as de educación física si así lo manifiestan) y contarán, además, con profesores del propio centro docente que deberán responsabilizarse de cada uno de los diez programas que componen los Proyectos, favoreciendo así la implicación de toda la comunidad educativa y puntuando favorablemente los proyectos que tengan como responsables de determinados programas a miembros del equipo directivo, equipo de orientación e incluso miembros del AMPA.

Como medidas de compensación al profesorado participante en estos Proyectos Escolares Saludables, todos los docentes implicados recibirán una certificación (a propuesta por el/la coordinador/a del proyecto) en función del grado de participación e implicación en el mismo, así:

- El “coordinador del Proyecto” puede certificar hasta un máximo de diez créditos de formación por curso escolar.
- El “profesorado responsable de algún programa” podrá certificar hasta un máximo de cinco créditos de formación por curso escolar.
- El “profesorado participante en el proyecto”, en cualquiera de las actividades que se desarrollen podrá certificar hasta un máximo de tres créditos de formación por curso escolar,

Asimismo y, tal como ya se ha señalado anteriormente, uno de los objetivos que se persigue a través de estos Proyectos Escolares Saludables es la búsqueda de la mayor implicación posible de la comunidad educativa. En este sentido, señalar que se valora muy positivamente la participación de agentes externos al centro (ayuntamiento, clubes, asociaciones, centro de salud, protección civil, cruz roja, empresas.....), aspecto este que consideramos crucial.

### **3.- Objetivos, material, y métodos utilizados para su desarrollo.**

El Programa “Proyectos Escolares Saludables”, se inició en el curso escolar 2016/2017 con la selección de 65 centros y se ha continuado en el presente curso escolar 2017/2018, con la selección de otros 59 centros, que hacen un total de 124 centros que han adquirido el compromiso de desarrollar el Proyecto durante al menos tres cursos escolares consecutivos.

Los objetivos generales de este programa se centran en:

- La práctica regular de actividad física, garantizando 60´ de actividad física diaria, antes, durante y después de la jornada escolar, cumpliendo de este modo la recomendación marcada desde la OMS. La actividad física regular es un componente esencial en la adquisición de un estilo de vida saludable y juega un papel esencial en la prevención de enfermedades crónicas, incluidas, las cardíacas, el cáncer y los accidentes cardiovasculares. También permite el fortalecimiento muscular y óseo, puede aumentar la aptitud física, reducir la ansiedad y la depresión y promover la salud mental.
- La mejora de la educación en materia de salud, favoreciendo aquellos conocimientos relacionados con otros hábitos que favorecen la adquisición de un estilo de vida saludable: la alimentación equilibrada, la higiene personal y postural, pautas para la realización de actividad física saludable, nociones de primeros auxilios ante accidentes producidos durante la práctica de actividad físico-deportiva, la prevención en el consumo de sustancias adictivas (tabaco, alcohol), etc., que permitan construir unos cimientos lo suficientemente adecuados como para llegar a la vida adulta sanos y poder disfrutar de una vida plena.
- La institucionalización del proyecto en el centro, formando parte de la propia cultura de este.

## Objetivos específicos

- Plantear nuevas metodologías en las clases de educación física que favorezcan la enseñanza del deporte comprensivo.
- Incrementar la actividad física durante las clases en las diferentes áreas, realizando ejercicio al tiempo que se trabajan los contenidos curriculares, mediante metodologías activas.
- Realizar un registro sistemático y periódico de información con relación a los hábitos saludables de los escolares castellano – manchegos (patrones de actividad física practicada, la conducta sedentaria y el estado de condición física).
- Fomentar el uso del desplazamiento activo al centro.
- Convertir el espacio de los recreos en un tiempo de realización de actividad física organizada.
- Implicar a las familias en las diferentes actividades así como en la adquisición de hábitos saludables
- Modificar espacios fomentando una jornada escolar más activa.
- Realizar actuaciones dirigidas al fomento de la adquisición de hábitos saludables.
- Establecer sinergias con los diferentes sectores de la comunidad educativa.
- Proponer actividades físico-deportivas complementarias y extraescolares.
- Realizar formaciones destinadas al profesorado que favorezcan la mejora del desarrollo de los programas.
- Crear una amplia base de recursos externos e internos relacionados con cada uno de los programas.
- Elaborar material didáctico de utilidad en el programa II: Descansos activos.
- Crear un observatorio de la actividad física a partir de los datos recogidos en el programa III: Evaluación de la condición física y hábitos saludables.
- Usar las Tecnologías de la Información y Comunicación como medio, no solo para difundir los proyectos, sino también para aplicarlas en las propias actuaciones y/o actividades planteadas.
- Crear un red intercentros en el desarrollo de competiciones y actividades deportivas.

Con relación a la metodología utilizada para el desarrollo de este Programa podemos destacar cuatro fases, una primera fase de revisión, una segunda fase de diseño (ya explicadas y desarrolladas en el punto 1 “Desarrollo del Proyecto “de este documento), una tercera fase de implementación, y una cuarta de evaluación, que se desarrollará en el punto 6.

En la fase de Implementación los centros, además de implementar las actividades planteadas compartirán las mismas y todos aquellos recursos que se generen a través de una Red Social Privada, “ Red de Centros Escolares Saludables de Castilla- La Mancha” en la que actualmente participan 895 profesores de los diferentes centros seleccionados que se organizan en Comunidades Profesionales de Aprendizaje en torno a cada uno de los diez programas que conforman los Proyectos. ( anexo 3 )

La finalidad de la red es:

- Definir las tareas por programas.
- Favorecer la comunicación entre los centros.
- Realizar una evaluación continua del proyecto.
- Crear bancos de recursos internos.
- Favorecer el trabajo en Comunidades Profesionales de Aprendizaje
- Visualizar el trabajo realizado.

Por último y, en referencia al material utilizado para el desarrollo de los Proyectos, señalar que, desde la Administración se les proporciona a los centros docentes seleccionados material didáctico que les servirá de ayuda para poder implementar aquellos programas que son impulsados desde la misma.

Por otro lado, es importante destacar como valor de este Programa, el hecho que los centros generen y, sobre todo, compartan a través de la Red recursos como consecuencia de la puesta en práctica de las diferentes actuaciones y/o actividades planificadas, creándose así un amplio banco de recursos por programa, que ha sido valorado muy positivamente por los propios centros docentes.

Además de lo señalado, los Proyectos Escolares Saludables cuentan con un Plan de Formación dirigido a los docentes implicados, que se desarrollará a lo largo de los tres cursos durante los cuales el centro educativo esté llevando a cabo su proyecto, con la finalidad de lograr una actuación sistemática y de calidad en las intervenciones a realizar, pues solo de esta forma será posible lograr cambios en los hábitos de los escolares en materia de actividad física, deporte y salud que sean perdurables en el tiempo.

El primer año de formación, los centros realizan tres formaciones relacionadas con los programas de educación deportiva, descanso activos y evaluación de la condición física y hábitos saludables, con un total de 50 horas presenciales.

El segundo año se ha ampliado a los programas de desplazamiento activo y TICs .

Además se realiza la formación de uso y acceso a la “ Red de Centros Saludables de Castilla- La Mancha “

#### **4.-Identificación de las actuaciones realizadas.**

Durante el curso escolar 2016/2017 se han realizado más de 650 actuaciones y /o actividades diferentes, todas ellas están registras en la Red Social Privada y accesibles a todos los centros.

Todas estas actuaciones mencionadas en el párrafo anterior las podríamos agrupar en tres grandes momentos: las realizadas antes, durante y después de la jornada escolar.

*Es importante destacar que una jornada escolar comprende entre 5 y 6 horas diarias en un escenario sedentario, lo cual, considerando los elevados índices actuales de obesidad entre la población escolar, hace necesaria la inclusión de actividad física en tres momentos:*

#### Actuaciones realizadas ANTES de la jornada escolar:

Estas propuestas se han enmarcado, fundamentalmente dentro del programa de Desplazamiento Activo al centro. Destacar, a modo de ejemplo la actividad «Pedibús» (al cole andando), desarrollada por el CEIP Cervantes - Munera/Albacete) actividad que ha consistido en el establecimiento de unos puntos de encuentro en distintas zonas de la localidad de los que parte una ruta "segura" al colegio previamente señalizada y acondicionada por parte del Ayuntamiento y Policía Local y que le ha servido, además, para ser el centro mejor valorado en la Red Star España que coordina la DGT. También se han desarrollado otras propuestas diferentes en otros centros utilizando medios de transporte activo alternativos como el uso de la bicicleta, el patín o el patinete. En algunos centros, como en Ledaña (Cuenca), el 80 % del alumnado se desplaza en bicicleta al centro

#### Actuaciones realizadas DURANTE la jornada escolar:

Para poder alcanzar las recomendaciones de 60´ de práctica de actividad física entre moderada y vigorosa al día, tal como marca la OMS. Aparte del tiempo invertido en las clases de Educación física, los centros han tenido la oportunidad de realizar propuestas de práctica de actividad física que se han desarrollado dentro de los programas de Educación Deportiva, Descansos Activos, Evaluación de la Condición Física y Hábitos Saludables, Recreos con actividad físico-deportiva organizada y actividades física deportivas complementarias.

Destacar, a modo de ejemplo las siguientes experiencias.

- Los encuentros deportivos intercentros, desarrollados en diferentes localidades de la Región como eventos finales en la puesta en práctica del Modelo de Educación Deportiva.
- Las numerosas propuestas de descansos activos realizadas, aumentando, de este modo, la actividad física realizada en el propio aula de clase, y que han permitido que durante este curso escolar algunos centros hayan configurado sus horarios de clase intercalando estos periodos de descanso activo.
- Las diferentes propuestas de actividad físico-deportiva organizadas en el tiempo y el espacio del recreo que han permitido cambios en la configuración de los espacios del recreo y de la dinámica de los mismos con actividades recreativas y deportivas vinculadas a las diferentes motivaciones e intereses del alumnado.
- Por último, destacar todas aquellas propuestas de actividades físico-deportivas, dirigidas a los diferentes niveles educativos que, estando organizadas por el propio centro o mediante colaboración con otras entidades han formado parte de la

Programación Didáctica y respondido a elementos marcados por el Currículo de la materia de Educación Física, han constituido un complemento al mismo, además han tenido un carácter diferenciado de las propiamente lectivas, por el momento, el espacio o los recursos que han utilizado.

#### Actuaciones realizadas DESPUÉS de la jornada escolar:

Estas propuestas se han enmarcado dentro de los programas de Deporte en familia y actividades físico-deportivas extracurriculares.

Destacar, a modo de ejemplo las siguientes experiencias:

- Las numerosas propuestas de actividades físicas realizadas en familia: actividades deportivas, en la naturaleza, de ocio y recreación que no solamente han contribuido a la participación conjunta de padres/madres e hijos sino también a mejorar el clima de convivencia de la familias y el centro educativo.
- Por último, destacar todas aquellas propuestas de actividades físico-deportivas en horario extracurricular organizadas por el propio centro, o mediante colaboración con otras entidades, relacionadas con la práctica de actividad físico-deportiva y el fomento de la salud, que han favorecido la apertura del centro a su entorno, beneficiando, de este modo, el desarrollo integral del alumnado.

#### **5.-La implicación y sinergias de los diferentes sectores que hubieran participado.**

##### **Consejo Saludable de centro.**

- En cada centro deberá constituirse un equipo de trabajo, denominado Consejo Saludable de Centro y designar a un docente responsable de la coordinación del Proyecto.
- Este equipo de trabajo mantendrá, al menos, tres reuniones durante el curso escolar
- Las personas integrantes de éste órgano y las funciones que asumirán serán las siguientes:
  - El director/a del centro. Actuará como presidente y será el encargado/a de la elección del coordinador/a del Proyecto así como de responsabilizar y motivar al profesorado, alumnado y resto de la comunidad educativa para que participen en el mismo.
  - El coordinador/a del proyecto. Debe ser docente y con destino definitivo en el centro que solicite participar en esta convocatoria. Tendrán preferencia, a la hora de su elección, si así lo manifiestan, los/as maestros/as especialistas en Educación Física, en el caso de los Centros de Educación Infantil y Primaria, así como los profesores/as de Educación Física en el caso de los centros de Educación Secundaria. Será la persona responsable de: la elaboración, puesta en marcha, coordinación y evaluación del proyecto, así como actuar de nexo de unión entre la administración y el centro educativo.



- Responsables de cada uno de los programas. Habrá una persona responsable por programa, podrá ser docente o cualquier otro miembro de la comunidad educativa. Excepcionalmente, una misma persona podrá ser responsable de más de un programa diferente. Serán los encargados de desarrollar las actuaciones y/o actividades planificadas en cada uno de ellos.
- Representantes del AMPA. Habrá un máximo de dos representantes que serán elegidos por la propia Asociación y podrán colaborar en el desarrollo del proyecto asumiendo y/o formando parte de la dirección de alguno de los programas.
- Representantes del alumnado del centro. Habrá dos, un chico y una chica que serán elegidos a criterio del equipo directivo. En los centros de Educación Infantil y Primaria serán alumnos/as de 6º de Primaria y, en el caso de los centros de Educación Secundaria serán alumnos/as de 4º de E.S.O. o de Bachillerato. Serán los encargados de trasladar al Consejo Saludable de Centro sus iniciativas y/o necesidades así como colaborar para el correcto desarrollo de las actividades y/o actuaciones proyectadas.
- Representantes de las entidades colaboradoras, Habrá un representante por cada entidad colaboradora, en el caso que el centro que así lo desee, firme compromisos de colaboración con entidades públicas y/o privadas del entorno para el desarrollo de programas y/o actividades concretas del proyecto presentado.

A través de un convenio los tres primeros programas: Programa I: Educación Deportiva, Programa II: Descansos activos y Programa III: Evaluación de la condición física y hábitos saludables cuentan con el apoyo de la UCLM (Universidad de Castilla-La Mancha) “así como la evaluación de los proyectos

El programa de Desplazamiento Activo cuenta con el apoyo institucional de la DGT (Dirección General de Tráfico)

Actualmente se está trabajando con diferentes entidades para establecer convenios de colaboración que repercutan en la mejora de los programas, Decatlón, ACB...

## **6.-La evaluación de proceso y resultados: metodología, indicadores y el impacto sobre la salud de la población diana.**

El impacto que se está ejerciendo en los escolares de Castilla- La Mancha es bastante amplio ya que actualmente 45.230 alumnos/as, 1572 profesores y 124 centros se encuentran implicados en los proyectos.

El proceso de evaluación de los PES consta de una evaluación interna y otra externa. La evaluación interna se lleva a cabo en la propia Dirección General de Juventud y Deportes por parte de personal cualificado. Dicha evaluación se desarrolla en tres fases:

1ª.- En la fase de evaluación inicial (presentación del PES), se constituye una Comisión de Valoración que estará formada por tres funcionarios con destino en la

Consejería de Educación, Cultura y Deportes, en la que, aplicando los criterios de valoración previstos se dictará propuesta de resolución provisional y, tras el plazo de alegaciones pertinente, propuesta de resolución definitiva, asimismo los propios centro han tenido que presentar una autoevaluación de su proyecto ) ( anexo 4 )

2ª.- Durante la ejecución de los proyectos que hayan resultado beneficiarios e incluidos en la Red de Centros Docentes Saludables de Castilla-La Mancha, la Dirección General de Juventud y Deportes, a través de la Red social privada utilizada se realizará un asesoramiento, seguimiento y control de las actuaciones y/o actividades contempladas en los Proyectos seleccionados.

3ª.- Finalmente, al concluir cada curso escolar se realizará una evaluación de la memoria de las actividades desarrolladas anualmente dentro del proyecto, la cual se hace por programa .

La evaluación externa la lleva a cabo la Universidad de Castilla-La Mancha (UCLM). Para ello se firma un convenio de colaboración entre la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha y la UCLM, asignando una dotación económica para la realización de este servicio. La finalidad es tener un órgano no solo evaluador, sino también asesor conforme a los resultados obtenidos.

Actualmente el proceso de evaluación está implementándose, obteniendo los resultados de la misma en julio de 2018.

La evaluación desarrollada pretende los siguientes objetivos:

- Valorar los cambios de hábitos de práctica de Actividad Física (AF) en el colectivo discente.
- Conocer los efectos de los PES en la mejora de la Condición Física (CF) y el estado ponderal (composición corporal) del alumnado.
- Medir la satisfacción de los participantes con los PES (profesores, alumnos y padres), así como determinar la intención de seguir siendo activos (alumnos/as).
- Cuantificar las actividades propuestas/realizadas según su tipología y la participación en éstas.
- Conocer el perfil de los técnicos deportivos que imparten las actividades físicas extraescolares en los PES.

Método.

Diseño.

Para dar respuesta a cada uno de los objetivos propuestos, se llevarán a cabo diferentes estudios de tipo principalmente descriptivo que variarán su naturaleza en función de cada uno de los ámbitos en los que se van a llevar a cabo la recogida de la información.

Variables, instrumentos y procedimiento (mediciones a realizar)

**Niveles de práctica de AF.** Se llevará a cabo toma de datos una vez cada curso escolar. Se pretende conocer el aumento en el porcentaje de población considerada

activa. Se trata de llevar a cabo un seguimiento longitudinal del número de alumnos que practican AF desde que comenzó a implementarse el PES en el centro educativo.

**Componentes de la CF saludable como indicador del estado de salud.** Se aplicarán los test de valoración de CF de la batería Alpha Fitness. Se tomarán datos al inicio y término del programa anual. El objetivo es hacer un seguimiento longitudinal a medio plazo para evaluar la evolución de la CF con la aplicación de los PES.

**Satisfacción con el programa.** En primer lugar, se analiza el enfoque de las actividades para detectar cuáles son las percepciones de los alumnos sobre la prioridad de sus docentes cuando les plantean prácticas físico-deportivas (victoria, habilidad, respecto de las reglas o participación). En segundo lugar, se estudia la duración de las actividades del programa, así como la cantidad de competiciones realizadas a lo largo del curso. Seguidamente, los alumnos informan sobre si los aprendizajes que han realizado les parecen pertinentes y el ritmo de aprendizaje ha sido adecuado a sus necesidades. Por último, se realiza un análisis de la satisfacción de los usuarios (alumnos y padres) con distintos elementos del programa.

- Instrumento: Adaptación del Cuestionario de Evaluación de Programas Deportivos Escolares (Varela, 2007).
- **Intención de seguir siendo activo.** La intención de ser activo se considera como el predictor más próximo de comportamientos y refleja la fuerza relativa de un individuo para mantener dicho comportamiento. Según algunos estudios (Papaioannou, 2000), una actitud positiva hacia la práctica deportiva fue un predictor positivo de que los jóvenes ejecutasen ese comportamiento siete y 14 meses más tarde. Para averiguar si los discentes se sienten estimulados a seguir realizando actividad física fuera del horario escolar, se pueden utilizar diferentes instrumentos:
  - Para Secundaria: Versión de Moreno et al. (2007) de la Intention to be Physically Active Scale (IPAS; Hein et al., 2004).
  - Para Primaria: Escala de intencionalidad de ser físicamente activo en Educación Primaria (Arias, Castejón y Yuste, 2013).
- **Participación en las actividades del programa.** Se trata de elaborar un documento de evaluación cuantitativa de los tipos de actividades y la participación en éstas.  
Tipos de actividades:
  - Actividades puntuales: eventos de promoción y sensibilización, charlas informativas y formativas.
  - Actividades de larga duración: recreos, descansos activos, actividades extraescolares, etc.
- **Perfil de los técnicos deportivos.** El objetivo es el de conocer el perfil de los técnicos deportivos que imparten las actividades físicas extracurriculares. Para ello se utilizarán los siguientes instrumentos:
  - Cuestionario de intervención didáctica y recursos humanos en el deporte escolar en los centros educativos de González (2007). Entrevista estructurada por medio de cuestionario que se compone de 55 preguntas cerradas que recogen cinco dimensiones relacionadas con: las características estructurales

y organizativas de las actividades físico-deportivas extraescolares, las características sociodemográficas de las personas que trabajan en estas actividades, así como las características laborales, los aspectos didácticos y las características formativas de estas personas. Todas estas dimensiones serán evaluadas, salvo los aspectos didácticos para el que se utilizará otro cuestionario.

- Cuestionario de evaluación de la metodología de enseñanza de los deportes de García-López, Gutiérrez y Del Rey (2014). Compuesto de 40 ítems, dos dimensiones de la metodología didáctica de la enseñanza de los deportes, la enseñanza comprensiva y el desarrollo de la responsabilidad individual y social.

## **7.- Continuidad y sostenibilidad del proyecto prevista en los próximos años, y la financiación económica con la que se cuenta para desarrollarlos.**

Como ya se ha indicado, la finalidad de esta instrucción es regular el libramiento de fondos dirigidos a los centros docentes públicos de nuestra Región y en el caso de los centros privados-concertados la ayuda o subvención para que, a partir del curso 2016-2017, desarrollen y pongan en práctica Proyectos Escolares Saludables, que podrán ser renovados anualmente, de acuerdo a los criterios establecidos en la instrucción decimosexta y a la disponibilidad presupuestaria, con el objetivo final de, finalizados estos tres cursos escolares, los centros tengan implantados proyectos lo suficientemente viables como para gestionarlos de forma autónoma.

La cuantía económica a conceder de acuerdo al presupuesto destinada a la implantación de estos proyectos en el primer curso es de 97.500 €, de tal forma que el número de centros educativos cuyos proyectos sean seleccionados se prevé sea de un máximo de 65, teniendo en cuenta que el libramiento ( públicos ) y la ayuda ( privados-concertados) máxima a conceder a cada uno de ellos no excederá de 1.500 euros.

Asimismo, la previsión de libramiento máximo a conceder a estos centros para el desarrollo de los Proyectos Escolares Saludables para los próximos cursos escolares, en función de la disponibilidad presupuestaria existente en cada ejercicio, se estima que sea la siguiente:

- 1.500 euros (Curso 2016/17)
- 1.000 euros (Curso 2017/18)
- 500 euros (Curso 2018/19)

En las siguientes convocatorias de estos proyectos, se podrán incorporar otros 65 nuevos centros, por lo que el porcentaje de los mismos se ve incrementado así como las necesidades presupuestarias. En concreto se estima que para los centros que se incorporen a los proyectos a partir de las siguientes convocatorias serán necesarias las siguientes cuantías:

- Curso 2016/17.- 97.500 euros
- Curso 2017/18.- 162.500 euros
- Curso 2018/19.- 195.000 euros
- Curso 2019/20 en adelante.- 195.000 euros

## 8.-El planteamiento innovador y original.

Los centros escolares constituyen un marco ideal para la promoción de actividad física organizada y durante el tiempo libre mediante un enfoque multi-componente que incluya además del tiempo de práctica de la materia de Educación física, actividad física durante la jornada escolar (recreos, descansos activos, etc.), actividad física antes y después de la jornada escolar y la implicación de toda la comunidad educativa con la intención de crear una cultura de cambio respecto a la promoción y adquisición de hábitos y estilos de vida saludables.

- Permanencia de tres cursos escolares. Los centros, cuyos Proyectos Escolares Saludables sean seleccionados deberán comprometerse a implementarlos durante tres cursos escolares consecutivos. Para ello recibirán una dotación económica que irá disminuyendo año tras año (1500 – 1000 y 500 euros) con el objetivo de contribuir a consolidar el Proyecto en el centro y que éste se puede desarrollar, pasados los tres cursos escolares indicados, de forma autosuficiente.
- Implicación de toda la comunidad educativa. La educación en materia de salud es un “compromiso de todos”, para ello debemos suscitar una mayor concienciación e implicación de los diferentes sectores de la comunidad educativa (alumnado, profesorado, familias, y agentes externos vinculados al centro educativo: ayuntamiento, centro de salud, asociaciones, clubes, empresas...)
- Plan de formación.
  - Se desarrollará a lo largo de los tres cursos durante los cuales el centro educativo esté llevando a cabo su proyecto.
  - Dirigido al profesorado los centros educativos cuyos Proyectos Escolares Saludables sean seleccionados, con la finalidad de lograr una actuación sistemática y de calidad en las intervenciones a realizar, pues solo de esta forma será posible lograr cambios en los hábitos de los escolares en materia de actividad física, deporte y salud que sean perdurables en el tiempo.
  - Se realizará en colaboración con el Centro Regional de Formación del profesorado, será reconocido como formación permanente del profesorado.
- Red de centros.
  - Los centros educativos cuyos Proyectos Escolares sean seleccionados formarán parte de la Red de Centros Docentes Saludables de Castilla-La Mancha.
  - Se utilizará una Red Social Privada como herramienta digital. En esta Red, el profesorado se organizará en Comunidades Profesionales de Aprendizaje en torno a cada uno de los diez Programas que conforman los Proyectos Escolares Saludables.
  - El objetivo que persigue este Red es Triple:
    - Compartir experiencias.
    - Coordinar las acciones a realizar.
    - Apoyo y tutorización a los centros
- Medidas de compensación del profesorado, explicadas en puntos anteriores.

- Los programas I, II, III, X
- I : Modelo de Educación Deportiva, planteamiento metodológico vinculado con el aprendizaje basado en proyectos y otras metodologías como la enseñanza comprensiva y el aprendizaje servicio que combina el proceso de aprendizaje y de servicio a la comunidad a través de un proyecto donde el alumnado adquiere un mayor protagonista en el proceso de enseñanza- aprendizaje
- II: Descansos Activos, de acuerdo a los recientes estudios en el campo de la neuromotricidad se ha demostrado la influencia positiva que tiene la práctica de actividad física con los procesos cognitivos, se propone este programa con el objetivo de fomentar la reducción del tiempo de sedentarismo de los alumnos durante el horario lectivo escolar, por medio de un aumento de la actividad física en el aula.
- III: La evaluación de la condición física, como medio el enfoque innovador consiste en la utilización de instrumentos de evaluación de la condición física a través de la batería APLHA FITNESS y cuestionarios PAQ-C-A y cuestionario de actividades sedentarias + sociodemográfico; cuya finalidad de tener una base de datos de referencia regional para constatar el nivel de condición física de los escolares castellano-manchegos
- X : Tics, incorporación en el aula de recursos digitales novedosos que favorezcan la práctica de actividad física y aumente la motivación del alumnado hacia la misma (apps, y el uso estas herramientas como apertura a la comunidad educativa , creación de web , blogs , webs..
- El modelo de dotación económica que se irá reduciendo cada año durante tres años intentando que finalmente el centro pueda mantener el proyecto sin apoyo económico.

## **9.-La contemplación de criterios de equidad y perspectiva de género.**

Independientemente de las características y tipología de los centros de la región, pueden participar y ser seleccionados todos los centros PUBLICOS Y PRIVADOS-CONCERTADOS de la región, así mismo actualmente la representación de los PES seleccionados se basa en centros de todas las tipologías:

- Centros de infantil y Primaria.
- Centros de educación secundaria.
- Centros Rurales Agrupados.
- Centros de educación Especial
- Centros privados-concertados

Es programa abierto a toda la comunidad educativa que busca una mayor implicación de esta.

El propio programa contempla parte de las estrategias definidas “En el plan estratégico para la igualdad de oportunidades de la Junta de comunidades de Castilla- la Mancha “, se puntúa positivamente el número de actuaciones dirigidas al público femenino así como actividades que fomenten la igualdad, la equidad y el fomento de los valores .