

ANEXO II

MEMORIA JUSTIFICATIVA DEL PROYECTO

XII PREMIOS ESTRATEGIA NAOS-Edición 2018

Proyecto Educativo "SABOR DE VIVIR"

---



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación  
la Ciencia y la Cultura



Escuelas  
asociadas de  
la UNESCO

## **1-Denominación del Proyecto y antecedentes**

El “Colegio Público de Hurchillo ”Manuel Riquelme” desde hace 12 años desarrolla en el centro un proyecto integral que tiene como objetivos centrales una alimentación sana, que tenga bases fundamentales en productos ecológicos con implicación del huerto escolar del Colegio y un trabajo en pro de una vida sana. Este concepto de trabajo está integrado en nuestro proyecto educativo y al mismo tiempo dentro de las directrices de la dieta mediterránea de la UNESCO (como patrimonio inmaterial de la Humanidad).

Destaca en nuestro planteamiento los principios de la estrategia NAOS: Variedad en la alimentación, incremento de la ingesta diaria de fruta, verdura y hortalizas hasta alcanzar cinco raciones al día de estos alimentos. Beber entre un litro y 2 de agua al día. Hacer partícipe a toda la familia y a la sociedad local de las actividades relacionadas con la alimentación saludable .Suprimir las golosinas y los refrescos. Dar importancia al desayuno como medida preventiva de la obesidad infantil. Propiciar que en el almuerzo aparezca una pieza de fruta. Favorecer la merienda como una pauta necesaria para la alimentación.

Todas estas estrategias se complementan con el manual editado por la Consellería de Educación sobre los comedores escolares en que uno de los objetivos importantes esta la eliminación de los fritos y la importancia de las legumbres y que aparezca pescado de dos a tres veces por semana en el menú del comedor.

Este proyecto no es una estrategia sobre el comedor del centro es una estrategia global que intenta hacer “hombre y mujeres” comprometidos en un estilo de vida encaminado hacia una alimentación saludable, ecológica y que valore los productos de cercanía.

Es de destacar como elemento de referencia la publicación realizada por la FUNDACIÓN JOSÉ NAVARRO sobre “Menús Escolares Ecológicos para un planeta verde”, entidad que apoya al centro en las iniciativas de un sana alimentación y que otorgó el PREMIO VERDE al director del centro por su compromiso con el medió ambiente y con la alimentación de temporada.

Este proyecto cuenta con el apoyo de la Universidad Miguel Hernández desde la sede de Ingenieros Agrónomos de la pedanía de Desamparados que han poyado nuestras iniciativa de alimentación ecológica.

“SABOR DE VIVIR” es un proyecto que hace realidad las premisas de la estrategia NAOS los 365 días del año y por eso cuando termina el curso escolar el centro tienen editado un material bajo el título “COMPETENTE SALUDABLE”, prima que durante el verano las tareas fundamentales para realizar sean: actividad física y una sana alimentación (dichos principios lo registran en ese cuaderno de competente editado por el Colegio).

Desde hace 6 años la Consellera de Educación ha considerado a este centro como “Centro Promotor de la Actividad física y deportiva”, propiciando principios de movilidad desde una temprana edad.

Las actividades del proyecto se cimentan en:

1. PRODUCTOS PARA EL CORAZÓN-EL ALMUERZO
2. VIAJANDO POR ESPAÑA
3. COMEDOR SALUDABLE
4. DESAYUNO SALUDABLE
5. LA MERIENDA-¡NUNCA NOS DEBEMOS DE OLVIDAR!
6. JORNADAS DE COMIDA ECOLOGICA
7. LIBROS DE RECETAS
8. EL ZUMO DE NARANJA:”LA VIDA PRÁCTICA”
9. MENUS SALUDABLES
10. COOPERATIVA ESCOLAR “LA CAJITA VERDE”
11. BIT ALIMENTARIO
12. LOS DIENTES, TODA UNA VIDA
13. VIDA SALUDABLE:
  - “NEUROCIENCIA EN MOVIMIENTO”
  - “LA DANZA, UNA APUESTA DE FUTURO”
  - “LA MILLA DE HURCHILLO”
  - CLUB DE SENDERISMO ORCHELLO
  - JORNADAS DE DEPORTE Y SALUD

ESTUDIO DE RESULTADOS

PROPUESTAS DE FUTURO

## **2.-Directores del Proyecto**

Joaquín Marzá Mercé. Director del Colegio. Premio Verde por la Fundación José Navarro. Premio Nacional de Educación. Premio Nacional de Medio Ambiente. Responsable de los proyectos UNESCO

Javier Marcos Botella. Responsable del Proyecto Danza en la Escuela “El Germinar en Movimiento”. Licenciado en Educación Física y Master en Danza.

Arei Souto Abad. Maestro de Primaria-Educación Física y Supervisor de comedores Escolares.

Laura López Blasco. Diplomada en Nutrición Humana y Dietética.

Francisco Pellicer Bisbal – Responsable de comedor. Maestro especialista en Educación Física.

*Equipo de trabajo del Comedor escolar:*

Ana Ayllon Sánchez-Maestra

Antonio Poveda Ruvira-Licenciado en Educación Física

Jaime Pardines Ruiz-Licenciado en Educación Física

Daniel Sevilla Gómez-Experto en huertos escolares ecológicos

José Álvarez Quiles-Licenciado en Educación Física

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

#### **Objetivos del Proyecto**

- 1.-Propiciar en los alumnos una cultura del consumo regular de fruta, como el compromiso de cinco piezas al día.
- 2.-Fomentar hábitos saludables de alimentación y de actividad física en la comunidad educativa, favoreciendo la actividad física también en los adultos.
- 3.-Incrementar el consumo de frutas y legumbres en la dieta semanal y en la dieta de los fines de semana y vacaciones
- 4.- un conjunto de estrategias para favorecer la dieta mediterránea.
- 5.-Desarrollar un conjunto de estrategias para favorecer la alimentación ecológica y de cercanía.
- 6.-Propiciar la participación en este estilo de vida de todos los sectores de la sociedad, involucrando a la administración y a la universidad.
- 7.-Favorecer un almuerzo equilibrado y potenciar la merienda saludable.
- 8.-Potenciar el consumo de fruta y verdura de temporada. Destacando el consumo de naranjas y el consumo de alcachofas como una de las hortalizas destacas de la Vega Baja del Segura.

## **Objetivos Específicos**

- 1.-Valorar la importancia de realizar cinco comidas al día.
- 2.-Valorar la importancia de comer fruta cinco veces al día y fundamentalmente hacer una costumbre durante el almuerzo (en el recreo).
- 3.-Promover practicas saludables de vida que concibe una buena alimentación con la práctica deportiva.
- 4.-Realizar por lo menos una hora al día de actividad fisica-deportiva.
- 5.-Propiciar una serie de hábitos durante el tiempo del comedor.
- 6.-Valorar la importancia de los alimentos ecológicos en el consumo diario.
- 7.-Tener como importancia la actividad del huerto escolar y el valor de los productos de cercanía.
- 8.-Conocer alimentaciones típicas de diferentes lugares de España.
- 9.-Conocer los productos de cada temporada.

Objetivos específicos que impliquen a la comunidad educativa y a la sociedad

- 1.-Propiciar el consumo de productos ecológicos.
- 2.-Participar de forma activa en las jornadas de Comida ecológica que organiza el Colegio Público de Hurchillo.
- 3.-Valora la importancia del consumo de productos de cercanía y de temporada.
- 4.-Poner en evidencia la importancia de la alcachofa en la dieta mediterránea y el apoyo a la Asociación de la Alcachofa de la Vega Baja del Segura.
- 5.-Dar consistencia e importancia a la merienda.
- 6.-Realizar cuando se pueda, desayunos familiares.
- 7.-Propiciar el consumo de pescado de lonja en las familias.
- 8.-Conocer las diferentes técnicas de conservación de alimento y de cocinado por medio de sesiones con cocineros afamados.
- 9.-Difundir las experiencias culinarias del colegio en diferentes libros de recetas.
- 10-Desarrollar una “Milla de Hurchillo” por la población con el fin de realizar senderismo urbano.

11.-Valorar el consumo de productos de kilómetro cero dentro del menú escolar.

12.-Realizar actividades físicas y deportivas donde pueda participar toda la familia y la sociedad.

13.-Dar importancia al consumo de zumo de naranja de forma habitual.

## Material

A lo largo de los años que se desarrolla el proyecto se ha podido poner en marcha diversos materiales:

1-“**Cuaderno del tiempo**” -Todos los alumnos tienen a las 9 de la mañana un tiempo para la Educación Ambiental que posibilita una conciencia de nuestro entorno y el valor que nos rodea. Los cuadernos bajo el título: ¿Qué tiempo hace? son diferentes atendiendo a la edad de los alumnos. Es de destacar que desde una temprana edad trabajan fundamentalmente el desarrollo de estadísticas y gráficas de barras. *(Se incorpora en anexo de papel)*

2-“**Cuaderno del explorador**”-Este cuaderno es un instrumento de trabajo para el huerto escolar y en él se encuentra la clasificación de hortalizas a lo largo del curso escolar para realizar la acción concreta dentro de la actividad del huerto escolar ecológico. *(Se incorpora en anexo de papel)*

3-“**Cuaderno de campo**”-En dicho cuaderno anotan todas las acciones que realizan semanalmente en el huerto escolar; plantar, cuidar, abonar y recolectar en la parcela que tiene el Colegio.

4.-**Libros de recetas**-El Colegio tiene editado tres libros de recetas que son las recopilaciones de recetas realizadas en el colegio para los escolares con los trucos empleados para que los alumnos consuman las verduras de una forma óptima y atractiva. *(Se incorpora en anexo de papel)*

5.-“**Proyecto Azahar-Sacando el Jugo**”-Cuento editado por el colegio que hace referencia a la importancia de la naranja. *(Se incorpora en anexo de papel)*

6.-“**El Agua –El oro Blanco**”-Un materia, editado por el Colegio con el doble objetivo de que los alumnos realicen un consumo responsable del agua y la necesidad de mentalizarse de que hay que beber por lo menos 10 vasos de agua al día. Con la finalidad de que los alumnos se conviertan en verdaderos “agentes ambientales” y propicien una conciencia sobre la importancia del agua en sus hogares y en su entorno, en definitiva en la sociedad. *(Se incorpora en anexo de papel)*

## Método

En primera instancia, las actuaciones iniciales de este proyecto se remontan a hace mucho tiempo iniciándose este proceso en educación Infantil y basada todas ellas en la metodología de María Montessori bajo el principio de la Vida práctica, con la realización de forma semanal de dos acciones:

-Zumos de naranja en clase

-Actividades de vida práctica en el huerto escolar

Esta actividad que con el paso del tiempo se consolidó y propicia la puesta en marcha de un huerto escolar en una pequeña parcela, y posteriormente en una parcela mayor que propicie que todos los alumnos del centro realicen visitas semanales y que al mismo tiempo, sean los alumnos de quinto y sexto los que realicen un trabajo continuo.

El proceso tuvo su implantación más importante con la puesta en marcha de la Cooperativa escolar “**La Cajita Verde**” en la que todos los alumnos del colegio se convierten en socios cooperativistas y los productos que sacan en el huerto los venden al comedor escolar. Las ganancias son repartidas cada tres años a los socios cooperativistas en un cincuenta por ciento para cada uno de ellos y en el otro para UNICEF.

Esta línea metodológica propició una conciencia de nuestro almuerzo y el consumo de fruta de forma regular.

Curso Escolar 2016-2017	El 80% del alumnado consume una pieza de fruta en el almuerzo
Curso Escolar 2017-2018	El 85% del alumnado consume una pieza de fruta en el almuerzo
Curso Escolar 2018-2019	Con los datos registrados en el mes de Diciembre nos encontramos que estamos ante el 90% de los alumnos que consume una pieza de fruta en el almuerzo

La puesta en marcha del comedor escolar trajo consigo una línea de trabajo en la que teníamos la necesidad de que todos los alumnos vieran a la fruta y a la verdura como sus grandes aliados, y por ello, diseñamos y confeccionamos recetas en las que siempre apareciese la verdura `pero que ellos a lo mejor no la vieran pero sí que apreciaran su gusto.

Nuestra línea de trabajo continuó con la necesidad de introducir en la alimentación del comedor productos ecológicos, y que continuará con la puesta

en marcha de unas jornadas de Comida ecológica, en las que la sociedad pudiera apreciar el valor de los productos ecológicos y degustarlos.

El pilar de nuestro proyecto se consolida con la edición de tres libros de recetas y que se complementará con la edición de un cuarto libro de recetas para el curso 2019-2020 “Recetas de Miguel” (Diferentes recetas con productos de nuestro entorno y ligadas a poemas de Miguel Hernández).

En el mismo sentido iniciamos todo un trabajo de conciencia a la sociedad de la sana alimentación y de la actividad física con la creación del Club Recreativo “Orchello” y la puesta en marcha de “La Milla de Hurchillo”.

El último eslabón de nuestro proyecto está en el mundo de la Neurociencia y con la necesidad de realizar acciones físicas antes de poner en marcha nuestro cerebro y por eso se ha realizado en diversos meses actividad física unida con música a las nueve de la mañana.

La metodología empleada es el principio del caracol “Lenta, pero va dejando el rastro” y es por ello que progresivamente las acciones se suceden de forma continua y crean en todos los miembros de la comunidad educativa y principalmente en los alumnos “**un estilo de vida**”.

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

##### **A)-Productos para el corazón el almuerzo.**

El almuerzo es la única actividad en la que participan todos los alumnos de centro y que las acciones son fácilmente conservativas y por ello se puede apreciar de forma continua su evolución.

La importancia en nuestro proyecto de la naranja nos ha posibilitado siempre trabajar el consumo de fruta de forma regular. El objetivo es que en el almuerzo los alumnos traigan una pieza de fruta.

En los datos registrados del mes de diciembre de 2018 podemos apreciar que el 90% consume una pieza de fruta de forma normal y al mismo tiempo hemos conseguido que la totalidad de los alumnos traigan el almuerzo en una bolsa de papel, en una bolsa de tela o un recipiente de tupper dentro de una campaña que estamos realizando 40 colegios de España perteneciente a la RED DE ESCUELAS ASOCIADAS A LA UNESCO, bajo el título de “Desplastificate”).

##### **B) Proyecto Viajando por España**

Es un proyecto que se realiza durante el tiempo del comedor en el que los alumnos realizan un viaje imaginario por diferentes ciudades de España. En este viaje se da a conocer una comida típica, un paraje natural y un monumento típico. Al mismo tiempo un día del mes se realiza una comida especial que está ligada a la ciudad que estamos visitando.

Los monitores del comedor van recordando cada día en la ciudad que estamos realizando el viaje imaginario y al mismo tiempo recuerda los tres aspectos importantes de esta ciudad.

Mes	Ciudad	Monumento Destacado	Paraje natural	Comida típica
Septiembre	Orihuela Comunidad Valenciana	Catedral de Orihuela	El palmeral	Arroz con costra
Octubre	Valencia Comunidad Valenciana	Puertas de Serrano	La albufera	La paella
Noviembre	Barcelona Cataluña	La sagrada familia	Parque natural de Collserola	Canelones
Diciembre	Santander Cantabria	El palacio de la Magdalena	Playa del sardinero	Las Rabas
Enero	Santiago de Compostela Galicia	Catedral de Santiago de Compostela	Monte de Gozo	La Empanada
Febrero	Madrid de Comunidad Madrid	La puerta de Alcalá	El retiro	Cocido Madrileño
Marzo	Toledo la Castilla Mancha	El Alcázar de Toledo	Parque Nacional de Cabañeros	Las migas
Abril	Sevilla de Comunidad Andalucía	Real Alcázar de Sevilla	Parque de Doñana	Gazpacho andaluz
Mayo	Murcia de Región Murcia	Museo Salcillo	Sierra Espuña	Zarangollo
Junio	Orihuela Comunidad Valenciana	Colegio Santo Domingo	Sierra Escalona	Arroz tres puñados

Ejemplo de postres saludables:

**DÍA DE SANTIAGO DE COMPOSTELA**

Castañas con leche

**DÍA DE MADRID**

Rosquillas “tontas” de San Isidro

**DÍA DE TOLEDO**

Puches toledanas

**DÍA DE SEVILLA**

Los Mostachones de Utrera

## DÍA DE MURCIA

Pan de Calatrava con pan (no bizcocho)

Sopa de Ave con fideos	Paella de magro con verduras ECO	Garbanzos estofados ECO	Macarrones con tomate y orégano	Olleta alicantina ECO
Ternera en salsa	Bacalao en salsa Mery	Tortilla francesa con champiñones	Merluza encebollada	Pollo a la naranja
Ensalada Multicolor (lechuga, lombarda, pepino)	Ensalada Siciliana (lechuga, tomate, olivas)	Ensalada de tomate, lechuga, lombarda	Ensalada de la Huerta (lechuga, pepino, zanahoria)	Ensalada atún, maíz, tomate
Yogur	Fruta del tiempo ECO	Fruta del tiempo ECO	Fruta del tiempo ECO	Fruta del tiempo ECO

## DÍA DE ORIHUELA

Arroz con leche

### **C) Comedor Saludable**

Un principio básico de nuestro comedor es que sea un comedor saludable y es por ello la limitación de fritos es muy importante y consumimos fruta ecológica desde hace años y en la actualidad las legumbres también son ecológicas.

Es de destacar la importancia de la ensalada, todos los días y la importancia del consumo de pescado que aparece de dos a tres veces por semana.

La semana anterior a las jornadas de comida ecológica, todos los platos que se consumen van con alcachofa (las alcachofas son regaladas al colegio por la asociación de la alcachofa de la Vega Baja). El resultado es cada vez más positivo-la respuesta de los niños es satisfactoria en más del 95%.

El pan integral forma parte de la rutina de nuestro comedor. Se trabaja en fruta de temporada que sea normalmente de la propia zona.

#### **D) Desayuno Saludable**

El centro lleva realizando desde hace más de cinco años una campaña de desayuno saludable en las familias. Por medio de acciones que realizamos con los alumnos pretendemos cambiar la fórmula del desayuno. En primer lugar para que sea un tiempo de convivencia y luego para que se tomen diferentes elementos que compongan esa dieta equilibrada.

Este trabajo se complementa con un almuerzo basado en fruta principalmente.

La otra parte de este plan es realizar en el comedor una vez al año un almuerzo saludable y en el que los alumnos de cada curso de forma conjunta almuerzan para poder dar valor a elementos que en muchas ocasiones no se dan importancia y en este elemento esta la fruta.

La respuesta de los niños es satisfactoria en un 100% y de esta forma hemos visto que su comportamiento con el almuerzo ha sido más favorable.

#### **E) La merienda- ¡Nunca debemos olvidarnos!**

El Colegio nacional de nutricionistas y dietistas de España señala la merienda como un elemento que no podemos olvidar y no nos lo podemos saltar y que ese tiempo aparezca una pieza de fruta. En ese propósito desde hace dos años, durante unos meses el Colegio regala a todos los niños de infantil la merienda con el fin fundamental que se acostumbren a ese hábito, que en momentos tiende a su desaparición. Con esa acción ayudamos a consolidar las cinco tomas de fruta al día y la importancia de ese tiempo para comer

#### **F) Jornadas de comida ecológica**

El objetivo fundamental de las jornadas es “Ver, oír y degustar”. Desde hace 10 años el Colegio se transforma en una gran sesión de “Master Chef”. Un sábado por la mañana se ha programado sesiones con diferentes expertos para que hablen de elementos sobre la alimentación ecológica. Al mismo tiempo cocineros afamados de la zona participan en demostraciones “in situ” y se complementa con la degustación de un almuerzo saludable y un aperitivo saludable.

Estas jornadas cuentan con el apoyo de la Universidad Miguel Hernández y con la Concejalía de Agricultura del Ayuntamiento de Orihuela.

Programa de las últimas jornadas



## **PROGRAMACIÓN X JORNADAS DE COMIDA ECOLÓGICA- COLEGIO PÚBLICO DE HURCHILLO**

**Día 19 de Mayo sábado**

**Temporalización de 10 a 14 horas**

10 h –Acto inaugural con la presencia del Presidente de la Federación de Padres Gabriel Miró de Alicante, D. Ramón López Cabrera. La alcaldesa pedánea de Hurchillo, señorita Almudena Baldó y la presidenta de la Asociación de Padres del Colegio Público de Hurchillo, Doña Rebeca Gil Hernández.

**10´15-Ponencia 1 “Un almuerzo ecológico, un reto para el futuro”**

Por Señorita Aurelia Baeza Zancanella  
Nutricionista de CATERING-.45

**10´45 -Almuerzo Ecológico**

**11´15-A ponerse el delantal**

Por D. Gustavo Serrano  
***Propietario del restaurante “LOLITA BONITA”***

**12 H-A ponerse el delantal**

Por D. Manolo Castro  
***Propietario del Restaurante “Cosafina”***  
Finalista en el concurso Nacional de tapas, durante siete años  
Uno de los mejores cocineros de la REGIÓN DE MURCIA

**12´45 –Ponencia 2ª-“Muévete tu corazón y tu estómago”**

Por D .David Moya Sánchez  
Nutricionista del Gimnasio Onesport

**13´15 H-A ponerse el delantal**

“Degustación de arroz con boquerones en cama de limón” por el cocinero José López Cabrera- y alumnos de ADIS VEGA BAJA (“LA TAPA DEL ANIVERSARIO,DE LOS DIEZ AÑOS DE JORNADAS”)

**13´30-Clausura por el concejal de Pedanías y por la Concejala de Agricultura del Ayuntamiento de Orihuela**

**13´30-Entrega de Premios del III Concurso de recetas ecológicas**

**13´35 horas-Aperitivo Ecológico**

(Se servirán las tradicionales pelotas al estilo de PILAR BALDO)

**Presentación de la receta “ENSALADILLA DE BROCOLI”** por el Cocinero D Alberto Cecilia

**Durante el tiempo de la jornada (de 10 a 14 horas)**

**“TALLER DE COCINA CREATIVA “para niños, como tema monográfico “EL BROCOLI”**  
**(“YO ME LO GUISO, YO ME LO COMO”)**

Hay que destacar que las jornadas cuentan con el apoyo de la UNIVERSIDAD MIGUEL HERNÁNDEZ, DE LA ASOCIACIÓN DE LA ALCACHOFA DE LA VEGA BAJA. LA FUNDACIÓN JOSÉ NAVARRO  
(Se extenderá un certificado para todos los asistentes. Se entregará posteriormente)

**CONCURSO DE RECETAS DE COCINA**

Los padres/madres que van a participar que comuniquen antes su participación



Cocinero realizando una demostración.



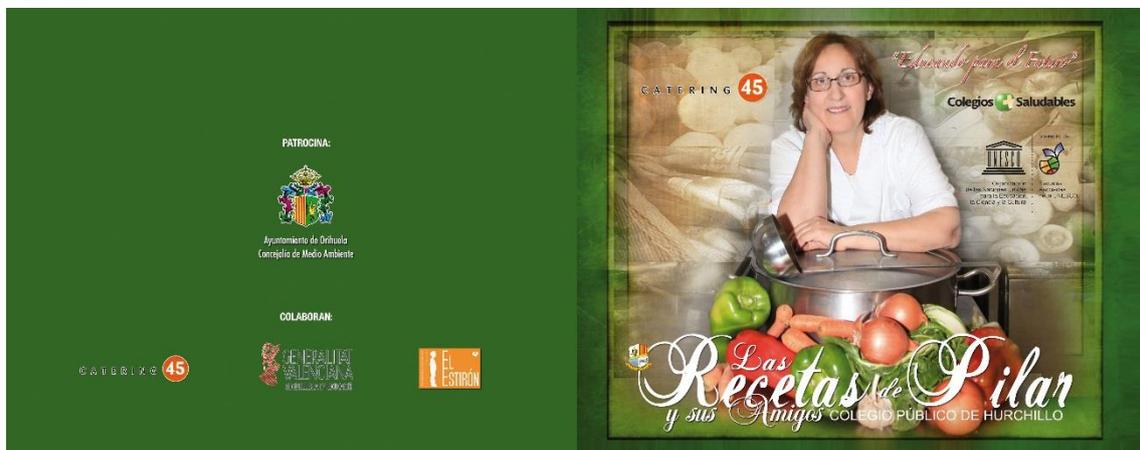
Productos ecológicos.



Montaje de presentación de las Jornadas.

## 5.-Libros de recetas

3 libros de recetas son los que lleva publicado el Colegio con el apoyo del Ayuntamiento de Orihuela, la empresa **CATERING-45** y la Fundación José Navarro



## **6.-El Zumo de naranja “la vida Práctica”**

Desde hace más de 25 años todos los alumnos de infantil realizan un día a la semana zumo de naranja en clase, bajo el principio de la escuela de María Montessori.

Coincidiendo con el Día Mundial de la Alimentación todo el Colegio realiza zumo de naranja. Esta actividad nace bajo el principio “Vivimos en el mundo de la Naranja y no podemos tomar un tetrabrik de naranja, debemos tomar zumo natural dado que vivimos en la tierra de las naranjas”.

El incremento del consumo de naranjas entre los escolares ha sido progresivo y en estos momentos es la totalidad



Acto celebrado el Día Mundial de la Alimentación.

## **7.-Menus saludables**

Nuestros menús se confeccionan bajo el prisma de la dieta mediterránea.

## **8.-Cooperativa Escolar “La Cajita Verde”**

El Colegio Público de Hurchillo, bajo su premisa de hacer de la educación ambiental “Un estilo de vida”, tiene desde hace 25 años un huerto escolar en el que los alumnos del colegio colaboran continuamente en la producción de diversas variedades.

La inquietud del centro por aspectos relacionados con la solidaridad y autonomía del centro se plasman en la puesta en marcha de la Cooperativa Escolar “La Cajita Verde”, una cooperativa escolar con el objetivo de que todos los alumnos/as se convirtiesen en socios cooperativistas, y donde se aprendan valores relacionados con el ahorro, la solidaridad y el reconocimiento del esfuerzo realizado generación tras generación por los agricultores/as.

El modo de funcionamiento establecido fue que cada uno de los alumnos/as pusiera un capital social de un euro para iniciar el camino de esta aventura. En

el proceso inicial se constituyó una junta directiva formada por un alumno de cada curso, de entre los cuales salió elegido el presidente de la cooperativa. Cada dos años la cooperativa reparte beneficios con sus socios.



Plantación huerto escolar

El reparto de beneficios es distribuido en un 50% para los alumnos/as y otro 50% destinado a UNICEF.

La autonomía de la cooperativa La Cajita Verde, no sólo pretende centrarse en los beneficios obtenidos de la recolección de productos agrícolas, sino también mediante la realización de talleres para elaborar productos que se puedan comercializar, como es el caso del taller realizado de jabones artesanos, así como otros productos como perfume de plantas aromáticas del monte de Hurchillo próximo al centro.

Los objetivos que se pretendían conseguir con el **Taller de Jabones Naturales Artesanos** fueron: promover hábitos cotidianos que contribuyan a un uso más responsable de los recursos naturales, tales como el ahorro de energía y agua, la reducción de residuos domésticos (aceites usados), para así contribuir a una mejora del medioambiente y a una higiene personal saludable.



Jabones artesanales.

## **9- Bits alimentarios**

Al terminar el comedor, todos los días se habla a los alumnos de una fruta y una hortaliza, destacando las propiedades de la misma. Cada cierto tiempo cambian las frutas y las verduras, con el objetivo de que en este tiempo de comedor los alumnos inventen cuentos de frutas y verduras y realicen dramatizaciones.

Justificación	Trabajar los hábitos saludables por medio de los bits de inteligencia que ya realiza el Centro en otras actuaciones. Los bits se trasladan al comedor y solamente tienen el objetivo de que el niño conozca diferentes frutas y verduras y que sepa sus beneficios.
Objetivos	-Conocer las propiedades de diferentes alimentos.
Alumnado	Todo el Colegio.
Acciones-procedimientos	Bit Alimentario. -Se presentan diferentes fotografías de verduras y frutas al terminar el Comedor.
Recursos	Fotos de verduras y frutas plastificadas.
Temporalización	De Octubre a Mayo.
Implicación Comunidad	Se traslada lo que hacemos en el Colegio a las casas.

Evaluación	Grado de asimilación de los escolares.
Valoración	El resultado positivo de la acción se comprueba con el paso de los años. Los alumnos que ya han realizado esta actividad en nueve curso escolares, en un 80% conocen perfectamente los beneficios de las diferentes verduras y frutas presentadas.

Grupos	Alumnos
Infantil	20
Primaria	85

## **10) "Los dientes toda una vida"**

A lo largo del curso se realiza una actividad para concienciar a todos los alumnos y a sus padres sobre la importancia de la higiene bucal.

Justificación	La importancia de la limpieza de los dientes dentro del colegio y de la casa.
Objetivos	-Limpiar los dientes. -Valorar la importancia de los dientes para una vida saludable.
Alumnado	Todo el colegio.
Acciones-procedimientos	"Los dientes todo el día". Procedimientos-Talleres de higiene bucal.
Recursos	Fichas y materiales manipulativos.
Temporalización	Una cada trimestre.

Implicación Comunidad	Toda la Comunidad implicada. Notas informativas para concienciar a la Comunidad Educativa.
-----------------------	--

Evaluación	La participación en actividades y el seguimiento diario por medio de una tabla de la limpieza de dientes tres veces al día.
Valoración	Después de pasar diferentes encuestas el resultado obtenido es: Un 60% se limpian los dientes todos los días. Un 30 por ciento se limpian regularmente los dientes. Un 10% se limpian los dientes ocasionalmente.

Grupos	Alumnos
Infantil 3 años	20
Infantil 4 años	12
Infantil 5 años	16
1º de Primaria	18
2º de Primaria	24
3º de Primaria	24
4º de Primaria	24
5º de Primaria	23
6º de Primaria	21

## **11.-La vida saludable**

(Podemos hacer que la mejor medicina para las personas sea el cuidado saludable de su cuerpo por medio de la actividad física).

**A) -“Neurociencia En Movimiento”.** En el Congreso celebrado en Guadalajara por Ministerio de Educación bajo el título **“Educación Física, Neurociencia y aprendizaje”**, uno de los principios que se inscribían es la necesidad de realizar actividad física antes de entrar para realizar actividad intelectual. Ante este planteamiento se puso en marcha la actividad.” Neurociencia en movimiento” en la que, durante el mes de mayo, tres días a la semana realizan los alumnos actividad física con música de la mano de un experto en danza.

El último día de la semana se propiciaba que entraran los padres para participar de la actividad.

El resultado es altamente satisfactorio

Alumnos	El 98% se siente satisfechos con la actividad
Padres y Madres	El 50% se siente satisfecho con la actividad, su participación fue solamente de un 20%
Socialmente	Registramos una felicitación importante de la sociedad por dicha iniciativa
Administrativamente	Nos hemos sumado a la iniciativa de realizar tres horas a la semana de educación física en todos los cursos
Comunidad educativa	Más del 60 % de los alumnos hace actividad deportiva fuera del horario escolar
Actividad física los fines de semana	Un setenta por ciento de las familias realizan alguna actividad física conjunta-Senderismo principalmente



Neurociencia en movimiento en el patio del colegio.

### **B) "La danza, una apuesta de futuro"**

El Colegio Público de Hurchillo apuesta por la danza y la expresión corporal en sus aulas y cuenta también con un curso de danza, inaugurado el pasado curso y establecido como una actividad extraescolar para la etapa de Educación Primaria, organizada también por el proyecto "El germinar del movimiento", en el cual, se ofrece a aquellos niños y niñas que estén interesados en la danza, la formación base necesaria para un posterior aprendizaje de danza profesional y cuyo resultado fue la puesta en escena el pasado 3 de junio en el Teatro Circo Atanasio Die Marín, en Orihuela, de "Effort", un espectáculo creado exclusivamente para los alumnos de la actividad por el también coreógrafo Javi Marcos, en el que se hace una reflexión sobre los medios que el ser humano tiene para comunicarse y expresar sus emociones.

El proyecto nace bajo el lema "educar a través de los sentidos para ser más competentes" y su principal objetivo es el de educar a los alumnos y alumnas para que adquieran y desarrollen habilidades y aptitudes que les permitan relacionarse y comunicarse con mayor destreza a lo largo de su vida. Esto se lleva a cabo a través de una nueva materia llamada "*Habilidades psicosociales*", en la que se desarrollan cuatro bloques de contenidos: conocer el cuerpo, conocer cómo se mueve, conocer cómo se expresa y conocer cómo se relaciona, donde los alumnos y alumnas conocen y aprenden a utilizar su cuerpo desde el punto de vista anatómico, físico, expresivo - artístico, emocional y social, adquiriendo además habilidades de la inteligencia emocional.

**"El hilo conductor y principal protagonista de todo el proceso es la danza y la expresión corporal"**

El hilo conductor y principal protagonista de todo el proceso es la danza y la expresión corporal, a través de la cual, desde los alumnos y alumnas de tres

años, hasta los de sexto de primaria desarrollan los distintos bloques de contenidos ajustados a su edad evolutiva, siendo el culmen de todo el proceso, una puesta en escena por parte de los alumnos más mayores del centro, donde muestran los conocimientos que han aprendido durante el curso, así como un portfolio digital que recoge todos los conceptos trabajados y permite al docente valorar la asimilación de los mismos por parte de los niños y niñas.



### c) "La Milla de Hurchillo"

#### "La Milla de Hurchillo"

Instalación de un recorrido de una milla por las calles de la población de Hurchillo para realizar senderismo urbano y el trayecto está señalizado por huellas durante el mismo

Justificación	En diferentes colegios ingleses iniciaron una actividad en pro de trabajar los buenos hábitos y combatir la obesidad. La idea es realizar un recorrido cercano del Colegio con un trayecto de una milla.
Objetivos	-Fortalecer la actividad física.
Alumnado	-Todo el Centro.
Acciones-procedimientos	"La Milla de Hurchillo". Procedimientos- El Ayuntamiento, por iniciativa del Colegio, sitúa en la pedanía de Hurchillo un recorrido de una milla señalizado con diferentes pisadas.
Recursos	Señalización del recorrido.
Temporalización	En tres ocasiones al año.
Implicación Comunidad	Toda la Comunidad y toda la Sociedad.

Evaluación	El grado de realización de la milla de forma autónoma. Se ha constatado que muchos vecinos y miembros de la Comunidad Educativa realizan la actividad cuando se programa y muchas veces de forma rutinaria
Valoración	Muy positiva.

Grupos	Alumnos
Infantil 3 años	20

Infantil 4 años	12
Infantil 5 años	16
1º de Primaria	18
2º de Primaria	24
3º de Primaria	24
4º de Primaria	24
5º de Primaria	23
6º de Primaria	21



Plano de la milla.



Señalización de la milla.



Alumnos realizando la actividad.



Displays identificativos.

#### d) “Club de senderismo Orchello”

El Centro, con la colaboración de la Asociación de Padres del Colegio y colaboradores del mismo, ha puesto en marcha un club de Senderismo bajo el nombre “ORCHELLO”, que tiene como finalidad propiciar una vida saludable en torno a los miembros de la Comunidad Educativa.

-Se actúa en todos los ámbitos educativos y la actuación implica a todo el Centro Escolar.

-La participación de la Comunidad Educativa es total.

-Se desarrollan marchas al Cabezo de Hurchillo y actividades en las que participa toda la familia.

-Las medidas emprendidas han sido la sistematización por parte de la Comunidad Educativa de la programación continua de actividades de Senderismo.

Justificación	Nuestro proyecto educativo realiza una apuesta seria por la vida saludable y es lo que propicia la realización de este club de Senderismo que invita a la Comunidad Educativa y a la propia población a realizar actividades senderistas.
Objetivos	-Valorar la importancia de un estilo de vida saludable. -Realizar actividades de senderismo toda la familia.
Alumnado	Todo el Centro.
Acciones-procedimientos	Realizar un club de Senderismo.
Recursos	Apoyo de diversas instituciones.
Temporalización	De Octubre a Mayo.
Implicación Comunidad	Toda la Comunidad.

Evaluación	El grado de participación del alumnado y las familias.
------------	--



Alumnos realizando senderismo en el Cabezo de Hurchillo.

### **“Jornadas de Deporte y Salud”**

Primeras Jornadas de Deporte y Salud con la participación de diferentes deportistas y la realización de una marcha saludable.

Justificación	Un grupo de alumnos del grado de Educación Física, colaboradores del Centro, se ofrecen para realizar unas jornadas en el Centro en donde se planteaba un estudio para ver el grado de actividad deportiva los fines de semana y si esa actividad se realizaba junto a toda la familia.
Objetivos	-Valorar la importancia de la actividad física. -Participar en diferentes actividades deportivas. -Realizar una marcha saludable.

Alumnado	Todo el Centro.
Acciones-procedimientos	Jornadas de Deporte y Salud. Procedimiento-Bajo el asesoramiento de un grupo de expertos se realiza unas jornadas de Deporte.
Recursos	Apoyo del Ayuntamiento y de diversas empresas privadas.
Temporalización	En el tercer trimestre.
Implicación Comunidad	Se implica toda la Comunidad Educativa.

Evaluación	El grado de participación y el grado de resolución de los cuestionarios.
Valoración	El grado de satisfacción de las jornadas fue un 90% y la participación fue total.

Grupos	Alumnos
Infantil 3 años	20
Infantil 4 años	12
Infantil 5 años	16
1º de Primaria	18
2º de Primaria	24
3º de Primaria	24
4º de Primaria	24
5º de Primaria	23
6º de Primaria	21

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

Para que un proyecto se pueda consolidar en el futuro necesita compromiso en primera instancia de la implicación de toda la Comunidad Educativa. En este proyecto se han implicado:

-Todos los profesores del Centro.

-La implicación de los padres ha sido del 90% (este aspecto se ha valorado por las encuestas que hemos realizado y sus contestaciones, por la participación en las actividades programadas).

-El alumno ha participado por completo y con una alta motivación. En estos momentos la totalidad de los alumnos comen fruta en el almuerzo; se ha conseguido que los alumnos y las familias den importancia a la merienda. La participación en actividades deportivas de los alumnos fuera del horario escolar es de más del 50%.

-Personal externo (ha participado).

-Ayuntamiento de Orihuela-Concejalía de Educación.

-Ayuntamiento de Orihuela-Concejalía de Agricultura.

-Ayuntamiento de Orihuela -Concejalía de Deportes.

- Empresa de comedor –CATERING 45.
- Centro de Salud de Orihuela.
- Asociación de Nutricionistas de la Comunidad Valenciana.
- Comité Olímpico Nacional.
- Universidad Católica de Murcia (UCAM).
- Organización Nacional de Ciegos (ONCE).
- Diputación Provincial de Alicante (Área de Deportes).
- Federación Española de Baloncesto.
- Federación Comunidad Valenciana de Pádel.
- Federación Comunidad Valenciana de Tenis.

### **La evaluación del proceso y de los resultados metodológicos, indicadores y el impacto sobre la salud de la población diana.**

La evaluación se ha basado en la observación directa de hábitos, comportamiento y actitudes y se ha dirigido principalmente al estudio del proceso seguido por los alumnos y el resto de la Comunidad Educativa. Para ello se estableció una comisión de valoración que realizó diferentes sesiones y las conclusiones sacadas fueron, una vez analizados todos los datos, las siguientes:

- 1º-La gran mayoría de la población escolar tiene asimilado el hábito de tomar zumo natural como algo cotidiano (***dado que la actividad se realiza más de veinticinco años y todos los cursos la han realizado***).
- 2º-El noventa por ciento de los alumnos toman una pieza de fruta en el almuerzo. Se ha conseguido una concienciación por parte de las familias bajo el principio **“NO ES UN CAPRICHOS, ES UNA NECESIDAD”**.
- 3º-La creación del Club de Senderismo ha propiciado unos hábitos continuos de actividades saludables.
- 4º-La realización de Sábados Deportivos ha propiciado la cultura de hacer deporte en talleres en el comedor de Hábitos Alimentarios han ayudado a la higiene dental y familia.
- 5º-Los fundamentalmente para poder comer fruta y verdura todo el día.
- 6º-La presentación de la fruta de temporada a los alumnos ha conllevado una conciencia de comer fruta de nuestro entorno.

7º-El hábito del consumo de agua para hidratarse de forma continua ha propiciado una cultura de sana conciencia.

8-El desarrollo de actividades de agua ha posibilitado que toda la Comunidad tenga conciencia del ahorro del agua.

9º-Uno de los aspectos más importantes es la idoneidad de la metodología aplicada.

10º-Concienciación a través del comedor escolar de que los fritos aparezcan solamente una vez al mes.

11º-Uno de los aspectos más significativos es la actividad de iniciación deportiva que ha propiciado la realización de deporte por parte de alumnos y padres.

12º-La propuesta de conclusión más importante es la realización de un material bajo el epígrafe de **“SER COMPETENTE EN VIDA SAUDABLE”**, por el cual los alumnos se llevarán en verano para realizar actividades de hábitos saludable durante esos meses estivales.

La valoración ha sido muy positiva y ha supuesto un compromiso total por parte de la Comunidad Educativa. Ha sido un proceso lento pero las obtenciones de los beneficios son muy importantes. El objetivo ha sido, y es, “Tener un estilo de vida”.

Los instrumentos utilizados se han basado en la observación y en una serie de tablas de seguimiento. Muchos de estos aspectos han estado incluidos dentro de la página web con motivo del IV Centenario de Cervantes que ha desarrollado el Colegio.

Datos de valoración para no olvidar:

Acción	Resultados
Comer fruta en el almuerzo.	- 90% de los niños (Se está trabajando para que los adultos tomen ese hábito).
Jornadas de Comida ecológica.	-Participación progresiva, alcanzado unas cifras muy importantes.
Limpieza de dientes.	-Más de un 60% se los limpia tres veces al día.
Zumo de naranja.	-Asimilado al 100% del alumnado y es una premisa muy importante para toda la Comunidad Educativa.

Uno de los aspectos más importante a señalar es el impacto en la salud escolar de todas las medidas que ha propiciado el Proyecto Sabor de Vivir. Hay que destacar, que el índice de obesidad es muy bajo, por no decir que casi nulo. Hemos de destacar que en los indicadores que se han trabajado nos demuestran que la participación de las acciones emprendidas ha sido en más del 90% de las

familias y el impacto que ha tenido en la localidad, ha sido de más del 80%, pero es de destacar que el impacto que se ha tenido a nivel social y comarcal es de tener el centro de Hurchillo como centro referente en alimentación saludable y en políticas de Educación Ambiental y de Vida Saludable.

### **El planteamiento innovador y original**

La originalidad de nuestro proyecto está en la concepción global de estas acciones, no es una acción del comedor, no es una acción del almuerzo, no es una acción de actividad física, no es una acción de hábitos saludables es una concepción global de “estilo de vida”.

Nuestro centro tiene el lema “Educando para el futuro” en el que se basa esta conciencia diaria de trabajo para hacer realidad los propios principios de la UNESCO “Piensa globalmente pero actúa localmente”. Las acciones no son un elemento aislado, son en sí una cadena de hechos que conllevan a una total conciencia de la dieta mediterránea y una gran labor de proximidad en relación a productos como la alcachofa y la granada mollar de Elche. Nuestro proyecto además tiene continuidad con acciones que reviertan en la conciencia diaria de toda la comunidad y de toda la sociedad.

No estamos antes un proyecto escolar, estamos ante un proyecto que nace en la escuela y que llega a los hogares de la comunidad educativa y luego se expande a la propia sociedad. A lo largo de los años hemos avanzado progresivamente y los frutos son visibles en la actualidad.

La innovación radica en el planteamiento y la originalidad reside en que no es una acción concreta es “un estilo de vida” que se desarrolla los 365 días del curso escolar. Este planteamiento propicia unas acciones de continuidad.

### **Proyectos de futuro con consecuencia de lo realizado**

a) **2º Jornadas de “Deporte y Salud:** Una vez realizadas las primeras jornadas con una participación de todo el alumnado y todo el profesorado, y un 50% de los padres y madres, se programa esta segundas jornadas con la intención de continuar el trabajo realizado.

- Un foro para padres.
- Un foro para niños.
- Un foro para “ciudadanos saludables”.
- Un foro práctico con la primera marcha saludable de Hurchillo.

Se realizarán conferencias y sesiones prácticas finalizando todo con una marcha en la que se pretende reunir más de 500 personas.

- Se ha creado un comité técnico para realizar este evento compuesto por 10 licenciados en Educación Física.

- Como conclusión de estas jornadas, se editará un libro con todas las ponencias y una aportación de artículos técnicos por parte de todos los miembros del Comité Técnico.

b) **Jornadas Verde en Acción**, con actividades formativas para los alumnos sobre la conservación y valoración del Medio Ambiente. En años anteriores se han realizado estas jornadas con una implicación muy importante de todo el alumnado y de todo el profesorado con la colaboración total de los padres. Estas jornadas son la continuación de todo el trabajo realizado.

c) El Colegio lleva diez años realizando unas jornadas ecológicas que tienen como base fundamental trabajar la dieta mediterránea desde el concepto de algo cercano y con productores locales (centradas en la alcachofa).

**XI Jornadas de Comida Ecológica**, con la participación de diferentes cocineros y la publicación del cuarto libro de recetas de nuestro comedor bajo el título “YO ME LO GUIISO YO ME LO COMO” (los padres y madres realizan una receta para los niños en donde aparezca, en todas, la alcachofa).

Participación en las Jornadas:

Edición	Participantes adultos	Participantes niños
Primera	80	80
Segunda	85	70
Tercera	86	65
Cuarta	82	66
Quinta	85	60
Sexta	90	80
Octava	150	80
Novena	160	90

d) Ha sido una premisa para este Centro el trabajo del ahorro del agua, pero el trabajo constante de dicha acción se materializa en diversas campañas ambientales que se realizan a lo largo del curso escolar, y con acciones concretas sobre el agua ante la **celebración del Día Mundial del AGUA**, con el objetivo de ahorrar agua. La campaña que se plasmará es “**PON UN LADRILLO EN TU CISTERNA**”.

e) **Celebración del Día de la Danza** (12 de abril). El curso pasado se pone en marcha una experiencia en el Centro muy positiva de introducir la Danza dentro de las acciones del Centro, pero la danza para todos los alumnos del mismo. La valoración de esta experiencia por los niños fue:

Curso Escolar 2017-2018	Niños	
	80%	Muy satisfactorio.
	15%	Satisfactorio.
	5%	Bien.
	Nadie indicó que no le gustaba.	

En donde los alumnos podrán ver la diferentes formas de Danza (danza contemporánea, danza clásica, baile acrobático, bailes deportivos...). Plasmando todo lo asimilando en una actuación en el Teatro Circo de Orihuela.

Resumen de las acciones:

Acciones	Antecedentes	Duración	Participación
2º-Jornadas Deporte y Escuela.	1º Jornada.	2 días.	Todo el Centro. 50% de los padres y madres.
Jornadas Verde en Acción.	3 Jornadas.	2 o 3 días.	Todo el Centro.
XI Jornadas de Comida Ecológica.	10 jornadas.	1 día.	En las últimas 200 personas.
Celebración Día de la Danza.	El año pasado primera edición.	1 día. Otro día Teatro Circo.	Todo el Centro. En el Teatro Circo interactúan 500 personas.
Celebración Día Mundial del Agua.	25 años haciéndolo.	1 día.	Todo el Centro.
La Milla de Hurchillo.	1º edición curso 2016-17.	1 día.	Todo el Colegio. 50 padres y 50 vecinos.

“Sabor de Vivir” es en sí un proyecto original e innovador por:

- El comedor se considera una parte fundamental de la vida de los escolares y de la vida de la comunidad educativa.
- Hay un seguimiento de las materias primas que llegan al comedor, con un incremento de los productos ecológicos y de proximidad.
- Se trabaja de forma continua, la alimentación saludable y la conciencia de la misma en los hogares.
- Se da importancia al trabajo en el comedor de productos de denominación de origen como: la granada mollar de Elche y las alcachofas de la Vega Baja.
- Se ofrece el menú mensual en castellano, valenciano e inglés.
- Se realiza anualmente unas Jornadas de Comida Ecológica con un gran impacto en los medios informativos locales, provinciales y nacionales.
- Se propician actividades de vida saludable en la que se implique a la sociedad.
- Edición de libro de recetas de cocina con el objetivo de elaborar recetas para escolares atractivas y saludables.

### **La contemplación de criterios de equidad y perspectiva de género**

El proyecto en si ya recoge en su propia esencia un planteamiento de equidad total y en el que los protagonistas son en todo momento los alumnos y los ciudadanos sin distintos de género y dando una importancia fundamental a las cocineras en su labor de difusión de la dieta mediterránea y en ser el gran valor

de conservación de recetas saludables que han pasado de generación en generación. Nuestros libros de recetas son un homenaje cotidiano y diario a poner en valor la equidad y la perspectiva de género.

## **Anexos**

Incorporamos en materia adjunto libros editados por el colegio:

- Tres libros de recetas (todas las recetas las hemos hecho en el comedor del colegio)
- Materia, día del Agua
- Material proyecto Azahar
- Cuaderno del explorador
- Cuadernos del tiempo
- Agenda de comedor