

# HACIA UNA ESCUELA SALUDABLE



**CEIP Clara Sánchez  
Galápagos (Guadalajara)**

**XVIII Premios Estrategia NAOS,  
edición 2024**



## **ÍNDICE**

|                                                                                                                                  |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. TÍTULO DEL PROYECTO.....</b>                                                                                               | <b>3</b>  |
| <b>2. DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA PERSONA QUE LO DIRIGE O LO REPRESENTA.....</b>                                                 | <b>3</b>  |
| <b>3. DATOS DE LA INSTITUCIÓN A LA QUE REPRESENTA.....</b>                                                                       | <b>3</b>  |
| <b>4. BREVE RESUMEN DEL PROYECTO, ORIGEN, OBJETIVO, METODOLOGÍA Y RESULTADOS.....</b>                                            | <b>3</b>  |
| <b>5. OBJETIVOS, MATERIAL Y MÉTODOS UTILIZADOS PARA SU DESARROLLO.....</b>                                                       | <b>6</b>  |
| <b>6. IDENTIFICACIÓN DE LAS ACTUACIONES REALIZADAS.....</b>                                                                      | <b>7</b>  |
| <b>7. IMPLICACIÓN Y SINERGIAS DE LOS DIFERENTES SECTORES IMPLICADOS.....</b>                                                     | <b>80</b> |
| <b>8. INCORPORACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO Y EQUIDAD: DISEÑO, IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS...82</b>            | <b>82</b> |
| <b>9. EVALUACIÓN DE PROCESOS Y RESULTADOS: METODOLOGÍA, INDICADORES E IMPACTO EN LA SALUD DE LA POBLACIÓN DIANA.....</b>         | <b>84</b> |
| <b>10. CONTINUIDAD Y SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO PREVISTA PARA LOS PRÓXIMOS AÑOS Y FINANCIACIÓN ECONÓMICA DISPONIBLE.....</b>    | <b>86</b> |
| <b>11. PLANTEAMIENTO INNOVADOR Y ORIGINAL.....</b>                                                                               | <b>87</b> |
| <b>12. INCLUSIÓN DE CRITERIOS DE SOSTENIBILIDAD Y RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030.....</b> | <b>88</b> |
| <b>13. CONCLUSIÓN. ....</b>                                                                                                      | <b>90</b> |

## 1. TÍTULO DEL PROYECTO.

Hacia una escuela saludable.

## 2. DATOS IDENTIFICATIVOS DE LA PERSONA QUE LO DIRIGE O LO REPRESENTA.

Julián González Martos, director del CEIP Clara Sánchez. Así mismo, en la planificación, el desarrollo y la evaluación de este proyecto participa todo el claustro.

## 3. DATOS DE LA INSTITUCIÓN A LA QUE REPRESENTA.

CEIP Clara Sánchez.  
Avenida de la Cebada s/n.  
19174, Galápagos (Guadalajara).  
949 3309628  
19003000.ceip@educastillalamancha.es

## 4. BREVE RESUMEN DEL PROYECTO, ORIGEN, OBJETIVO, METODOLOGÍA Y RESULTADOS.

“Hacia una Escuela Saludable” es un proyecto desarrollado por el CEIP Clara Sánchez, un centro público situado en Galápagos (Guadalajara), en un entorno rural que fomenta el contacto directo con la naturaleza y las actividades de ocio activo. Desde su puesta en marcha en el curso 2017-2018, el proyecto se ha consolidado como una estrategia integral para la promoción de la salud física, emocional y social, con un impacto directo en toda la comunidad educativa: alumnado, familias y profesorado.

El proyecto tiene su **origen** en la necesidad de abordar de forma preventiva los desafíos relacionados con el sedentarismo, la obesidad infantil, las conductas de riesgo (como el tabaquismo o el consumo de sustancias) y los problemas asociados a la falta de salud emocional. Estas problemáticas, detectadas a través de un análisis contextual y poblacional, evidenciaron la urgencia de diseñar e implementar un programa que integrara la promoción de estilos de vida saludables como un eje fundamental del aprendizaje escolar y la cohesión comunitaria.

El **objetivo principal** del proyecto es fomentar un estilo de vida activo y saludable que contribuya al bienestar físico, psicológico y emocional de los miembros de la comunidad educativa. Entre los objetivos específicos destacan:

1. Incrementar la actividad física diaria dentro y fuera del horario escolar.
2. Promover hábitos saludables en alimentación, higiene personal y postural, y prevención de riesgos.
3. Desarrollar la inteligencia emocional y social del alumnado mediante actividades que refuercen la empatía, el respeto y la tolerancia.
4. Implicar a las familias y a los agentes del entorno en un modelo educativo sostenible y comprometido con la salud.

La **metodología** del proyecto se basa en un enfoque colaborativo y participativo, con acciones planificadas y dinamizadas a través de la concreción de las mismas en torno a diferentes ejes:

- Educación deportiva.
- Recreos activos e inclusivos.
- Salud emocional: Dinámicas para el desarrollo de la inteligencia emocional, programas de alfabetización emocional y talleres de gestión de emociones.
- Hábitos saludables: Charlas sobre nutrición, prevención de conductas de riesgo, primeros auxilios, rutinas de higiene, educación vial y otras actividades.
- Educación ambiental.
- Descansos activos a lo largo de la jornada escolar para evitar el sedentarismo
- Desplazamientos activos: Fomento del uso de medios de transporte no contaminantes (bicicletas, caminar al colegio).
- Actividades complementarias y extracurriculares con actividad física.

El proyecto incorpora el trabajo conjunto de los órganos de gobierno del centro (equipo directivo, claustro y consejo escolar), el equipo de orientación y apoyo, el personal docente, personal de administración y servicios y la asociación de madres y padres de alumnos (AMPA). Además, se ha promovido la participación de instituciones locales, asociaciones deportivas del entorno y de todos aquellos agentes externos que pueden contribuir a la consecución de los objetivos previstos.

La metodología también incluye procesos continuos de evaluación para medir el impacto de las acciones y ajustar las estrategias según los resultados obtenidos. Estas evaluaciones se realizan mediante encuestas, observaciones directas, análisis de datos sobre la participación y seguimiento del progreso individual y colectivo.

Para sistematizar las acciones, el claustro estableció una Comisión de Salud, encargada de programar y desarrollar las diferentes propuestas que se desarrollan de acuerdo a los objetivos que engloba el proyecto.

Esta comisión tiene entre sus responsabilidades aquellas que se detallan a continuación:

- a) Favorecer la puesta en marcha de un programa de educación en materia de salud escolar, que contemple, además de la actividad físico-deportiva diaria, todos aquellos elementos fundamentales que forman parte de un estilo de vida saludable (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 de adicciones con y sin sustancias, etc.).
- b) Promover una mayor concienciación e implicación de los diferentes sectores de la comunidad educativa en la promoción de la salud.
- c) Consolidar en el centro educativo un proyecto de educación para la salud que sea permanente en el tiempo.

En otro orden de ideas, conviene mencionar que el centro escolar es un reflejo de la sociedad en la que está inmersa, pero también es cierto que la sociedad futura será un reflejo de lo que hacemos actualmente. Por tanto, para que todo nuestro esfuerzo sea efectivo y los objetivos planteados puedan convertirse en realidad, es oportuno evaluar

el trabajo realizado en función de los resultados obtenidos, valorando así los pros y los contras, los éxitos y fracasos y los aspectos susceptibles de mejora.

Desde su inicio, “Hacia una Escuela Saludable” ha integrado la promoción de la salud como una característica distintiva del CEIP Clara Sánchez. Ha fortalecido los lazos entre la comunidad educativa y demostrado que un estilo de vida activo mejora el bienestar físico, emocional y social del alumnado.

En este sentido, desde su implantación, el proyecto ha generado **resultados** significativos y tangibles:

- Incremento de la práctica de actividad física: Se ha observado una mayor participación del alumnado en actividades deportivas escolares, una reducción de los comportamientos sedentarios durante los recreos y una mejora significativa de la convivencia.
- Mejora de los hábitos alimenticios: Talleres y actividades han influido positivamente.
- Fortalecimiento de la salud emocional: Las dinámicas de desarrollo emocional han mejorado la capacidad del alumnado para gestionar sus emociones, fomentando relaciones sociales más respetuosas y empáticas.
- Mayor cohesión comunitaria: La implicación de las familias, la AMPA y las instituciones locales ha fortalecido los lazos entre los distintos sectores de la comunidad educativa.
- Identidad como escuela saludable: El CEIP Clara Sánchez ha integrado la promoción de la salud como una seña distintiva del centro, logrando un reconocimiento generalizado en su entorno.

Además, el proyecto ha tenido un impacto directo en el bienestar del alumnado. Los escolares más activos evidencian mejores relaciones familiares, mayor rendimiento académico y menores niveles de ansiedad. Estos beneficios refuerzan la necesidad de seguir trabajando en este proyecto, ajustando las actuaciones según los resultados obtenidos y priorizando la sostenibilidad del enfoque a largo plazo.

En resumen, “Hacia una Escuela Saludable” es un proyecto transformador que ha logrado integrar la salud como un pilar fundamental en el día a día del CEIP Clara Sánchez. Su sostenibilidad y capacidad de adaptación aseguran que seguirá generando beneficios a largo plazo, convirtiendo a la comunidad educativa en un modelo de referencia para la promoción de estilos de vida saludables y el bienestar integral.



## 5. OBJETIVOS, MATERIAL Y MÉTODOS UTILIZADOS PARA SU DESARROLLO.

El CEIP Clara Sánchez ha demostrado un firme compromiso con la formación integral de su alumnado a través de numerosas iniciativas destinadas a promover una educación en hábitos saludables. Estas incluyen el fomento de una alimentación equilibrada, una adecuada higiene, la prevención de enfermedades, la práctica de actividades físico-deportivas, y el desarrollo de relaciones interpersonales saludables. Todas estas acciones se han llevado a cabo con un enfoque inclusivo, innovador y alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030.

En este contexto, y basándonos en nuestra experiencia acumulada, hemos decidido participar en la convocatoria de la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) para los XVIII PREMIOS ESTRATEGIA NAOS. El proyecto del CEIP Clara Sánchez, titulado “Hacia una escuela saludable”, se presenta como una respuesta a las necesidades del alumnado y su entorno, teniendo en cuenta la realidad socioeducativa del centro. Este plan busca potenciar hábitos de vida saludables y sostenibles, promoviendo tanto la actividad física como una conciencia ambiental, en línea con los ODS 3 (Salud y Bienestar), 4 (Educación de Calidad), 5 (Igualdad de Género), 10 (Reducción de las Desigualdades), 12 (Producción y Consumo Responsables) y 13 (Acción por el Clima).

### **Objetivos generales del proyecto.**

El proyecto tiene como objetivo principal integrar la educación en hábitos saludables de manera transversal en el currículo, fomentando valores y competencias que contribuyan al desarrollo sostenible. Entre los objetivos generales destacan:

- a) Incorporar hábitos saludables en las programaciones didácticas, promoviendo un enfoque transversal.
- b) Impulsar estilos de vida saludables con perspectiva de género y equidad para combatir desigualdades en salud.
- c) Promover comportamientos responsables en higiene, prevención y cuidado personal.
- d) Fomentar la actividad física y deportiva como medio de desarrollo integral.
- e) Concienciar sobre el impacto del entorno en la salud y promover actitudes proambientales.
- f) Detectar y prevenir conductas de riesgo relacionadas con adicciones y hábitos nocivos.
- g) Impulsar la salud emocional y la gestión de emociones.
- h) Ofrecer formación continua al personal docente en materia de salud y hábitos saludables.

### **Objetivos específicos del proyecto.**

Estos objetivos generales se concretan en propuestas prácticas alineadas con los principios de inclusión, sostenibilidad y participación activa de la comunidad educativa. Entre ellas:

1. Fomentar una alimentación basada en la dieta mediterránea, promoviendo el consumo de frutas y hortalizas.
2. Potenciar la movilidad sostenible y los desplazamientos activos al centro.
3. Convertir el recreo en un espacio inclusivo, activo y saludable.
4. Integrar pausas activas en la jornada escolar para combatir el sedentarismo.
5. Generar conciencia sobre la prevención de enfermedades y el impacto de la salud ambiental.
6. Promover actividades relacionadas con el cuidado emocional y la regulación de emociones.
7. Crear sinergias con familias, entidades locales y asociaciones para enriquecer el proyecto.
8. Formar al alumnado y a sus familias en hábitos sostenibles y saludables.
9. Desarrollar campañas de sensibilización sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible y su relación con la salud.

La metodología empleada combina enfoques activos y participativos, donde el alumnado se convierte en protagonista de su aprendizaje. Las medidas implementadas incluyen el aprendizaje cooperativo, el desarrollo de las competencias clave y el uso de estrategias para la sensibilización sobre los ODS.

Los recursos incluyen herramientas de diversa índole para la consecución de las finalidades previstas, así como la utilización de espacios deportivos, kits educativos y materiales específicos para actividades relacionadas con una intervención plena en materia de educación para la salud.

## **6. IDENTIFICACIÓN DE LAS ACTUACIONES REALIZADAS.**

Derivado de los objetivos planteados, el proyecto incluye un conjunto de actuaciones estructuradas en torno a cinco grandes ejes:

- A. Plan de acción para la realización de actividades físicas y deportivas.**
- B. Plan de acción para la promoción de hábitos saludables.**
- C. Plan de acción para el fomento de la educación ambiental.**
- D. Plan de acción para el desarrollo de la salud emocional.**

Cada uno de estos ejes comprende actuaciones que se clasifican en dos categorías:

- **Actuaciones longitudinales:** Aquellas que se desarrollan a lo largo de todo el curso escolar, con una evaluación global al finalizar el periodo académico.
- **Actuaciones transversales:** Actividades puntuales realizadas en una o varias sesiones, cuya evaluación es menos compleja y se adapta a su carácter específico.

En la descripción de las actuaciones realizadas dentro de cada eje, se incluyen de manera implícita los procedimientos empleados, los recursos utilizados, la temporalización prevista y los medios de difusión aplicados.

## **A. PLAN DE ACCIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS.**

### **A.1. Justificación.**

Numerosos estudios científicos confirman que un estilo de vida saludable tiene un impacto significativo en la mejora de la calidad de vida. La actividad física es uno de los pilares fundamentales para alcanzar y mantener niveles óptimos de desarrollo físico, psíquico, social y emocional, adaptados a las necesidades y evolución de cada persona. El sedentarismo es una de las principales causas asociadas a enfermedades crónicas, acelerando procesos degenerativos y limitando las capacidades necesarias para mantener un buen estado de salud. En este contexto, la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** subraya los beneficios de la actividad física regular y la importancia de adoptar estrategias que fomenten hábitos de vida activa desde edades tempranas. Este enfoque permite que niños y niñas adquieran competencias para participar en actividades que promuevan la salud y transfieran dichos aprendizajes a otros ámbitos de su vida cotidiana.

Además, el plan se alinea con los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**, en especial con:

- **ODS 3**: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.
- **ODS 4**: Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad que fomente oportunidades de aprendizaje durante toda la vida.
- **ODS 5**: Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y niñas.
- **ODS 10**: Reducir las desigualdades, promoviendo la equidad y la inclusión social.

### **A.2. Acciones, procedimientos y recursos.**

La práctica de actividades físico-deportivas contribuye a la mejora de la condición física, la reducción de factores de riesgo, el control de enfermedades, la cohesión social y la formación en valores. Por estas razones, consideramos fundamental que el alumnado tenga acceso a una práctica constante y de calidad que incorpore un enfoque inclusivo y respetuoso con la diversidad.

#### **Recursos empleados:**

- Equipamientos e instalaciones del propio centro educativo.
- Entorno natural de la localidad de Galápagos.
- Otros contextos para el desarrollo de actividades extracurriculares.

#### **Perspectiva inclusiva:**

- Asegurar que las actividades físico-deportivas estén adaptadas a las diferentes capacidades y características individuales del alumnado.



- Fomentar la participación activa de todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades, género, origen o situación socioeconómica.
- Desarrollar dinámicas que promuevan la integración, la igualdad y la colaboración entre todos los participantes.

### A.3. Objetivos.

1. Incorporar la actividad física y la práctica deportiva como hábito cotidiano para favorecer el desarrollo personal y social del alumnado.
2. Promover hábitos de vida activa y saludable mediante una práctica deportiva que contemple la perspectiva de género y el enfoque inclusivo.
3. Contribuir al desarrollo de competencias relacionadas con el respeto, la cooperación y la equidad en contextos deportivos, en línea con los [ODS](#).

### A.4. Medidas para la difusión de las experiencias.

Las actividades realizadas dentro del plan se han difundido tanto interna como externamente:

- **Difusión interna:** A través de los canales establecidos por los órganos de gobierno y coordinación docente.
- **Difusión externa:** Uso de los medios, plataformas y redes sociales del centro educativo, como el tablón informativo, la plataforma EducamosCLM, Facebook, Twitter, Instagram, Telegram, el blog del centro y el blog del proyecto escolar saludable.

### A.5. Metodología.

El plan adopta un modelo positivo, participativo e integral de la salud, basado en un enfoque flexible, globalizado, abierto e inclusivo, que atiende a la diversidad de ritmos de aprendizaje del alumnado. Las principales consideraciones metodológicas son:

- Conducir el aprendizaje desde la experiencia personal del alumnado, partiendo de sus conocimientos previos para favorecer un aprendizaje significativo, competencial y cooperativo, y potenciando sus capacidades físicas, intelectuales, sociales y afectivas.
- Incorporar el carácter lúdico en las actividades, potenciando la motivación y facilitando la adquisición de conocimientos, destrezas y actitudes necesarias para el desarrollo escolar, personal y social.
- Profundizar en los contenidos relacionados con la actividad físico-deportiva.
- Fomentar el juego limpio, la igualdad de género y la educación en valores durante las actividades.
- Promover la salud como un contenido transversal.
- Diseñar procesos adaptados a las diferencias individuales, teniendo en cuenta barreras y potencialidades, para garantizar una personalización del aprendizaje competencial de todos los niños y niñas.
- Generar conciencia sobre los [ODS](#) relacionados con la salud, la educación inclusiva y la equidad, integrándolos como parte de los contenidos transversales en cada actividad.

## A.6. Actuaciones.

### ACTUACIÓN 1: DESCANSOS ACTIVOS.

En el CEIP Clara Sánchez se ha implementado un programa de **Descansos Activos**, cuyo objetivo es reducir el sedentarismo de los alumnos durante el horario lectivo mediante el aumento de la actividad física en el aula. Esta iniciativa fomenta la realización de ejercicio físico en el marco de las actividades curriculares, integrando el movimiento con el aprendizaje en diversas áreas educativas.

Las actividades propuestas están diseñadas para el alumnado de **Educación Infantil y Primaria** y se encuentran incorporadas en la **Programación General Anual** del centro. De esta manera, se asegura su aplicación regular y estructurada, contribuyendo al desarrollo integral de los estudiantes, así como a su activación cognitiva cuando se produce fatiga mental o una bajada en el rendimiento de la atención y de las funciones ejecutivas.

### Evidencias y materiales realizados/utilizados.

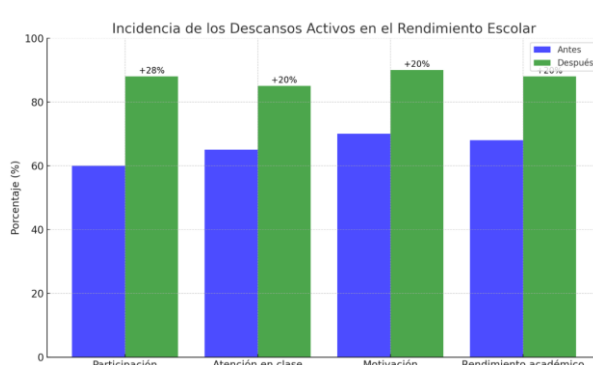
El programa cuenta con una amplia variedad de actividades y materiales, accesibles a través de los siguientes enlaces, en los que detallan ejemplos hipervinculados de cómo se aplican estos descansos activos en las aulas:

- [Descansos Activos](#)
- [Los Cazaverbos](#)
- [Los Días de la Semana](#)
- [Piedra, Papel o Tijera](#)
- [Pelota de Ping-Pong](#)
- [Running Dictation](#)
- [Mueve tu Cuerpo](#)
- [Los Animales Mandan](#)

### Material de apoyo.

La comisión del proyecto ha proporcionado al profesorado recursos específicos y guías prácticas para facilitar la implementación de los descansos activos. Estos materiales están diseñados para adaptarse a diferentes contextos educativos, permitiendo que las actividades se ajusten a las necesidades de cada grupo de alumnos.

- [Guía de Descansos Activos para Infantil y Primaria](#)



## ACTUACIÓN 2: DESPLAZAMIENTOS ACTIVOS.

Desde el CEIP Clara Sánchez hemos puesto en marcha un programa innovador para fomentar los desplazamientos activos, transformándolos en una práctica habitual y significativa dentro de nuestra comunidad educativa. Este programa no solo promueve hábitos saludables, sino que también refuerza el bienestar socioemocional del alumnado y contribuye al cuidado del medio ambiente, alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS).

### **Objetivos clave del programa:**

- **Fomentar la actividad física diaria:** Reduciendo el sedentarismo y promoviendo una vida activa desde edades tempranas.
- **Fortalecer el bienestar socioemocional:** Potenciando la convivencia, la cooperación y las relaciones positivas entre los miembros de la comunidad escolar.
- **Contribuir a la sostenibilidad ambiental:** Reduciendo el impacto del transporte motorizado y promoviendo alternativas responsables con el entorno.

### **Evidencias y materiales elaborados o utilizados.**

A continuación, se presentan algunos ejemplos hipervinculados de evidencias y recursos generados en el marco de este programa. Estos materiales reflejan las actividades realizadas y el impacto positivo del proyecto en nuestra comunidad educativa:

#### **1. Documentación visual y narrativa:**

- [Programa Desplazamientos Activos: Pre-Halloween 2024](#)
- [Semana Europea del Deporte 2024: Actividad de desplazamientos activos](#)
- [Calendario de desplazamientos activos](#)
- [Ejemplo de desplazamiento activo](#)

#### **2. Convocatorias y participación activa de la comunidad:**

- [Convocatoria: Desplazamientos activos](#)

#### **3. Evaluaciones y crónicas del programa:**

- [Crónica: Desplazamientos activos](#)
- [Valoración del programa educativo \(2020\)](#)
- [Crónica: Desplazamientos activos \(2020\)](#)
- [Semana Europea de la Movilidad \(2021\)](#)

#### **4. Recopilación temática:**

- [Artículos etiquetados como "Desplazamientos activos"](#)

Este programa representa un compromiso continuo del CEIP Clara Sánchez con la promoción de estilos de vida saludables y sostenibles, contribuyendo al desarrollo integral de nuestro alumnado y fortaleciendo el vínculo con las familias y el entorno.



### ACTUACIÓN 3: PEDALEA EN EL COLE.

En el CEIP Clara Sánchez, hemos desarrollado con éxito la iniciativa "**Pedalea en el cole**", un programa que se celebra trimestralmente desde hace varios cursos escolares. Su principal objetivo es fomentar el uso de la bicicleta y el patinete como medios de transporte sostenibles, implicando tanto a nuestro alumnado como a sus familias en la apuesta por una movilidad activa, saludable y respetuosa con el medio ambiente.

#### Objetivos clave de la iniciativa.

1. **Promover la movilidad activa y sostenible:** Reducir el uso de vehículos motorizados en los desplazamientos al colegio, disminuyendo así las emisiones contaminantes y el tráfico en las inmediaciones del centro.
2. **Incorporar la actividad física a la rutina diaria:** Estimular hábitos saludables y no sedentarios que favorezcan el bienestar físico y emocional del alumnado.
3. **Concienciar sobre sostenibilidad ambiental:** Sensibilizar a la comunidad educativa sobre los beneficios de la movilidad activa, destacando su impacto positivo en el entorno.
4. **Fortalecer el vínculo entre escuela y familias:** Implicar a las familias en actividades conjuntas que promuevan la participación, la convivencia y la cooperación.

#### Impacto y logros.

Desde su puesta en marcha, "Pedalea en el cole" ha contribuido a:

- **Aumentar el uso de bicicletas y patinetes:** La participación del alumnado y las familias ha ido creciendo curso tras curso, integrándose como un hábito positivo en su rutina.
- **Mejorar el entorno escolar:** Se ha reducido notablemente el tráfico de vehículos en las inmediaciones del colegio, favoreciendo un ambiente más seguro y saludable para toda la comunidad.
- **Concienciar sobre prácticas responsables:** La iniciativa ha generado una mayor reflexión y compromiso respecto a la sostenibilidad y la movilidad activa.

### **Evidencias y materiales generados.**

A lo largo de los años, esta iniciativa ha generado numerosas experiencias, documentadas en artículos, crónicas y materiales visuales. Algunos de los ejemplos hipervinculados destacados son:

1. [Semana Europea del Deporte: Pedalea en el cole](#)
2. [Jornada temática: Al cole sobre ruedas](#)
3. [Semana de la Salud 2024: Pedalea en el cole](#)
4. [Edición especial: Pedalea en el cole](#)
5. [Pedalea en el cole: Primavera 2021](#)
6. [Semana de la Salud 2021: Pedalea en el cole](#)
7. [Jornadas de inicio de curso: Pedalea en el cole](#)
8. [Cierre del trimestre: Pedalea en el cole](#)
9. [Invierno 2020: Pedalea en el cole](#)
10. [Peques sobre ruedas](#)
11. [Semana Europea del Deporte: Pedalea en el cole infantil y primaria.](#)
12. [Pedalea en el cole 2024](#)

### **Proyección futura.**

"Pedalea en el cole" seguirá siendo una apuesta firme por la promoción de hábitos de vida activos y sostenibles. Nuestro compromiso es reforzar y diversificar las actividades del programa, integrando nuevas propuestas que amplíen su alcance y profundicen en los valores de movilidad responsable y convivencia saludable.

Esta iniciativa no solo fomenta una manera diferente de desplazarse, sino también un modelo educativo más comprometido con el bienestar del alumnado, las familias y el entorno.

### **ACTUACIÓN 4: SOMOS DEPORTE.**

El CEIP Clara Sánchez ha demostrado, año tras año, su compromiso con la promoción de la actividad física y los valores educativos del deporte, participando activamente en el programa **"Somos Deporte 3-18"**, una iniciativa impulsada por la Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha. Este programa tiene como objetivo principal fomentar hábitos saludables y la práctica deportiva desde edades tempranas, integrando el deporte como una herramienta educativa esencial.

### **Objetivos de la iniciativa.**

1. **Fomentar hábitos saludables y la actividad física regular:** Promover el ejercicio físico como parte de la rutina diaria de los alumnos y alumnas, contribuyendo a su bienestar integral.
2. **Impulsar valores educativos a través del deporte:** Favorecer la cooperación, el respeto, la inclusión y la superación personal mediante actividades deportivas variadas.
3. **Involucrar a toda la comunidad educativa:** Generar un entorno participativo en el que alumnado, profesorado y familias se impliquen en el desarrollo de actividades deportivas.

4. **Reforzar la convivencia escolar:** Utilizar el deporte como herramienta para mejorar las relaciones interpersonales y el clima escolar.

#### **Actividades destacadas y evidencias generadas.**

A lo largo de los años, el CEIP Clara Sánchez ha participado en diversas actividades incluidas en el programa, documentadas y reflejadas en materiales que demuestran su impacto positivo. Entre las más destacadas se encuentran:

1. [Balonmano inclusivo](#)
2. [Juegos populares y tradicionales](#)
3. [Gimnasia rítmica](#)
4. [Roundnet: Un deporte emergente](#)
5. [Tai Chi y orientación](#)
6. [Jugando al atletismo](#)

#### **Impacto de la participación.**

- **Desarrollo físico y emocional del alumnado:** Las actividades han contribuido al bienestar integral del alumnado, mejorando su condición física y promoviendo habilidades como la resiliencia y el trabajo en equipo.
- **Promoción de valores:** El respeto, la inclusión y la empatía son pilares que se han reforzado a través de las dinámicas deportivas.
- **Fortalecimiento del vínculo comunitario:** Las jornadas han servido como espacios de encuentro y convivencia para toda la comunidad educativa, incluyendo a familias y entidades locales.
- **Diversificación de experiencias deportivas:** El programa ha permitido al alumnado descubrir y participar en deportes menos convencionales, ampliando sus horizontes y fomentando la curiosidad.

#### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará participando activamente en “Somos Deporte 3-18”, explorando nuevas actividades y formatos que enriquezcan la experiencia deportiva y educativa del alumnado. El deporte seguirá siendo un motor esencial para promover estilos de vida saludables, educar en valores y fortalecer la convivencia escolar.

#### **ACTUACIÓN 5: EDUCACIÓN DEPORTIVA.**

En el CEIP Clara Sánchez, entendemos el deporte como una herramienta educativa integral que trasciende la actividad física. A través de la actuación "**Educación Deportiva**", hemos desarrollado un planteamiento metodológico innovador que promueve el desarrollo personal y social del alumnado.

Este enfoque no solo busca enseñar habilidades deportivas, sino también destacar los valores inherentes al deporte, como la cooperación, el respeto, la resiliencia y la igualdad, fomentando la adhesión del alumnado a una práctica deportiva sostenida y enriquecedora.

### **Objetivos de la iniciativa.**

1. **Promover el deporte como herramienta educativa:** Enseñar el deporte no solo como actividad física, sino como un vehículo para el aprendizaje de valores y habilidades para la vida.
2. **Fomentar la adhesión a la práctica deportiva:** Crear experiencias positivas que motiven al alumnado a integrar el deporte como parte de su estilo de vida.
3. **Desarrollar competencias personales y sociales:** Potenciar habilidades como el trabajo en equipo, la empatía, la resolución de conflictos y el liderazgo.
4. **Garantizar la inclusión:** Asegurar que todas las actividades sean accesibles y participativas, adaptadas a la diversidad del alumnado.

### **Evidencias y actividades desarrolladas.**

La implementación de "Educación Deportiva" ha generado un conjunto de evidencias y materiales significativos que reflejan el impacto y la continuidad de esta actuación en nuestro centro. A continuación, se destacan las principales temporadas deportivas:

- [Temporada deportiva 2019](#)
- [Temporada deportiva 2020](#)
- [Temporada deportiva 2021](#)
- [Temporada deportiva 2023](#)
- [Temporada deportiva 2024](#)

### **Impacto de la actuación.**

- **Adhesión al deporte:** El alumnado ha mostrado un interés creciente por la práctica deportiva, integrándola en su rutina diaria y valorando sus beneficios tanto físicos como emocionales.
- **Desarrollo de habilidades sociales:** Las actividades han potenciado el trabajo en equipo, el respeto por las reglas y la capacidad de asumir roles en diferentes contextos deportivos.
- **Fomento de la igualdad y la inclusividad:** Se ha garantizado la participación de todo el alumnado, destacando el papel del deporte en la promoción de la igualdad de género y la superación de barreras.
- **Vinculación con las familias:** Las temporadas deportivas han incluido jornadas abiertas que han favorecido la implicación de las familias en el proyecto, reforzando el vínculo con el centro educativo.

### **Proyección futura.**

La actuación "Educación Deportiva" continuará evolucionando para adaptarse a las necesidades y contextos cambiantes, explorando nuevas metodologías y disciplinas que sigan enriqueciendo la experiencia educativa del alumnado. Desde el CEIP Clara Sánchez, seguiremos apostando por el deporte como un eje vertebrador del desarrollo integral, fomentando su práctica como una herramienta para el aprendizaje, la convivencia y el bienestar.

## **ACTUACIÓN 6: ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRACURRICULARES FÍSICO-DEPORTIVAS.**

El CEIP Clara Sánchez apuesta firmemente por la realización de actividades complementarias y extracurriculares que combinan el aprendizaje con la práctica físico-deportiva. Estas acciones buscan enriquecer el desarrollo integral del alumnado mediante experiencias en contextos educativos distintos al habitual, promoviendo valores como la convivencia, la salud y la inclusión, a la vez que se fomenta un estilo de vida activo y saludable.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Ampliar el contexto educativo:** Brindar al alumnado experiencias significativas fuera del aula que complementen el currículo escolar.
2. **Fomentar la práctica físico-deportiva:** Promover la actividad física como herramienta educativa y de bienestar personal.
3. **Trabajar valores fundamentales:** Potenciar el respeto, la cooperación, la igualdad y la sostenibilidad a través de actividades lúdicas y deportivas.
4. **Fortalecer el vínculo con las familias:** Generar espacios de participación compartida entre el alumnado, las familias y el centro educativo.

### **Principales actividades desarrolladas.**

Esta actuación incluye una amplia variedad de eventos y jornadas que integran la actividad físico-deportiva con temáticas transversales y celebraciones significativas. Entre las actividades más destacadas se encuentran:

- **Halloween:** Actividades lúdicas con un enfoque físico-deportivo adaptadas al tema.
- **Carnaval y Jueves Lardero:** Celebraciones con dinámicas deportivas y de convivencia.
- **Día de la Educación Física en la Calle (DEFc):** Promoción de la actividad física en espacios abiertos y públicos.
- **Jornadas de multiaventura:** Introducción a actividades como escalada, tirolina y senderismo.
- **Día de los Derechos del Niño y la Niña:** Carreras solidarias y actividades relacionadas con los derechos infantiles.
- **Día Mundial contra la Obesidad Infantil:** Concienciación a través de charlas y juegos activos.
- **Semana Europea del Deporte:** Jornadas temáticas para fomentar la actividad física en todas sus formas.
- **Convivencias deportivas intercentros:** Encuentros con otros colegios para fomentar el trabajo en equipo y la integración.
- **Exhibiciones de Acrosport y Parkour:** Actividades que combinan creatividad, esfuerzo y habilidad física.
- **Ruta en bicicleta y senderismo con plogging:** Movilidad activa vinculada a la sostenibilidad ambiental.
- **Día de la Mujer:** Dinámicas deportivas que visibilizan el papel de las mujeres en el deporte.



### **Evidencias y materiales generados.**

A lo largo de los años, se han documentado diversas actividades mediante artículos, fotografías y recursos visuales que reflejan el impacto de estas iniciativas. A continuación, algunos ejemplos destacados:

1. [Excursión a la Escuela de Naturaleza](#)
2. [Día mundial contra la obesidad infantil](#)
3. [Carrera virtual: Ni un niño sin familia](#)
4. [Convivencia deportiva intercentros](#)
5. [Demostración de Acrosport](#)
6. [Día Escolar de la No Violencia y la Paz](#)
7. [Jumpyard](#)
8. [Ruta en bicicleta](#)
9. [Jornada de Parkour](#)
10. [DEFc 2021](#)
11. [DEFc 2024](#)
12. [Día de la Mujer](#)
13. [Get into rugby](#)
14. [Día de la familia](#)
15. [Jueves Lardero](#)
16. [Plogging](#)
17. [Multiaventura](#)
18. [Halloween](#)

### **Impacto de las actividades.**

- **Desarrollo físico y emocional:** Estas actividades han permitido al alumnado adquirir habilidades físicas, mejorar su autoestima y aprender a trabajar en equipo.
- **Fomento de la convivencia escolar:** La colaboración entre alumnado, profesorado y familias ha fortalecido los lazos comunitarios y mejorado el clima escolar.
- **Concienciación sobre temas globales:** Celebraciones como el Día de la Obesidad Infantil o el Día de los Derechos del Niño han sensibilizado a la comunidad educativa sobre problemáticas actuales.
- **Participación activa de las familias:** La incorporación de las familias en muchas de estas actividades ha enriquecido la experiencia educativa y fortalecido la relación con el centro.

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará apostando por actividades complementarias y extracurriculares que integren la actividad físico-deportiva con la educación en valores, asegurando su impacto positivo en el desarrollo integral del alumnado y en la cohesión de la comunidad educativa.

## ACTUACIÓN 7: ENERGÍZA-T (RUTINAS TABATA).

La iniciativa "**Energíza-T**" surge con el objetivo de integrar la actividad física como elemento clave para potenciar el rendimiento académico y promover hábitos saludables entre el alumnado. Esta actuación consiste en la realización conjunta de rutinas de ejercicios de tipo **TABATA**, una metodología que alterna intervalos de alta intensidad (20 segundos) con períodos cortos de descanso (10 segundos). La actividad con carácter periódico antes del inicio de la jornada lectiva, involucrando a todo el alumnado de primaria.

### Objetivos de la actuación.

1. **Activación cognitiva:** Estimular las funciones cognitivas y mejorar la concentración a través de la práctica de actividad física.
2. **Promoción de hábitos saludables:** Fomentar el ejercicio como parte de la rutina diaria, resaltando su impacto positivo en la salud física y emocional.
3. **Mejora de la condición física:** Favorecer el desarrollo de habilidades motoras, resistencia y coordinación mediante una metodología dinámica y atractiva.
4. **Refuerzo del clima escolar:** Generar un espacio compartido que fomente la convivencia y el sentido de pertenencia entre el alumnado.

### Desarrollo de la actuación.

La actividad se organiza de forma estructurada y atractiva, incluyendo los siguientes pasos:

- **Diseño de las rutinas:** Selección de ejercicios adaptados a las capacidades físicas del alumnado, combinando movimientos de fuerza, coordinación y resistencia.
- **Espacios amplios y seguros:** Las rutinas se realizan en el patio o en espacios adecuados para garantizar la seguridad y comodidad de los participantes.
- **Participación activa del profesorado:** El equipo docente guía y motiva a los alumnos durante la actividad, promoviendo un ambiente positivo y participativo.
- **Evaluación y seguimiento:** Al finalizar cada sesión, se recogen impresiones para ajustar las rutinas según las necesidades del alumnado.

### Impacto de la actuación.

- **Activación y mejora del rendimiento:** Los ejercicios TABATA han demostrado ser efectivos para activar al alumnado, mejorando su atención y predisposición hacia las actividades escolares.
- **Aumento de la motivación:** La dinámica de grupo y el enfoque lúdico han generado una alta participación y entusiasmo entre los estudiantes.
- **Fomento de hábitos saludables:** La incorporación regular de estas rutinas ha creado conciencia sobre la importancia del ejercicio físico para el bienestar personal.
- **Fortalecimiento de la convivencia:** La actividad conjunta ha servido para estrechar lazos entre alumnos y profesores, mejorando el clima escolar.

### **Evidencias y materiales generados.**

La iniciativa ha sido documentada y difundida a través de diversos medios, destacando las siguientes publicaciones:

1. [Energíza-T: Ejemplo 1](#)
2. [Energíza-T: Ejemplo 2](#)
3. [Energíza-T: Ejemplo 3](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará desarrollando y ampliando la actuación "Energíza-T", explorando nuevas metodologías y ejercicios que mantengan el interés y el impacto positivo en el alumnado. Además, se buscará la implicación de las familias en actividades similares, promoviendo un enfoque integral hacia la actividad física y los hábitos saludables.

### **ACTUACIÓN 8: DESAFÍOS SALUDABLES CLM.**

En el marco de la iniciativa “Desafíos Saludables” promovida por la Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha, el CEIP Clara Sánchez desarrolló durante el segundo y tercer trimestre del curso escolar 2018-2019 una actuación innovadora dirigida a los alumnos de 3º a 6º de primaria. Este proyecto tuvo como objetivo principal la prevención del sedentarismo y la obesidad infantil, incentivando la práctica de actividad física colaborativa y creativa dentro del entorno escolar.

#### **Objetivos de la actuación.**

1. **Prevenir el sedentarismo y la obesidad infantil:** Promover estilos de vida activos y saludables entre el alumnado mediante dinámicas divertidas y participativas.
2. **Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo:** Estimular la cooperación entre compañeros para alcanzar objetivos comunes, reforzando habilidades sociales.
3. **Desarrollar la creatividad y el liderazgo:** Motivar al alumnado a diseñar sus propios retos saludables, asumiendo un rol activo en la promoción de hábitos saludables.
4. **Impulsar el compromiso comunitario:** Involucrar a la comunidad educativa en el intercambio de experiencias y la superación de desafíos conjuntos.

#### **Desarrollo de la actuación.**

La mecánica de la iniciativa combinó elementos de motivación, práctica física y creatividad, estructurándose en las siguientes fases:

1. **Planteamiento del reto:** Un deportista de Castilla-La Mancha presentaba un desafío saludable a través de un vídeo motivador.
2. **Visualización y motivación:** Los vídeos eran proyectados durante el recreo para captar la atención del alumnado e incentivar su participación.

3. **Superación del reto en grupo:** Los alumnos intentaban superar el desafío colaborativamente durante el tiempo de recreo, practicando la actividad física propuesta.
4. **Creación de retos propios:** En la última etapa, el alumnado diseñaba sus propios desafíos saludables, evidenciaba su ejecución y desafiaba a otros compañeros de centros participantes a replicarlos.

### **Impacto de la actuación.**

- **Mejora de la condición física:** La dinámica motivó a los alumnos a integrar la actividad física en su rutina, contribuyendo a la mejora de su resistencia, coordinación y habilidades motoras.
- **Refuerzo del trabajo en equipo:** La superación de retos colaborativos fortaleció el sentido de pertenencia y la cohesión grupal.
- **Fomento de la creatividad y el liderazgo:** Diseñar sus propios desafíos permitió al alumnado desarrollar habilidades de planificación, resolución de problemas y comunicación.
- **Difusión y motivación en otros centros:** Los retos creados por los alumnos del CEIP Clara Sánchez se compartieron con otros centros, promoviendo un intercambio enriquecedor de experiencias.

### **Evidencias y materiales generados.**

La actuación quedó reflejada en diversas evidencias documentales y audiovisuales que muestran el impacto positivo de la iniciativa:

- [Desafíos Saludables 1](#)
- [Desafíos saludables 2](#)
- [Desafíos saludables 3](#)
- [Desafíos saludables 4](#)

### **Proyección futura.**

El éxito de la iniciativa "Desafíos Saludables" en el CEIP Clara Sánchez marcó un precedente para futuras acciones relacionadas con la promoción de la actividad física y la prevención de la obesidad infantil. La participación activa del alumnado en el diseño de retos constituye una metodología efectiva que puede replicarse y adaptarse a otros contextos escolares, fomentando un aprendizaje significativo y una comunidad más activa y saludable.

### **ACTUACIÓN 9: ¿QUÉ APOSTAMOS? EDICIÓN ¡RÉTAME!**

En el curso 2020-2021, el CEIP Clara Sánchez puso en marcha la actuación "¿Qué apostamos? Edición ¡Rétame!", una iniciativa diseñada para fomentar la educación para la salud y los vínculos afectivos de convivencia y compañerismo en un contexto marcado por las restricciones derivadas de la pandemia de COVID-19.

Este proyecto surgió como una respuesta creativa a los desafíos impuestos por el plan de contingencia, demostrando la capacidad de la comunidad educativa para adaptarse e innovar.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar la actividad física:** Promover la práctica de ejercicio mediante dinámicas motivadoras que se adaptaran a las restricciones sanitarias.
2. **Reforzar los vínculos de convivencia:** Fortalecer el sentido de comunidad y compañerismo entre las distintas aulas del centro.
3. **Promover la creatividad y el liderazgo:** Incentivar la participación activa del alumnado en la creación de contenidos significativos.

### **Desarrollo de la actuación.**

La dinámica de la actuación se estructuró de la siguiente manera:

1. **Creación del vídeo-reto:** Cada clase de infantil y primaria, siguiendo un calendario rotativo, diseñaba y grababa un vídeo en el que planteaba un reto físico al resto del alumnado. Los desafíos incluían actividades accesibles y divertidas, fomentando la participación y la motivación.
2. **Presentación del reto:** Los vídeos se compartían con el resto de las aulas, generando expectativas y promoviendo un ambiente de sana competición.
3. **Superación del reto:** Cada grupo trabajaba para superar el desafío planteado, documentando su proceso y logros mediante grabaciones que se compartían como evidencia.
4. **Evaluación y feedback:** Los retos cumplidos se celebraban colectivamente, fomentando la autoconfianza y el reconocimiento del esfuerzo de cada grupo.

### **Impacto de la actuación.**

- **Fomento de la actividad física:** A pesar de las restricciones, se logró mantener al alumnado físicamente activo, promoviendo su bienestar físico y emocional.
- **Refuerzo de la convivencia escolar:** La interacción entre aulas, aunque virtual, fortaleció el sentido de pertenencia al centro y los valores de compañerismo y respeto mutuo.
- **Desarrollo de la creatividad:** La creación de los retos permitió al alumnado explorar su imaginación, habilidades organizativas y capacidad de comunicación.
- **Superación de barreras contextuales:** La actuación demostró que es posible adaptar las actividades escolares de forma efectiva, sin renunciar a los objetivos educativos.

### **Evidencias y materiales generados.**

El desarrollo de "¿Qué apostamos? Edición ¡Rérame!" quedó reflejado en una amplia colección de evidencias que documentan los retos planteados y su superación.

Estos materiales muestran el impacto positivo de la actuación en la comunidad escolar:

- **Presentación de la iniciativa a la comunidad escolar:** [Enlace](#)
- **Retos propuestos por las clases:** [Ver carpeta de evidencias](#)
- **Evidencias de la superación de los retos:** [Ver carpeta de evidencias](#)

### **Proyección futura.**

La experiencia obtenida con "¿Qué apostamos? Edición ¡Réteme!" refuerza el valor de la creatividad y la adaptabilidad en contextos desafiantes. Este modelo puede ser replicado y adaptado para futuras actividades en el centro, integrando la participación de las familias y ampliando la colaboración entre aulas para fortalecer aún más la convivencia y el aprendizaje significativo.

### **ACTUACIÓN 10: RUTAS DE SENDERISMO.**

En el CEIP Clara Sánchez, cada curso académico se programan rutas de senderismo por el entorno natural de nuestra localidad, una actividad que involucra a todos los grupos de educación primaria. Esta iniciativa tiene como objetivos principales fomentar la actividad física, fortalecer la convivencia entre el alumnado y promover el respeto por el medio ambiente. Las rutas se desarrollan en diferentes momentos del curso, permitiendo al alumnado disfrutar de la naturaleza, aprender sobre su entorno y practicar hábitos saludables.

#### **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar la actividad física:** Promover el senderismo como una forma de ejercicio accesible y beneficiosa para el desarrollo físico y emocional del alumnado.
2. **Inculcar el respeto por el medio ambiente:** Concienciar sobre la importancia de cuidar y proteger los entornos naturales.
3. **Fortalecer la convivencia escolar:** Crear espacios de interacción y cooperación que mejoren las relaciones entre compañeros y docentes.
4. **Desarrollar habilidades de orientación y observación:** Integrar el aprendizaje práctico sobre el entorno natural y sus características en una experiencia lúdica.

#### **Desarrollo de la actividad.**

Las rutas de senderismo se planifican cuidadosamente para garantizar la seguridad, el aprendizaje y la diversión del alumnado. El desarrollo incluye:

- **Selección del itinerario:** Rutas adaptadas a la edad y capacidades del alumnado, priorizando entornos seguros y accesibles.
- **Preparación previa:** Charlas informativas sobre el recorrido, normas de convivencia, y consejos para disfrutar de la actividad de manera responsable.
- **Integración de actividades educativas:** Observación de flora y fauna, recogida de residuos, y dinámicas grupales relacionadas con la sostenibilidad ambiental.
- **Evaluación posterior:** Reflexión grupal sobre la experiencia y aprendizaje adquirido, reforzando los valores trabajados durante la actividad.

#### **Impacto de la actuación.**

- **Mejora de la condición física:** El senderismo contribuye al bienestar físico y mental del alumnado, fomentando el gusto por la actividad al aire libre.
- **Refuerzo de la conciencia ambiental:** La experiencia directa con la naturaleza fortalece el compromiso del alumnado con el cuidado del entorno.

- **Fortalecimiento de la cohesión grupal:** Las rutas ofrecen una oportunidad para mejorar las relaciones entre compañeros, favoreciendo el trabajo en equipo y la cooperación.
- **Promoción de estilos de vida activos:** La actividad inspira al alumnado y a sus familias a incorporar el senderismo y otras prácticas similares en su tiempo libre.

### **Evidencias y materiales generados.**

Las rutas de senderismo realizadas en diferentes años han quedado documentadas en publicaciones y materiales que reflejan su impacto positivo. Algunos ejemplos incluyen:

- [Senderismo 1](#)
- [Senderismo 2](#)
- [Senderismo 3](#)
- [Senderismo 4](#)
- [Senderismo 5](#)
- [Senderismo 6](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará apostando por las rutas de senderismo como una actividad fundamental para el desarrollo integral del alumnado. En futuras ediciones, se buscará:

- Integrar talleres y dinámicas educativas más específicas sobre biodiversidad y sostenibilidad.
- Involucrar a las familias en algunas rutas, fomentando la participación activa de la comunidad educativa.
- Ampliar la colaboración con entidades locales para enriquecer la experiencia y explorar nuevos itinerarios.

## **ACTUACIÓN 11: CASTILLA-LA MANCHA VIAJA A LA LUNA.**

La iniciativa “CLM Viaja a la Luna” se llevó a cabo entre el 6 de marzo y el 12 de abril de 2019, convirtiéndose en un proyecto único y ambicioso que unió a 100 centros educativos de Castilla-La Mancha con un objetivo común: recorrer colectivamente los 384.400 kilómetros que separan la Tierra de la Luna en un plazo de un mes. Esta actuación se planteó como una estrategia innovadora para fomentar la actividad física, la participación de la comunidad educativa y la concienciación sobre la importancia de los hábitos saludables.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Promover la actividad física y la vida activa:** Impulsar el movimiento en el día a día del alumnado, profesorado y familias mediante dinámicas creativas y colaborativas.
2. **Fomentar el trabajo en equipo:** Unir esfuerzos entre centros educativos para alcanzar una meta común, fortaleciendo el sentido de comunidad y cooperación.
3. **Involucrar a toda la comunidad educativa:** Generar espacios de participación activa para alumnado, familias y docentes.

4. **Despertar el interés por la ciencia y el espacio:** Relacionar la actividad física con temas científicos y educativos de gran interés, como la exploración espacial.

### **Actividades desarrolladas.**

Para alcanzar el objetivo de la iniciativa, se organizaron diversas actividades físico-deportivas y dinámicas participativas que se integraron en la rutina escolar:

- **Desplazamientos activos:** Uso de bicicletas, patinetes y caminatas para sumar kilómetros al proyecto.
  - [Ejemplo de desplazamiento activo relacionado con esta actuación](#)
- **Deporte en familia:** Actividades que involucraron a los familiares, promoviendo la participación intergeneracional.
- **Descansos activos:** Ejercicios y juegos realizados durante los recreos para acumular distancia de forma divertida.
- **Rutas de senderismo:** Caminatas organizadas en entornos naturales, destacando su valor educativo y saludable.
  - [Ruta de senderismo relacionada con esta actuación](#)

### **Impacto de la actuación.**

- **Alcance del objetivo:** La meta de recorrer los 384.400 kilómetros fue alcanzada con éxito, un logro que generó entusiasmo y orgullo entre todos los participantes.
  - [Hemos llegado a la Luna](#)
- **Alta motivación e interés:** La temática espacial y la dinámica colaborativa despertaron un enorme interés, haciendo de la iniciativa una experiencia memorable.
- **Fomento de hábitos saludables:** El proyecto integró el ejercicio físico en la vida diaria del alumnado y sus familias, reforzando su compromiso con la salud.
- **Trabajo en equipo:** La colaboración entre los diferentes centros educativos fortaleció los lazos dentro de la comunidad escolar y regional.

### **Evidencias y materiales generados.**

La actuación quedó ampliamente documentada a través de publicaciones, fotos y vídeos que reflejan su desarrollo y éxito:

- [Somos uno de los 100 centros seleccionados](#)
- [El CEIP Clara Sánchez viaja a la Luna](#)
- [Resumen del proyecto: CLM Viaja a la Luna](#)
- **Vídeo resumen del proyecto:** [Ver vídeo](#)

### **Proyección futura.**

El éxito de "CLM Viaja a la Luna" reafirma el valor de las iniciativas colaborativas y temáticas innovadoras para motivar a la comunidad educativa. Proyectos futuros podrían inspirarse en este modelo, incorporando nuevas metas creativas y vinculando la actividad física con otras áreas curriculares, como la ciencia, el arte o la sostenibilidad.



## ACTUACIÓN 12: SEMANA EUROPEA DEL DEPORTE (SED).

La Semana Europea del Deporte (SED) es una iniciativa de la Comisión Europea lanzada en 2015 para combatir el sedentarismo y promover hábitos de vida activa y saludable entre la población de todos los países miembros de la Unión Europea. Desde entonces, otros países del continente se han sumado, convirtiéndola en un evento anual de alcance internacional. El CEIP Clara Sánchez se une cada año a esta celebración con un amplio programa de actividades que involucra al alumnado, familias y profesorado, fomentando la actividad física y el bienestar colectivo.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Combatir el sedentarismo:** Promover la práctica regular de actividad física en todos los ámbitos de la vida.
2. **Fomentar hábitos saludables:** Integrar rutinas que mejoren la salud física y emocional de la comunidad educativa.
3. **Involucrar a toda la comunidad educativa:** Crear espacios de participación activa para alumnado, familias y docentes.
4. **Concienciar sobre la importancia del deporte:** Destacar el papel del ejercicio físico en el bienestar personal y social.

### **Desarrollo de la actuación.**

Cada edición de la Semana Europea del Deporte en el CEIP Clara Sánchez se organiza en torno a una programación variada que combina talleres, actividades deportivas y dinámicas innovadoras en colaboración con diferentes organismos y entidades. Entre las principales acciones realizadas se incluyen los siguientes ejemplos:

- **Desplazamientos activos:**  
[Semana Europea del Deporte 2022](#)  
[Desplazamiento Activo SED 2024](#)
- **Talleres especializados:**  
[Taller de escalada y Pedalea en el cole](#)  
[Taller de Slackline](#)  
[Talleres de deporte adaptado](#)  
[Taller de baile SED](#)
- **Actividades creativas y culturales:**  
[Mural #BeActive](#)  
[PhotoActive SED](#)  
[Photocall Semana Europea del Deporte](#)  
[Libro de firmas SED](#)
- **Eventos deportivos y juegos:**  
[Circuito de habilidades motrices](#)  
[Zona Dance](#)  
[Judo en la Semana Europea del Deporte](#)
- **Cierre del evento:**  
[Foto de grupo del evento final](#)

### **Impacto de la actuación.**

- **Fomento de la actividad física:** Cada año, la SED motiva a la comunidad educativa a participar activamente en actividades deportivas.
- **Fortalecimiento de la convivencia:** Las dinámicas grupales refuerzan los lazos entre alumnado, profesorado y familias.
- **Concienciación sobre la salud:** La iniciativa crea conciencia sobre los riesgos del sedentarismo y la importancia del ejercicio.
- **Creatividad y diversidad:** Las actividades integran componentes artísticos, culturales y educativos que enriquecen la experiencia.

### **Evidencias y materiales generados.**

El impacto de la Semana Europea del Deporte en el CEIP Clara Sánchez se ha documentado ampliamente. Algunas publicaciones destacadas son:

- [Semana Europea del Deporte 2019](#)
- [Semana Europea del Deporte 2020Deporte](#)
- [Semana Europea del Deporte 2022](#)
- [Semana Europea del Deporte 2023](#)
- [Semana Europea del Deporte 2024](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará participando activamente en la Semana Europea del Deporte, ampliando la diversidad de actividades y buscando nuevas formas de involucrar a toda la comunidad educativa. La integración de enfoques innovadores y temáticas transversales seguirá siendo clave para maximizar el impacto de esta iniciativa.

## **ACTUACIÓN 13: SEMANA DE LA SALUD.**

La Semana de la Salud se ha consolidado como una actividad emblemática en el CEIP Clara Sánchez, alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 13 (Acción por el Clima). Celebrada anualmente en mayo, tiene como principal objetivo fomentar hábitos saludables en la comunidad educativa mediante actividades que promuevan el bienestar físico, mental y social, la solidaridad, y el respeto por el medio ambiente.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar la salud integral:** Impulsar hábitos de vida saludables que incluyan actividad física, alimentación equilibrada, higiene y bienestar emocional.
2. **Desarrollar la educación en valores:** Promover la solidaridad, la cooperación y el compromiso social mediante acciones como las carreras solidarias.
3. **Concienciar sobre la sostenibilidad:** Vincular la salud con el respeto al entorno, destacando la importancia del cuidado ambiental.
4. **Fortalecer la comunidad educativa:** Generar espacios de interacción entre alumnado, familias, profesorado y colaboradores externos.

### **Actividades destacadas.**

La Semana de la Salud se organiza en torno a talleres, actividades deportivas, campañas de sensibilización y eventos solidarios que abarcan múltiples áreas de interés. Algunas de las actividades más representativas, entre las muchas que se han realizado a lo largo de estos cursos, son:

#### **Talleres educativos y de salud:**

- [Taller de primeros auxilios](#)
- [Taller de higiene bucodental](#)
- [Taller de hábitos de alimentación y nutrición](#)
- [Voluntarios para frenar la miopía](#)
- [Talleres Punto Omega: salud y sostenibilidad](#)
- [Taller de higiene bucodental](#)
- [El Pelotón de la Salud](#)

#### **Actividades deportivas y artísticas:**

- [Masterclass de Zumba](#)
- [Taller de judo y defensa personal](#)
- [Batucada en el cole](#)
- [Circuito de habilidades motrices](#)
- [Saludgram](#)

#### **Carreras solidarias:**

La solidaridad es un pilar fundamental de la Semana de la Salud, reflejada en las tradicionales carreras solidarias organizadas cada año:

- [Carrera solidaria \(2024\)](#)
- [Carrera solidaria solidaria \(2023\)](#)
- [Carrera solidaria \(2019\)](#)

#### **Rutas de movilidad activa y sostenibilidad:**

- [Desplazamiento activo](#)
- [Pedalea en el cole](#)

### **Impacto de la Semana de la Salud.**

- **Promoción de hábitos saludables:** La participación activa del alumnado en talleres y actividades fomenta el desarrollo de habilidades y conocimientos esenciales para su bienestar.
- **Concienciación ambiental:** Las dinámicas relacionadas con movilidad activa y sostenibilidad refuerzan el compromiso con el cuidado del entorno.
- **Fortalecimiento de la comunidad:** La implicación de familias, entidades locales y colaboradores externos ha enriquecido la experiencia educativa.
- **Educación en valores:** Las actividades solidarias y colaborativas han fortalecido la empatía, la cooperación y el respeto entre los participantes.

### **Evidencias y materiales generados.**

La Semana de la Salud ha quedado documentada en numerosas publicaciones, que reflejan la evolución e impacto de la iniciativa en la comunidad educativa:

- [I Semana de la Salud \(2019\)](#)
- [II Semana de la salud \(2020\)](#)
- [III Semana de la Salud \(2021\)](#)
- [IV Semana de la Salud \(2022\)](#)
- [V Semana de la Salud \(2023\)](#)
- [VI Semana de la Salud \(2024\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará promoviendo la Semana de la Salud, integrando nuevas actividades y enfoques que sigan fortaleciendo el vínculo entre salud, sostenibilidad y valores comunitarios.

### **ACTUACIÓN 14: GALAPACOIN.**

El Galapacoin, la divisa oficial del CEIP Clara Sánchez, es una iniciativa innovadora que promueve valores fundamentales desde una perspectiva social, educativa y saludable. Esta moneda escolar fue diseñada para fomentar comportamientos responsables, hábitos saludables y la participación activa en la vida comunitaria del centro. La propuesta, alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), se centra en el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas), integrando la educación en valores y la gestión positiva de la convivencia.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar hábitos saludables:** Incentivar prácticas como los desplazamientos activos, los descansos dinámicos y una alimentación equilibrada siguiendo el calendario de almuerzos saludables.
2. **Reforzar los valores sociales:** Promover comportamientos positivos como el respeto, la cooperación y la inclusión mediante un sistema de recompensas.
3. **Incentivar la actividad física inclusiva:** Ofrecer opciones de juegos y deportes adaptados a todos los alumnos, promoviendo la participación y el disfrute en igualdad de condiciones.
4. **Empoderar al alumnado:** Implicar a los estudiantes en la toma de decisiones sobre la oferta de actividades a través del **Consejo de Patios**, fortaleciendo su sentido de pertenencia y liderazgo.

### **Funcionamiento del Galapacoin.**

El Galapacoin fue implantado en los cursos de 3º a 6º de primaria, integrándose de manera natural en la dinámica del centro:

- **Obtención de Galapacoins:** Los alumnos podían ganar esta moneda escolar al demostrar comportamientos saludables, como realizar descansos activos, optar por desplazamientos activos al colegio o seguir el calendario de almuerzos saludables.
- **Uso de la divisa:** Durante el período de recreo, los Galapacoins podían canjearse para participar en actividades físicas y juegos deportivos inclusivos. Estas actividades estaban previamente consensuadas y organizadas por el alumnado en el **Consejo de Patios**, garantizando la diversidad y la inclusión.
- **Gestión democrática:** El Consejo de Patios, compuesto por representantes de los estudiantes, se encargaba de diseñar y supervisar la propuesta de juegos y actividades, asegurando que respondieran a las necesidades e intereses del alumnado.

### **Impacto de la iniciativa.**

- **Promoción de hábitos saludables:** El sistema incentivó comportamientos saludables de manera lúdica y efectiva, generando una mayor adhesión a estas prácticas.
- **Fortalecimiento de la convivencia:** La moneda escolar fomentó un ambiente positivo y colaborativo, donde los alumnos se sentían valorados y motivados.
- **Educación en valores:** La participación activa en la gestión del recreo y la elección de actividades permitió al alumnado desarrollar competencias sociales como la empatía, la responsabilidad y el liderazgo.
- **Impulso de la inclusión:** La oferta de actividades deportivas y juegos inclusivos permitió que todos los estudiantes participaran, independientemente de sus habilidades o intereses, reforzando el sentido de comunidad.

### **Evidencias y materiales generados.**

La actuación quedó documentada a través de publicaciones que reflejan el impacto del Galapacoin en el CEIP Clara Sánchez:

[El Galapacoin: La moneda social y saludable del CEIP Clara Sánchez](#)

### **Proyección futura.**

El éxito del Galapacoin abre la puerta a su ampliación en futuras ediciones, explorando nuevas formas de incentivar la participación y los comportamientos saludables. Entre las propuestas para su evolución se encuentran:

- La incorporación de niveles educativos de infantil y los primeros cursos de primaria mediante sistemas adaptados.
- Vincular el Galapacoin a proyectos transversales relacionados con el medio ambiente, como la gestión de residuos y el reciclaje, alineándose con el ODS 13 (Acción por el Clima).
- Fortalecer la colaboración con las familias para extender los hábitos saludables fuera del entorno escolar.

## **ACTUACIÓN 15: EL CAMINO DE PIEFCITOS.**

El proyecto "El Camino de pieFCitos" es una iniciativa físico-deportiva, educativa y cooperativa que integra la práctica de actividad física, la alimentación saludable, la lectura y el compromiso con el desarrollo sostenible. Este programa anual permitió al

CEIP Clara Sánchez recorrer simbólicamente todas las provincias de España, incluidas las ciudades autónomas y los dos archipiélagos, promoviendo valores fundamentales y vinculando el aprendizaje con la riqueza cultural y geográfica del país. El proyecto está profundamente alineado con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS):

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Fomentar hábitos saludables, tanto físicos como emocionales, en toda la comunidad educativa.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integrar aprendizajes significativos a través de la lectura, la exploración cultural y el trabajo cooperativo.
- **ODS 13 (Acción por el Clima):** Incorporar actividades sostenibles como el plogging y la sensibilización ambiental en la rutina del alumnado.
- **ODS 11 (Ciudades y Comunidades Sostenibles):** Resaltar la diversidad geográfica y cultural de España, promoviendo el respeto por el entorno y las comunidades locales.

### **Objetivos del proyecto.**

1. **Promover hábitos saludables:** Incentivar la actividad física, una nutrición equilibrada y la lectura como parte integral de la rutina diaria.
2. **Fomentar el trabajo cooperativo:** Potenciar la colaboración entre estudiantes y niveles educativos para alcanzar metas comunes, reforzando el sentido de comunidad.
3. **Concienciar sobre la sostenibilidad:** Desarrollar acciones concretas para proteger el entorno natural y promover la responsabilidad ambiental.
4. **Valorar la diversidad cultural:** Explorar las particularidades geográficas y culturales de España, fomentando el respeto y el aprecio por la diversidad.

### **Desarrollo de la actuación.**

El Camino de pieFCitos se implementó durante los cursos 2020-2021 y 2021-2022, involucrando tanto al alumnado de infantil como al de primaria. El proyecto se estructuró en las siguientes fases:

#### **1. Inicio del proyecto.**

- Se realizaron cuestionarios iniciales para evaluar los hábitos saludables del alumnado y orientar las actividades hacia sus necesidades.

#### **2. Obtención de kilómetros simbólicos.**

- Los kilómetros podían obtenerse a través de 3 grandes ejes: actividad física, lectura y educación ambiental

#### **3. Seguimiento del trayecto.**

- Mapas interactivos y dinámicas grupales mantenían al alumnado motivado mientras avanzaban por el recorrido simbólico.

#### **4. Finalización del recorrido**

- Una vez completado el itinerario por todas las provincias españolas, se celebró el logro de manera conjunta, reconociendo la implicación de toda la comunidad educativa.

### **Impacto del proyecto.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** El alumnado mejoró sus hábitos físicos y alimenticios, destacando el valor del bienestar emocional y colectivo.

- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Se promovieron aprendizajes significativos relacionados con la lectura y la riqueza cultural del país.
- **ODS 11 (Ciudades y Comunidades Sostenibles):** La exploración simbólica de la geografía española inculcó respeto por la diversidad cultural y el entorno.
- **ODS 13 (Acción por el Clima):** La integración de prácticas sostenibles como el plogging reforzó la concienciación ambiental entre los estudiantes.

### **Evidencias y materiales generados.**

El desarrollo de "El Camino de pieFCitos" quedó documentado a través de publicaciones que muestran el impacto del proyecto en la comunidad educativa:

- [Inicio del proyecto: El Camino de pieFCitos \(2020\)](#)
- [Cuestionarios iniciales \(2020\)](#)
- [Carnaval sostenible \(2021\)](#)
- [Seguimiento: El Camino sigue su marcha \(2021\)](#)
- [Final del trayecto: Reto conseguido \(2021\)](#)

### **Proyección futura.**

El éxito de "El Camino de pieFCitos" refuerza la importancia de iniciativas integradoras y cooperativas. Entre las posibles líneas de acción futura se incluyen:

- Extender el proyecto a un ámbito global, recorriendo simbólicamente otros países y continentes, integrando el ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos).
- Incorporar tecnologías digitales para el seguimiento interactivo y la gamificación del recorrido, fomentando el compromiso del alumnado.
- Profundizar en el trabajo con las familias y la comunidad local para extender los valores y aprendizajes fuera del ámbito escolar.

## **ACTUACIÓN 16: RECREOS ACTIVOS E INCLUSIVOS.**

El patio escolar es mucho más que un espacio de recreo; es un escenario privilegiado donde se manifiestan de manera espontánea las actitudes, intereses y potencial creativo del alumnado. En el CEIP Clara Sánchez, reconocemos el valor del patio como un entorno de aprendizaje no formal que ofrece oportunidades únicas para la interacción social, la autonomía y el desarrollo personal. Por este motivo, desde el claustro de profesores hemos implementado un proyecto de recreos activos e inclusivos, alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 5 (Igualdad de Género), el ODS 10 (Reducción de las Desigualdades) y el ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas).

### **Objetivos del proyecto.**

1. **Mejorar la convivencia escolar:** Fomentar un clima positivo en el patio, minimizando conflictos y fortaleciendo las relaciones interpersonales.
2. **Favorecer la socialización del alumnado:** Crear un entorno inclusivo donde todos los estudiantes se sientan valorados y puedan participar activamente.
3. **Eliminar la organización sexista del patio:** Redistribuir los espacios para asegurar que todas las actividades y juegos sean accesibles y equitativos.

4. **Promover la autonomía y la autogestión:** Impulsar la creación del **Consejo de Patios**, donde el alumnado participe en la toma de decisiones sobre la organización y actividades del recreo.
5. **Contribuir al desarrollo de hábitos saludables:** Integrar dinámicas de movimiento y juegos activos que fomenten la actividad física diaria.

### **Desarrollo de la actuación.**

El programa de **recreos activos e inclusivos** incluye un conjunto de estrategias y acciones organizadas que transforman el patio en un espacio diverso, dinámico y accesible:

#### **1. Rediseño del patio:**

Creación de **nuevas zonas de juego** para diversificar las actividades disponibles, eliminando jerarquías implícitas en la ocupación del espacio.

- [Nuevas zonas de juego \(2022\)](#)
- [Panel de patios: Primer trimestre \(2018\)](#)
- [Panel de patios: Segundo trimestre \(2019\)](#)

#### **2. Consejo de Patios:**

Implementación del **Consejo de Patios**, un órgano de participación compuesto por representantes del alumnado, encargado de proponer, organizar y evaluar las actividades del recreo.

- [Consejo de Patios \(2019\)](#)
- [Consejo de Patios 2024](#)

#### **3. Juegos inclusivos y dinámicas activas:**

Introducción de juegos de suelo y actividades grupales diseñadas para fomentar la participación de todo el alumnado, independientemente de sus habilidades o preferencias.

- [Juegos de suelo \(2018\)](#)
- [Aquí jugamos tod@s \(2023\)](#)

#### **4. Seguimiento y mejora continua:**

Evaluación regular del impacto del programa y adaptación de las actividades para mantener su relevancia y efectividad.

- [Crónica del programa de recreos activos \(2019\)](#)
- [Patios activos e inclusivos 2024-2025](#)

### **Impacto del proyecto.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Fomenta la actividad física diaria y mejora la salud emocional del alumnado mediante dinámicas inclusivas.



- **ODS 5 (Igualdad de Género):** Elimina la segmentación sexista en los espacios del patio, garantizando que todos los juegos y actividades sean accesibles a niños y niñas por igual.
- **ODS 10 (Reducción de las Desigualdades):** Asegura que todo el alumnado, independientemente de sus habilidades o características individuales, pueda participar y disfrutar de las actividades del recreo.
- **ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas):** Promueve la gestión democrática y participativa a través del Consejo de Patios, fortaleciendo la capacidad del alumnado para tomar decisiones colectivas y resolver conflictos de manera pacífica.

### **Evidencias y materiales generados.**

El impacto de los recreos activos e inclusivos se ha documentado en diversas publicaciones que reflejan la evolución y los logros del programa:

- [Programa de Recreos Activos \(2020\)](#)
- [Recreos Activos e Inclusivos \(2021\)](#)
- [Recreos Activos e Inclusivos: Primer trimestre \(2022\)](#)
- [Crónica del programa de recreos activos \(2020\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará impulsando los recreos activos e inclusivos como una estrategia clave para mejorar la convivencia y fomentar hábitos saludables. Las líneas de actuación futuras incluyen:

- Ampliar la participación de las familias en las dinámicas del recreo, fortaleciendo el vínculo escuela-comunidad.
- Integrar tecnologías digitales para el diseño y seguimiento de las actividades del patio, fomentando una mayor interacción y creatividad.
- Promover la formación del profesorado en técnicas de mediación y dinamización inclusiva para seguir mejorando el impacto del programa.

## **ACTUACIÓN 17: COLABORACIÓN CON EL OBAFI.**

Durante el curso 2018-2019, el CEIP Clara Sánchez estableció una colaboración estratégica con la Universidad de Castilla-La Mancha (UCLM) y el Observatorio de Actividad Física de Castilla-La Mancha (OBAFI). Esta iniciativa tuvo como objetivo evaluar la condición física y los hábitos saludables del alumnado de educación primaria, proporcionando una base de datos valiosa para implementar mejoras en la promoción de la salud dentro del ámbito escolar. El proyecto está alineado con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), destacando el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos).

### **Objetivos de la colaboración.**

1. **Evaluar la condición física del alumnado:** Analizar las capacidades físicas mediante pruebas estandarizadas que permitan identificar fortalezas y áreas de mejora.

2. **Promover hábitos saludables:** Obtener información sobre las rutinas diarias relacionadas con la alimentación, el ocio y la actividad física.
3. **Fortalecer las alianzas educativas:** Colaborar con la UCLM y el OBAFI para desarrollar acciones conjuntas en beneficio de la comunidad educativa.
4. **Generar una base de datos para la toma de decisiones:** Utilizar los resultados como guía para diseñar e implementar programas que promuevan la salud y el bienestar en el centro.

### **Desarrollo de la actuación.**

El proyecto se llevó a cabo durante el segundo y tercer trimestre de 2019, abarcando diferentes fases de implementación:

#### **1. Realización de pruebas físicas:**

Se utilizó la **batería Alpha**, un conjunto de pruebas reconocidas internacionalmente, para medir parámetros como:

- **Resistencia aeróbica**
- **Fuerza muscular**
- **Flexibilidad**

#### **2. Mediciones antropométricas:**

Se llevaron a cabo sesiones de **pesaje y tallaje** del alumnado, respetando protocolos éticos y de privacidad, para evaluar indicadores relacionados con la salud física y el crecimiento.

#### **3. Cuestionarios sobre hábitos saludables:**

Se aplicaron encuestas diseñadas por el OBAFI para analizar aspectos clave del estilo de vida del alumnado, incluyendo:

- **Alimentación:** Frecuencia de consumo de alimentos saludables como frutas y verduras.
- **Ocio:** Tiempo dedicado a actividades sedentarias frente a actividades físicas.
- **Descanso:** Horas de sueño y calidad del descanso.

#### **4. Análisis y devolución de resultados:**

Los datos recopilados fueron analizados por el equipo del OBAFI y compartidos con el centro para diseñar estrategias de mejora en la promoción de la salud.

### **Impacto del proyecto.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Proporcionó un diagnóstico preciso de la condición física del alumnado, permitiendo al centro implementar acciones para mejorar su bienestar.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integró el conocimiento científico en la dinámica escolar, contribuyendo a la formación integral del alumnado.

- **ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos):** Estableció una colaboración efectiva entre la escuela y la universidad, reforzando la transferencia de conocimiento y la creación de sinergias.

### **Evidencias y materiales generados.**

El desarrollo de esta colaboración quedó documentado en publicaciones que reflejan la importancia y los resultados del proyecto:

[OBAFI: Un proyecto compartido entre la UCLM y el CEIP Clara Sánchez](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez valora esta colaboración como un paso crucial hacia la mejora continua de la salud y el bienestar del alumnado. De cara al futuro, el centro se plantea:

1. **Repetir y ampliar las evaluaciones:** Incluir nuevos parámetros y extender la colaboración a más niveles educativos.
2. **Incorporar programas de intervención:** Basarse en los resultados del análisis para diseñar actividades personalizadas que mejoren la condición física y los hábitos saludables.
3. **Impulsar la participación de las familias:** Incluir a las familias en talleres y campañas que refuercen los valores de salud y bienestar en el hogar.

## **ACTUACIÓN 18: COLABORACIÓN CON EL ESTUDIO HBSC SOBRE HÁBITOS SALUDABLES.**

El CEIP Clara Sánchez ha participado en una relevante colaboración con la Universidad de Sevilla y el equipo del estudio internacional Health Behaviour in School-aged Children (HBSC). Este proyecto de investigación, respaldado por la Organización Mundial de la Salud (OMS), busca analizar y comprender los hábitos de vida relacionados con la salud de preadolescentes y adolescentes escolarizados. La iniciativa está alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en particular el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos), y representa un esfuerzo conjunto con países como Finlandia, Inglaterra y Noruega para diseñar y utilizar instrumentos comunes que permitan estudiar y mejorar los estilos de vida de los jóvenes.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Conocer los hábitos saludables del alumnado:** Obtener datos precisos sobre aspectos como la alimentación, la actividad física, el bienestar emocional y el tiempo dedicado a actividades sedentarias.
2. **Fomentar la educación en salud:** Promover cambios positivos en los estilos de vida mediante la identificación de áreas de mejora.
3. **Contribuir al conocimiento global:** Aportar datos desde el contexto educativo español para un análisis comparativo con otros países participantes.
4. **Fortalecer las alianzas internacionales:** Colaborar en un marco de cooperación científica que impulse políticas y estrategias educativas basadas en evidencia.

## **Desarrollo de la actuación.**

El proyecto se desarrolló en diferentes fases, integrando la participación activa de la comunidad educativa:

### **1. Diseño y adaptación del instrumento:**

En colaboración con los equipos de investigación de Finlandia, Inglaterra y Noruega, se elaboró un cuestionario unificado para recopilar información sobre los hábitos de vida del alumnado.

Los instrumentos fueron adaptados a las características culturales y educativas de cada país participante.

### **2. Recopilación de datos:**

Se aplicaron los cuestionarios al alumnado de educación primaria y secundaria para recoger información sobre:

- **Alimentación:** Consumo de frutas, verduras y alimentos ultraprocesados.
- **Actividad física:** Frecuencia, intensidad y duración.
- **Bienestar emocional:** Percepción de felicidad, estrés y satisfacción con la vida.
- **Hábitos de ocio:** Tiempo dedicado a dispositivos electrónicos y otras actividades sedentarias.

### **3. Análisis y devolución de resultados:**

Los datos fueron procesados por el equipo del estudio HBSC, generando un informe que permitió identificar patrones y áreas de intervención. Los resultados fueron compartidos con el centro educativo para diseñar estrategias que favorezcan los hábitos saludables entre el alumnado.

## **Impacto de la colaboración.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Proporcionó un diagnóstico detallado sobre los estilos de vida del alumnado, fomentando acciones dirigidas a mejorar su salud física y emocional.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integró el conocimiento científico en el currículo escolar, promoviendo una educación más contextualizada y basada en evidencias.
- **ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos):** Fortaleció la cooperación internacional, permitiendo un intercambio enriquecedor de prácticas y estrategias educativas.

## **Evidencias y materiales generados.**

La participación del CEIP Clara Sánchez en el estudio HBSC quedó documentada en publicaciones que destacan el alcance y los resultados del proyecto:

- [HBSC España: Centros colaboradores](#)
- [Investigación sobre estilos de vida y salud \(2022\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez valora esta colaboración como un paso clave hacia una educación en salud más efectiva y adaptada a las necesidades de los jóvenes. Entre las propuestas para dar continuidad a esta actuación destacan:

1. **Repetición periódica del estudio:** Participar en nuevas ediciones del HBSC para evaluar la evolución de los hábitos de vida del alumnado.
2. **Diseño de programas de intervención:** Implementar actividades y talleres basados en los resultados del estudio para abordar áreas de mejora identificadas.
3. **Ampliación de la colaboración:** Extender la cooperación a otros proyectos internacionales relacionados con la salud y el bienestar del alumnado.

### **ACTUACIÓN 19: QUIJO3X3.**

La propuesta Quijo3X3 es una iniciativa educativa innovadora que tiene como objetivo principal fomentar el baloncesto en el ámbito escolar a través del Método de Educación Deportiva (MED). Este enfoque busca trasladar a la escuela las dinámicas y valores del deporte tal como se desarrollan en el contexto extraescolar, promoviendo el aprendizaje integral y la participación activa del alumnado. El proyecto está alineado con varios Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en particular el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad), el ODS 5 (Igualdad de Género) y el ODS 10 (Reducción de las Desigualdades).

#### **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar la práctica deportiva:** Introducir al alumnado en el baloncesto mediante un enfoque accesible y dinámico, favoreciendo el desarrollo de habilidades motrices y sociales.
2. **Desarrollar valores deportivos:** Promover el respeto, la cooperación, la equidad y la resiliencia en el marco de una actividad física organizada.
3. **Simular la experiencia deportiva real:** Diseñar una temporada deportiva ficticia que permita al alumnado asumir diferentes roles dentro del juego.
4. **Garantizar la inclusión:** Asegurar que todas las niñas y niños, independientemente de sus habilidades o características, puedan participar y disfrutar del deporte.

#### **Desarrollo de la actuación.**

La Unidad Didáctica se estructura siguiendo las fases de una temporada deportiva real, adaptadas al entorno educativo y la modalidad de juego 3×3. El desarrollo incluye:

##### **1. Pretemporada:**

**Entrenamientos iniciales:** Introducción a las reglas básicas del baloncesto 3×3 y práctica de habilidades esenciales como el pase, el bote y el tiro.

**Asignación de roles:** Cada alumno asume un rol específico dentro del equipo (entrenador, capitán, preparador físico, árbitro o anotador), fomentando la diversidad de responsabilidades y el trabajo en equipo.

## 2. Temporada de competición:

**Partidos simulados:** Se organizan encuentros internos en los que se aplican las dinámicas propias del baloncesto 3×3, respetando las normas y roles asignados.

**Gestión de resultados:** Los anotadores y árbitros registran las puntuaciones y supervisan el desarrollo de los partidos, replicando la estructura de una competición real.

## 3. Reflexión y evaluación:

**Autoevaluación:** El alumnado reflexiona sobre su desempeño individual y grupal, identificando áreas de mejora.

**Feedback colectivo:** Se fomenta la discusión constructiva sobre el desarrollo de la actividad, destacando aprendizajes y valores adquiridos.

### Impacto de la propuesta.

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Incrementa la actividad física entre el alumnado, mejorando su condición física y bienestar general.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integra el deporte como herramienta educativa, favoreciendo el aprendizaje significativo y el desarrollo integral.
- **ODS 5 (Igualdad de Género):** Promueve la participación equitativa de niñas y niños en el deporte, rompiendo barreras de género.
- **ODS 10 (Reducción de las Desigualdades):** Asegura la inclusión de todos los estudiantes, adaptando las dinámicas del baloncesto 3×3 para que sean accesibles y participativas.

### Evidencias y materiales generados.

El desarrollo del proyecto Quijo3X3 quedó documentado en publicaciones que destacan su implementación y éxito:

[Quijo3X3: Promoviendo el baloncesto escolar mediante el MED \(2024\)](#)

### Proyección futura.

El CEIP Clara Sánchez prevé dar continuidad a la propuesta Quijo3X3 incorporando mejoras y ampliando su alcance:

1. **Integrar otras modalidades deportivas:** Adaptar el enfoque MED a otros deportes colectivos como el fútbol sala o el voleibol.
2. **Fortalecer la colaboración con entidades deportivas:** Establecer alianzas con clubes locales y federaciones para enriquecer la experiencia educativa.
3. **Promover torneos intercentros:** Organizar encuentros con otros colegios para fomentar la convivencia y la cooperación a través del deporte.

## ACTUACIÓN 20: CONEFTA RECREOS.

El programa ConEFta Recreos está diseñado para promover la convivencia escolar, prevenir el aislamiento social y desarrollar competencias sociales y cívicas en el alumnado a través de actividades educativas y deportivas. Este programa, alineado con

los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), se enfoca en el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad), el ODS 10 (Reducción de las Desigualdades) y el ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas), fortaleciendo los vínculos entre estudiantes de diferentes niveles educativos y fomentando una cultura inclusiva y colaborativa.

### **Objetivos del programa.**

1. **Mejorar la convivencia escolar:** Fomentar relaciones sociales multinivel que refuercen los lazos entre estudiantes de diferentes edades.
2. **Prevenir el aislamiento social:** Crear dinámicas inclusivas que promuevan la participación activa de todo el alumnado.
3. **Dotar al profesorado de herramientas didácticas:** Proporcionar recursos y metodologías al profesorado de Educación Física para desarrollar en los estudiantes habilidades sociales, autonomía y competencias cívicas.
4. **Fomentar la vocación social:** Formar al alumnado para que asuma roles activos en la comunidad escolar, desarrollando empatía y liderazgo.

### **Descripción del programa.**

El programa ConEFta Recreos se articula a través del modelo de Educación Deportiva y de las estrategias de Aprendizaje-Servicio (ApS). Su implementación consta de las siguientes fases:

#### **1. Desarrollo en la asignatura de Educación Física:**

El alumnado recibe formación teórica y práctica sobre los principios del modelo de Educación Deportiva, que enfatiza valores como la cooperación, el respeto y la inclusión. Se diseñan actividades deportivas que simulan una temporada competitiva, con roles organizativos asignados al alumnado mayor.

#### **2. Transferencia al recreo:**

Los estudiantes del curso más alto organizan y participan en una **competición inclusiva** junto a compañeros de niveles inferiores. Los alumnos mayores asumen roles como árbitros, entrenadores y responsables de la logística, aplicando lo aprendido en el aula al entorno del recreo.

#### **3. Integración de Aprendizaje-Servicio:**

Mediante la práctica deportiva, el alumnado mayor lidera iniciativas que fomentan la participación activa y la inclusión de estudiantes más pequeños, fortaleciendo su vocación social.

### **Impacto del programa.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Promueve la actividad física y el bienestar emocional del alumnado mediante dinámicas inclusivas y colaborativas.



- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integra aprendizajes significativos, desarrollando competencias clave como la empatía, el liderazgo y la resolución de conflictos.
- **ODS 10 (Reducción de las Desigualdades):** Crea un entorno escolar inclusivo que minimiza barreras sociales y fomenta la igualdad de oportunidades.
- **ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas):** Refuerza la convivencia escolar a través de la participación democrática y el respeto mutuo.

### **Evidencias y materiales generados.**

El impacto de **ConEFta Recreos** se documenta en actividades y eventos que reflejan la consolidación de este enfoque educativo: [ConEFta Recreos \(2024\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez y otros centros participantes prevén ampliar el alcance del programa, desarrollando nuevas estrategias y actividades que consoliden su impacto. Entre las propuestas destacan:

1. **Fortalecer la formación del profesorado:** Ofrecer talleres y recursos adicionales para integrar el modelo de Educación Deportiva en otros ámbitos educativos.
2. **Ampliar la colaboración intercentros:** Organizar encuentros y competiciones entre diferentes colegios para fomentar la convivencia a nivel regional.
3. **Evaluar y ajustar el programa:** Recoger feedback del alumnado y profesorado para mejorar la experiencia y los resultados en futuras ediciones.

## **ACTUACIÓN 21: PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL.**

La psicomotricidad es una disciplina clave en el desarrollo integral del alumnado de Educación Infantil, ya que combina el movimiento corporal con los aspectos emocionales, sociales y cognitivos. En el CEIP Clara Sánchez, esta actuación tiene como objetivo principal fomentar el crecimiento armónico de los niños y niñas a través de actividades lúdicas que estimulan su desarrollo físico, emocional y social. Esta propuesta se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), principalmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 5 (Igualdad de Género), destacando la importancia de un aprendizaje inclusivo y equitativo desde las primeras etapas educativas.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Desarrollo motor:** Potenciar las habilidades motrices gruesas y finas, favoreciendo la coordinación, el equilibrio y el control corporal.
2. **Bienestar emocional:** Crear un espacio seguro donde el alumnado pueda expresarse libremente, gestionar sus emociones y fortalecer su autoestima.
3. **Socialización:** Fomentar la cooperación, el respeto y la interacción positiva entre iguales.
4. **Aprendizaje significativo:** Integrar experiencias lúdicas que enriquezcan las competencias básicas y promuevan un aprendizaje integral.



5. **Igualdad de oportunidades:** Garantizar que todos los niños y niñas, independientemente de sus capacidades o características individuales, puedan participar y beneficiarse de las actividades.

### **Desarrollo de la actuación.**

El programa de psicomotricidad se implementa a lo largo del curso escolar en sesiones semanales diseñadas para abordar diferentes áreas del desarrollo infantil:

#### **1. Espacios y materiales:**

Las sesiones tienen lugar en un espacio amplio, equipado con materiales específicos como colchonetas, aros, pelotas, cuerdas y módulos blandos, que permiten al alumnado experimentar con su cuerpo y el entorno.

#### **2. Metodología:**

**Enfoque lúdico:** Las actividades están diseñadas como juegos que combinan el movimiento con la exploración creativa.

**Atención a la diversidad:** Se adaptan las propuestas a las necesidades y capacidades de cada niño o niña, asegurando la inclusión de todo el alumnado.

**Secuenciación progresiva:** Las actividades se organizan en tres fases:

- **Fase inicial:** Juegos de calentamiento para preparar el cuerpo y captar la atención.
- **Fase principal:** Actividades dinámicas que trabajan habilidades motoras específicas, como el equilibrio, la coordinación y la orientación espacial.
- **Fase final:** Relajación y reflexión para favorecer el bienestar emocional y cerrar la sesión.

#### **3. Integración de valores:**

Se introducen dinámicas que refuercen valores como la cooperación, la empatía y el respeto por las diferencias, alineándose con los principios de convivencia del centro.

### **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Mejora la condición física y el bienestar emocional del alumnado, sentando las bases para un desarrollo saludable.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Contribuye al aprendizaje integral mediante experiencias prácticas que fortalecen las competencias básicas.
- **ODS 5 (Igualdad de Género):** Promueve la igualdad de oportunidades y la participación equitativa en todas las actividades, desafiando estereotipos de género desde edades tempranas.

### **Evidencias y materiales generados.**

El impacto de las sesiones de psicomotricidad queda documentado en publicaciones que recogen las actividades realizadas y su efecto positivo en el desarrollo del alumnado:

[Sesiones de psicomotricidad en Educación Infantil \(2024\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará apostando por la psicomotricidad como herramienta clave en la Educación Infantil, con las siguientes líneas de acción futura:

1. **Ampliación de recursos:** Incorporar nuevos materiales y tecnologías que enriquezcan las sesiones y fomenten la creatividad.
2. **Formación docente:** Ofrecer talleres y cursos para el profesorado, potenciando sus competencias en el diseño y desarrollo de actividades psicomotrices.
3. **Implicación de las familias:** Organizar jornadas abiertas donde las familias puedan participar en las sesiones y conocer la importancia de la psicomotricidad en el desarrollo infantil.

### **A.7. Seguimiento y valoración de las actuaciones realizadas.**

Todas las actuaciones puestas en práctica hasta la fecha, dentro del ámbito de la actividad físico-deportiva, han sido evaluadas en la memoria técnica del proyecto escolar saludable que se elabora anualmente con las aportaciones de los miembros de la comisión del proyecto al finalizar cada curso académico.

Así mismo, al tratarse este proyecto saludable de uno de los ejes vertebradores del centro, también se incorporan en la memoria final de curso el seguimiento y la evaluación de las experiencias acometidas a través de los indicadores de proceso y logro incluidos como instrumento para la valoración de la consecución de los objetivos previstos con cada una de las actuaciones. Dicha memoria cuenta con la aprobación del claustro y del consejo escolar cada mes de junio.

En términos generales, el plan de actividades para el desarrollo la práctica físico-deportiva se valora positivamente, ya que las acciones propuestas han tenido una acogida positiva en la comunidad educativa, son motivadoras para el alumnado y permiten la mejora de los resultados, así como la consolidación de los hábitos de vida saludable.

## **B. PLAN DE ACCIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE ACTUACIONES RELACIONADAS CON LOS HÁBITOS SALUDABLES.**

### **B.1. Justificación.**

Una parte importante de los problemas de salud que enfrenta la sociedad actual está directamente relacionada con los estilos de vida de las personas. Enfermedades crónicas, como las cardiovasculares, ciertos tipos de cáncer o el estrés, guardan una estrecha conexión con factores como una alimentación inadecuada, el sedentarismo o la falta de habilidades para afrontar situaciones vitales conflictivas o de presión social. Por ello, resulta fundamental ofrecer, desde edades tempranas, modelos educativos que capaciten a las personas para adoptar estilos de vida saludables, minimizando los factores de riesgo asociados.

El éxito de una escuela promotora de salud radica, en gran medida, en su capacidad para interactuar con los diversos agentes de la comunidad: la familia, el entorno vecinal, los lugares de reunión y ocio, los servicios de salud y los medios de comunicación. Este entramado social forma parte del ecosistema en el que el centro escolar desarrolla su labor y con el que debe colaborar activamente.

Una escuela promotora de salud proporciona un entorno óptimo para el desarrollo emocional, intelectual, físico y social del alumnado, fomentando actitudes positivas hacia la salud y facilitando la capacidad de tomar decisiones personales informadas y responsables en condiciones de igualdad.

En este contexto, el centro educativo se consolida como un espacio idóneo para la promoción de la salud, desempeñando una función crucial en el desarrollo de la población infantil, que se encuentra en una etapa especialmente receptiva y sensible para adquirir aprendizajes que se conviertan en hábitos duraderos.

## **B.2. Acciones, procedimientos y recursos.**

El CEIP Clara Sánchez, desde el enfoque anteriormente expuesto, busca enriquecer la acción tutorial para implementar una estrategia integral de promoción de la educación para la salud. Esto responde a la necesidad primordial de garantizar un desarrollo integral del alumnado, tanto a nivel personal como social y académico.

Las acciones programadas son diseñadas y coordinadas por la comisión del proyecto escolar saludable y el equipo directivo, con la colaboración de todo el claustro. Asimismo, se cuenta con el apoyo de instituciones, entidades y profesionales externos que, desde su experiencia, contribuyen al logro de los objetivos planteados.

Los recursos específicos empleados se encuentran implícitos en la descripción de las actuaciones que se han incluido en el apartado B.6.

## **B.3. Objetivos.**

- Fomentar hábitos alimentarios equilibrados durante la infancia.
- Promover pautas de higiene y cuidado personal.
- Identificar y prevenir situaciones de riesgo para la salud.
- Potenciar la responsabilidad del alumnado en sus decisiones diarias, promoviendo la comprensión de las consecuencias que estas tienen sobre su salud.

## **B.4. Medidas para la difusión de las experiencias.**

Las actividades desarrolladas en el marco del plan de promoción de hábitos saludables se difunden tanto a nivel interno como externo.

- **Difusión interna:** A través de los canales establecidos por los órganos de gobierno y coordinación docente.
- **Difusión externa:** Mediante los medios y plataformas del centro educativo, como el tablón informativo, la plataforma EducamosCLM, y las redes sociales

(Facebook, Twitter, Instagram y Telegram). Además, se publican en el blog del centro, el blog del proyecto escolar saludable y el magazine digital *Galapanews*.

## **B.5. Metodología.**

La metodología aplicada es participativa, situando al alumnado como protagonista de su proceso de aprendizaje y destacando los beneficios de mantener un estilo de vida saludable. Los principales ejes metodológicos incluyen:

- Abordar los hábitos saludables de forma transversal en las distintas áreas curriculares.
- Implicar activamente a las familias, reconociendo su papel clave en la transmisión de actitudes positivas hacia la salud.
- Fomentar la autonomía y el protagonismo del alumnado en la construcción de su conocimiento.
- Enfatizar las ventajas de los comportamientos saludables, priorizando los mensajes positivos frente a la exposición de conductas no deseables.

## **B.6. Actuaciones.**

### **ACTUACIÓN 1: CALENDARIO DE ALMUERZOS SALUDABLES.**

Desde el curso **2017-2018**, el **Calendario de Almuerzos Saludables** se ha convertido en una de las actuaciones más destacadas del CEIP Clara Sánchez, promoviendo hábitos alimenticios equilibrados entre el alumnado de Educación Infantil y Primaria. Esta iniciativa busca concienciar a las familias sobre la importancia de una alimentación saludable, fomentando el consumo de alimentos naturales y evitando productos ultraprocesados, snacks y bollería industrial. El programa está alineado con los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**, especialmente el **ODS 3 (Salud y Bienestar)**, el **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables)** y el **ODS 4 (Educación de Calidad)**.

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar hábitos alimenticios saludables:** Promover el consumo de frutas, verduras, frutos secos y otros alimentos naturales en los almuerzos escolares.
2. **Reducir el consumo de alimentos ultraprocesados:** Concienciar a las familias sobre los efectos negativos de los snacks y la bollería industrial.
3. **Gamificar el proceso:** Incorporar herramientas y dinámicas motivadoras que hagan más atractiva la participación del alumnado.
4. **Evaluar y dar seguimiento:** Diseñar instrumentos para medir el cumplimiento del calendario y proporcionar feedback positivo.

### **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Ha mejorado los hábitos alimenticios del alumnado, contribuyendo a una dieta más equilibrada y saludable.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integra la educación nutricional como un eje fundamental del aprendizaje integral.

- **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables):** Promueve un consumo responsable, reduciendo el uso de envoltorios y la generación de residuos asociados a los alimentos procesados.

### **Evidencias y materiales generados.**

El impacto y desarrollo de esta actuación han quedado documentados en diversas publicaciones, como por ejemplo:

- [Calendario de Almuerzos Saludables 2024](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará desarrollando y mejorando el **Calendario de Almuerzos Saludables** mediante:

1. **Ampliación de recursos educativos:** Incorporar material didáctico sobre los beneficios de los alimentos propuestos.
2. **Mayor implicación familiar:** Desarrollar talleres prácticos para que las familias aprendan a preparar almuerzos saludables y atractivos.
3. **Medición de impacto a largo plazo:** Evaluar el efecto de esta iniciativa en los hábitos alimenticios del alumnado durante su etapa escolar.

## **ACTUACIÓN 2: ALMUERZOS SALUDABLEMENTE DIVERTIDOS**

La iniciativa "Almuerzos Saludablemente Divertidos" del CEIP Clara Sánchez combina la educación para la salud con la creatividad culinaria, fomentando la implicación activa de las familias y promoviendo hábitos alimentarios saludables entre el alumnado.

Esta actuación diseñada en torno a la celebración de efemérides como Halloween o el Día Mundial contra la Obesidad Infantil, se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos).

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Promover hábitos alimentarios saludables:** Concienciar a las familias y al alumnado sobre la importancia de una alimentación equilibrada como base para una vida saludable.
2. **Fomentar la creatividad culinaria:** Estimular la imaginación de las familias y los niños a través de la elaboración de almuerzos temáticos y nutritivos.
3. **Celebrar efemérides relevantes:** Integrar la educación para la salud en eventos significativos, creando una conexión entre el aprendizaje y las experiencias prácticas.
4. **Fortalecer la colaboración con las familias:** Involucrar activamente a las familias en el proceso educativo, reforzando el vínculo entre el hogar y la escuela.

### **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Fomenta hábitos alimentarios saludables desde edades tempranas, contribuyendo a la prevención de enfermedades relacionadas con la alimentación.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integra la educación para la salud en el currículo escolar, reforzando competencias clave como la creatividad y el trabajo colaborativo.
- **ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos):** Fortalece la relación entre la escuela y las familias, promoviendo un trabajo conjunto en beneficio del alumnado.

### **Evidencias y materiales generados.**

El impacto de "Almuerzos Saludablemente Divertidos" queda reflejado en publicaciones que documentan las actividades realizadas y los logros alcanzados:

- [Almuerzos Saludables y Divertidos \(2021\)](#)
- [Halloween en el CEIP Clara Sánchez \(2021\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará implementando esta actuación con las siguientes líneas de mejora:

1. **Ampliar las temáticas:** Introducir nuevas efemérides relacionadas con la salud, la sostenibilidad y la diversidad cultural.
2. **Crear un recetario digital:** Recopilar las ideas más destacadas en un recetario colaborativo accesible a todas las familias.

### **ACTUACIÓN 3: GALAPACHEF.**

La alimentación saludable es un pilar esencial en el desarrollo integral del alumnado, y el CEIP Clara Sánchez lo promueve activamente a través de Galapachef, un taller de cocina sana diseñado para fomentar hábitos alimentarios equilibrados. Esta iniciativa, desarrollada en colaboración con las familias, involucra a todo el alumnado de Infantil y Primaria, combinando aprendizaje práctico, creatividad y concienciación sobre la importancia de una dieta saludable. Galapachef está alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), destacando el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos).

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Promover hábitos alimentarios saludables:** Fomentar en el alumnado la importancia de consumir alimentos frescos, variados y equilibrados.
2. **Desarrollar habilidades culinarias:** Introducir a los niños y niñas en la preparación de alimentos saludables, reforzando su autonomía y creatividad.

3. **Fortalecer la colaboración con las familias:** Implicar a las familias en actividades educativas, promoviendo la continuidad de los hábitos saludables en el hogar.
4. **Concienciar sobre la sostenibilidad alimentaria:** Integrar prácticas responsables en la selección y preparación de alimentos, alineadas con el cuidado del medio ambiente.

### **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Ayuda a prevenir problemas de salud relacionados con una mala alimentación, favoreciendo una dieta equilibrada desde edades tempranas.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Facilita el aprendizaje significativo mediante actividades prácticas que desarrollan competencias clave como la autonomía, la creatividad y la responsabilidad.
- **ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos):** Refuerza la colaboración entre la escuela y las familias, creando una comunidad educativa comprometida con el bienestar de los estudiantes.

### **Evidencias y materiales generados.**

La realización de **Galapachef** ha quedado documentada en publicaciones que recogen las actividades desarrolladas y su impacto en la comunidad educativa, como por ejemplo:

- [Taller de Cocina Saludable: Galapachef](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez planea continuar con **Galapachef**, ampliando su alcance y adaptándolo a las necesidades actuales de la comunidad educativa. Entre las propuestas de mejora destacan:

1. **Integrar temáticas sostenibles:** Incorporar conceptos como el consumo de productos de proximidad, la reducción de residuos y el reciclaje de envases.
2. **Extender la participación:** Involucrar a expertos en nutrición, chefs locales y otros agentes educativos en el diseño y desarrollo de las sesiones.
3. **Crear un recetario escolar:** Recopilar las recetas elaboradas en el taller para que las familias puedan reproducirlas en casa, reforzando la continuidad del aprendizaje.

### **ACTUACIÓN 4: PROGRAMA DE CONSUMO DE FRUTAS EN LA ESCUELA.**

El CEIP Clara Sánchez participa de manera ininterrumpida, desde el curso 2017, en el Programa de Consumo de Frutas y Hortalizas en la Escuela, una iniciativa promovida por la Consejería de Educación, Cultura y Deporte de Castilla-La Mancha en colaboración con el Gobierno de España y financiada por los Fondos Sociales Europeos. Este programa tiene como objetivo principal fomentar hábitos alimentarios saludables entre el alumnado de Educación Primaria, alineándose con los Objetivos de Desarrollo



Sostenible (ODS), especialmente el ODS 2 (Hambre Cero), el ODS 3 (Salud y Bienestar) y el ODS 4 (Educación de Calidad).

### **Objetivos del programa.**

1. **Promover una alimentación equilibrada:** Incentivar el consumo regular de frutas y hortalizas como parte esencial de una dieta saludable.
2. **Prevenir enfermedades relacionadas con la alimentación:** Reducir el riesgo de obesidad infantil y otras patologías derivadas de una dieta desequilibrada.
3. **Educar en valores de sostenibilidad:** Concienciar al alumnado sobre la importancia de elegir productos frescos y de proximidad, reduciendo el impacto ambiental asociado al consumo de alimentos procesados.
4. **Impulsar la participación de la comunidad educativa:** Involucrar a las familias y al profesorado en la promoción de hábitos saludables dentro y fuera del ámbito escolar.

### **Desarrollo del programa.**

El Programa de Consumo de Frutas en la Escuela se desarrolla durante el segundo y tercer trimestre de cada curso escolar, e incluye las siguientes acciones:

- **Distribución de frutas y hortalizas:** El alumnado de Primaria recibe raciones de frutas y hortalizas frescas en el aula de forma semanal.
- **Sesiones educativas:** Complementando la distribución, se realizan actividades didácticas en el aula sobre los beneficios de una alimentación equilibrada.
- **Evaluación del impacto:** El director del centro elabora una memoria anual para valorar la eficacia del programa y proponer mejoras.

### **Impacto de la actuación.**

- **ODS 2 (Hambre Cero):** Promueve el acceso equitativo a alimentos nutritivos y fomenta hábitos que combaten el hambre oculta (deficiencia de micronutrientes).
- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Ayuda a prevenir la obesidad infantil y fomenta una dieta equilibrada desde edades tempranas.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integra la educación alimentaria en el currículo escolar, reforzando competencias relacionadas con la salud y el bienestar.
- **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables):** Contribuye a concienciar sobre el impacto ambiental del consumo de alimentos procesados, incentivando el uso de productos frescos y locales.

### **Evidencias y materiales generados.**

La participación del CEIP Clara Sánchez en este programa queda documentada en diversas publicaciones que muestran la evolución y resultados de la iniciativa:

- [Programa de Consumo de Fruta y Hortalizas](#)
- [Frutómetro.](#)
- [Memoria de actuaciones](#)



## **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará participando activamente en el Programa de Consumo de Frutas y Hortalizas en la Escuela, con planes de ampliación y mejora:

1. **Organizar talleres interactivos:** Realizar actividades prácticas, como talleres de cocina saludable, para reforzar el aprendizaje.
2. **Colaborar con productores locales:** Promover alianzas con agricultores de proximidad, alineándose con los valores de sostenibilidad del programa.

## **ACTUACIÓN 5: TALLERES DE HÁBITOS SALUDABLES.**

Los talleres de hábitos saludables del CEIP Clara Sánchez se consolidan como una actuación fundamental en la promoción de la salud integral del alumnado. Estas actividades abordan aspectos clave como la higiene personal, la prevención de riesgos, la alimentación equilibrada, y la movilidad segura, con el propósito de inculcar conocimientos y actitudes que favorezcan una vida sana y responsable. Este enfoque se encuentra alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 11 (Ciudades y Comunidades Sostenibles).

## **Ámbitos de actuación.**

1. **Higiene y cuidado personal:** Fomentar prácticas como el lavado de manos, la higiene bucodental y el cuidado corporal, esenciales para prevenir enfermedades y promover el bienestar.
2. **Prevención de riesgos:** Sensibilizar sobre la seguridad en el hogar, en la escuela y en la vía pública, preparando al alumnado para identificar y actuar ante posibles peligros.
3. **Alimentación saludable:** Desarrollar talleres y actividades que promuevan una dieta equilibrada, incluyendo la elección consciente de alimentos y la importancia de una correcta hidratación.
4. **Movilidad saludable:** Educar en la seguridad vial y fomentar prácticas sostenibles como la movilidad activa.

## **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Contribuye a la mejora de la salud física y mental del alumnado mediante la educación en prácticas saludables.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Refuerza la formación integral del alumnado, combinando aprendizajes teóricos con experiencias prácticas.
- **ODS 11 (Ciudades y Comunidades Sostenibles):** Promueve la movilidad segura y sostenible, fortaleciendo el compromiso con comunidades más inclusivas y responsables.

## **Evidencias y materiales generados.**

Los talleres desarrollados en esta actuación han generado una rica documentación que refleja su impacto en la comunidad educativa:

- [Las ciberfrutas llegan a tu cole \(2021\)](#)
- [10 consejos de salud visual \(2019\)](#)
- [Taller de higiene bucodental \(2019\)](#)
- [Taller corporal de arquitectura \(2019\)](#)
- [Taller de hábitos saludables \(2018\)](#)
- [Visita a los bomberos \(2019\)](#)
- [Actividades: Día Mundial del Lavado de Manos \(2020\)](#)
- [Seguridad vial y movilidad saludable \(2023\)](#)
- [Taller de higiene bucodental: Semana de la Salud \(2023\)](#)
- [Taller sobre primeros auxilios.](#)
- [Simulacros de incendio.](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez seguirá ampliando y mejorando los talleres de hábitos saludables con las siguientes propuestas:

1. **Incorporar nuevas temáticas:** Ampliar los talleres a áreas como la salud mental, el bienestar emocional y la sostenibilidad ambiental.
2. **Fortalecer la participación familiar:** Implicar a las familias en las actividades, reforzando los aprendizajes en el ámbito doméstico.
3. **Colaborar con expertos y entidades locales:** Establecer alianzas con profesionales de la salud y organismos locales para enriquecer las sesiones y aportar nuevas perspectivas.

### **ACTUACIÓN 6: PROYECTO SALVAVIDAS.**

El Proyecto Salvavidas es una iniciativa solidaria que ha transformado al CEIP Clara Sánchez en un espacio cardioprotegido desde octubre de 2020, gracias a la adquisición de un desfibrilador DEA. Este logro se alcanzó mediante la implicación activa de toda la comunidad educativa, que participó en un ejercicio de ingeniería solidaria centrado en la venta de pulseras solidarias a través del programa nacional "Proyecto Salvavidas". Este esfuerzo colectivo refuerza el compromiso del centro con la seguridad y el bienestar de su comunidad, alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar) y el ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos).

### **Objetivos de la actuación.**

1. **Dotar al centro de un desfibrilador DEA:** Asegurar la disponibilidad de equipos necesarios para actuar de manera inmediata ante emergencias cardíacas.
2. **Promover la solidaridad comunitaria:** Implicar a toda la comunidad educativa en un proyecto común que fomente valores de colaboración y responsabilidad social.
3. **Concienciar sobre la salud cardíaca:** Sensibilizar al alumnado, las familias y el personal del centro sobre la importancia de la cardioprotección en espacios públicos y educativos.
4. **Garantizar un entorno seguro:** Convertir al CEIP Clara Sánchez en un espacio seguro y preparado para atender emergencias médicas.

## **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Mejora la capacidad del centro para responder ante emergencias médicas, protegiendo la vida de su comunidad.
- **ODS 17 (Alianzas para Lograr los Objetivos):** Demuestra cómo la colaboración entre diferentes agentes educativos puede materializarse en un beneficio tangible para todos.

## **Desarrollo del proyecto.**

1. **Venta de pulseras solidarias:** La comunidad educativa participó activamente en la promoción y venta de pulseras a través del programa "Proyecto Salvavidas". Esta acción no solo permitió recaudar los fondos necesarios, sino que también fomentó la implicación colectiva.
2. **Adquisición del DEA:** Gracias a los fondos recaudados, el CEIP Clara Sánchez adquirió un desfibrilador DEA, asegurando la cardioprotección del centro.
3. **Formación en su uso:** Tras la instalación del equipo, se organizaron talleres para capacitar al personal docente y administrativo en el manejo del DEA, aumentando la preparación del centro ante posibles emergencias.

## **Evidencias y materiales generados.**

La ejecución del **Proyecto Salvavidas** ha quedado documentada en publicaciones que reflejan tanto el proceso como el impacto de esta actuación:

- [Pulseras Salvavidas: Un paso hacia la cardioprotección \(2019\)](#)
- [CEIP Clara Sánchez: Espacio cardioprotegido \(2020\)](#)

## **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez continuará apostando por la salud y la seguridad de su comunidad mediante:

1. **Actualización continua:** Revisar periódicamente el estado del DEA y renovar la formación del personal en su uso.
2. **Ampliación de la cardioprotección:** Extender el proyecto a otros espacios frecuentados por la comunidad educativa, como instalaciones deportivas o zonas recreativas.
3. **Sensibilización permanente:** Organizar campañas anuales para recordar la importancia de la cardioprotección y fomentar la cultura de la prevención en emergencias.

## **ACTUACIÓN 7: EL DOCTOR DE LA SALUD.**

La actuación "El Doctor de la Salud" fue una innovadora y lúdica propuesta del CEIP Clara Sánchez, diseñada para fomentar hábitos saludables en toda la comunidad educativa mediante la simulación de un estudio internacional. Este proyecto, que combina creatividad, aprendizaje significativo y compromiso con la salud, está alineado

con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), destacando el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 13 (Acción por el Clima).

### **Punto de partida.**

El proyecto comenzó con la recepción de una carta ficticia del Advanced Institute Health de los Estados Unidos, que anunciaba que los estudiantes del CEIP Clara Sánchez habían sido seleccionados para participar en un estudio sobre hábitos saludables. Según la misiva, un especialista en salud visitaría el colegio para evaluar las conductas saludables del alumnado, añadiendo un componente narrativo que aumentó la motivación y la implicación.

### **Desarrollo de la actuación.**

#### **1. Indicadores de salud en el aula:**

Se crearon **termómetros de salud** para cada clase, diseñados para medir el cumplimiento de indicadores relacionados con la salud y el bienestar:

- **Descansos activos:** Actividades físicas durante los recreos y pausas.
- **Desplazamientos activos:** Uso de medios sostenibles como bicicletas o caminatas para llegar al colegio.
- **Almuerzos saludables:** Consumo de frutas, verduras y alimentos nutritivos.
- **Higiene postural:** Correcta postura al sentarse y trabajar.
- **Nivel de ruido:** Ambiente tranquilo y propicio para el aprendizaje.
- **Cuidado del entorno:** Limpieza del aula y uso responsable de recursos.

#### **2. Visita del "Doctor de la Salud":**

- El **Doctor de la Salud**, interpretado por un padre del AMPA, visitó las aulas para evaluar los termómetros de salud.
- Dependiendo de la "temperatura" del aula, el doctor ofrecía **recomendaciones para mejorar** o entregaba **diplomas y recompensas** a las clases que destacaban por sus hábitos saludables.

#### **3. Feedback innovador:**

- Los estudiantes recibieron **vídeos en inglés** con mensajes de felicitación personalizados enviados por la "directora" del Advanced Institute Health, reforzando el aprendizaje del idioma y su motivación.

### **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Fomentó hábitos saludables y sostenibles entre el alumnado, contribuyendo a su desarrollo físico y emocional.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Promovió el aprendizaje interdisciplinar mediante actividades creativas que integraron salud, sostenibilidad y competencia lingüística.

- **ODS 13 (Acción por el Clima):** Incentivó prácticas sostenibles como los desplazamientos activos y el cuidado del entorno.

### **Evidencias y materiales generados.**

El desarrollo y los resultados de esta actuación quedaron documentados en publicaciones que reflejan la creatividad y el impacto positivo del proyecto:

- [Nos visitó el Doctor de la Salud \(2019\)](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez planea replicar y mejorar esta iniciativa con las siguientes propuestas:

1. **Incorporar nuevos indicadores:** Ampliar el termómetro de salud con indicadores relacionados con la salud mental, la sostenibilidad y la convivencia.
2. **Implicar a toda la comunidad educativa:** Invitar a profesionales locales del ámbito sanitario para enriquecer la experiencia y ofrecer talleres prácticos.
3. **Fortalecer el enfoque internacional:** Introducir nuevos elementos que refuercen el aprendizaje de idiomas y la conexión con iniciativas globales de salud.

## **B.7. Seguimiento y valoración de las actuaciones realizadas.**

Todas las actuaciones implementadas en el marco de la promoción de la actividad física y los hábitos saludables son evaluadas anualmente en la memoria técnica del Proyecto Escolar Saludable. Este documento se elabora al finalizar cada curso académico, con las aportaciones de los miembros de la comisión del proyecto.

Dado que este proyecto constituye uno de los ejes vertebradores del centro, el seguimiento y la evaluación de las experiencias llevadas a cabo también se reflejan en la memoria final de curso. Para ello, se emplean indicadores de proceso y de logro que sirven como instrumento para valorar el grado de consecución de los objetivos previstos en cada actuación. Esta memoria es presentada y aprobada por el claustro y el consejo escolar durante el mes de junio.

En términos generales, el plan de actividades se considera satisfactorio. Las propuestas han sido bien recibidas por la comunidad educativa, han resultado motivadoras para el alumnado y han contribuido a la mejora de los resultados, así como a la consolidación de hábitos de vida saludable.

## **C. PLAN DE ACCIÓN PARA LA REALIZACIÓN DE ACTUACIONES RELACIONADAS CON LA EDUCACIÓN AMBIENTAL.**

### **C.1. Justificación.**

La adopción de una actitud consciente y responsable hacia el entorno que nos rodea, del cual formamos parte indisoluble, depende en gran medida de la educación que recibimos desde la infancia. Por ello, la escuela desempeña un papel crucial en este proceso formativo.

Las actividades incluidas en este ámbito de intervención tienen como objetivo aprovechar los contenidos curriculares desde una perspectiva multidisciplinar, promoviendo la transferencia de aprendizajes a los distintos contextos en los que el alumnado crece y se desarrolla. Todo ello se orienta a formar ciudadanos comprometidos con una sociedad más justa, solidaria y ecológicamente equilibrada.

## C.2. Acciones, procedimientos y recursos.

Las acciones propuestas en este bloque del Proyecto Escolar Saludable se han implementado de manera puntual en distintos momentos del curso escolar a lo largo de los últimos años. Además, la educación ambiental actúa como eje transversal en las programaciones didácticas de las áreas de infantil y primaria, abordada de forma sistemática por los equipos docentes.

Como en otras iniciativas del CEIP Clara Sánchez, la colaboración con diversas entidades e instituciones (Consejerías de Educación y Desarrollo Sostenible, Ayuntamiento, ARBA, Salud Ambiental en la Escuela, entre otras) ha sido clave para el desarrollo de estas actuaciones.

Los recursos empleados están descritos de manera implícita en el apartado C.6, que detalla las actuaciones realizadas.

## C.3. Objetivos.

- **Promover** la comprensión y valoración de la importancia de preservar el medio ambiente por su repercusión en la salud de las personas.
- **Fomentar** la responsabilidad del alumnado en las decisiones diarias, destacando las consecuencias de estas sobre su salud y el entorno.

## C.4. Medidas para la difusión de las experiencias.

Las actividades desarrolladas en el marco del plan de acción para la educación ambiental se han difundido tanto a nivel interno como externo:

- **Internamente**, a través de los canales establecidos por los órganos de gobierno y coordinación docente.
- **Externamente**, mediante el uso de medios, plataformas y redes sociales del centro educativo, como:
  - Tablón informativo.
  - Plataforma EducamosCLM.
  - Redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram, Telegram).
  - Blog del centro y del Proyecto Escolar Saludable.
  - Magazine digital del centro: *Galapanews*.

## C.5. Metodología.

La metodología aplicada se basa en los principios de acción y participación, priorizando los siguientes enfoques:

- **Fomentar la observación y percepción**, estimulando el desarrollo de los sentidos y la sensibilidad del alumnado para obtener información del entorno.
- **Estimular la motivación y curiosidad**, aprovechando las experiencias cotidianas del alumnado para captar su atención y receptividad.
- **Favorecer la reflexión** mediante preguntas que susciten análisis crítico.
- **Adoptar enfoques interdisciplinares**, integrando distintos aspectos del medio ambiente en el aprendizaje.
- **Aprovechar el entorno natural inmediato** como recurso didáctico principal, ilustrando conceptos y procesos reales y vinculándolos a la experiencia del alumnado.
- **Promover el aprendizaje grupal**, fomentando valores como la comunicación, cooperación y el trabajo en equipo.
- **Incorporar la creatividad e imaginación** como herramientas clave para desarrollar proyectos y encontrar soluciones a problemas ambientales.

## C.6. Actuaciones.

### ACTUACIÓN 1: HUERTO ESCOLAR ECOLÓGICO.

El huerto escolar ecológico del CEIP Clara Sánchez ha funcionado durante los últimos cursos como una herramienta didáctica multidisciplinar que trasciende el trabajo en el aula. Este proyecto fomenta el trabajo colaborativo, promueve valores proambientales y contribuye al desarrollo de hábitos saludables relacionados con la alimentación. Su implementación está alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), destacando el ODS 2 (Hambre Cero), el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 12 (Producción y Consumo Responsables).

#### Objetivos de la actuación.

1. **Fomentar el trabajo colaborativo:** Implicar al alumnado en actividades prácticas que refuercen la cooperación, la responsabilidad y el trabajo en equipo.
2. **Promover valores proambientales:** Concienciar sobre la importancia de la sostenibilidad y el cuidado del entorno natural mediante el cultivo ecológico.
3. **Incentivar hábitos saludables:** Integrar el aprendizaje sobre alimentación equilibrada y el consumo de productos frescos y locales.
4. **Enriquecer el aprendizaje curricular:** Conectar las actividades del huerto con contenidos de ciencias naturales, matemáticas, arte y otras áreas del currículo.
5. **Reforzar la conexión con la comunidad:** Involucrar a las familias y al entorno local en la gestión y mantenimiento del huerto.

#### Impacto de la actuación.

- **ODS 2 (Hambre Cero):** Promueve el acceso a alimentos frescos y saludables, educando en la importancia de la seguridad alimentaria.
- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Fomenta hábitos saludables relacionados con la alimentación y el contacto con la naturaleza.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Facilita un aprendizaje práctico y significativo, integrando valores y competencias clave en el currículo escolar.



- **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables):** Conciencia sobre la importancia de producir y consumir de manera sostenible.

### **Evidencias y materiales generados.**

La experiencia del **huerto escolar ecológico** ha quedado reflejada en numerosas publicaciones que documentan sus diferentes etapas y logros:

[Huerto escolar ecológico 1](#)  
[Huerto escolar ecológico 2](#)  
[Huerto escolar ecológico 3](#)  
[Huerto escolar ecológico 4](#)  
[Huerto escolar ecológico 5](#)  
[Huerto escolar ecológico 6](#)  
[Huerto escolar ecológico 7](#)  
[Huerto escolar ecológico 8](#)  
[Huerto escolar ecológico 9](#)  
[Huerto escolar ecológico 10](#)  
[Huerto escolar ecológico 11](#)  
[Calendario de tareas del huerto](#)

### **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez planea consolidar y ampliar el proyecto del huerto escolar ecológico con las siguientes propuestas:

1. **Ampliar la diversidad de cultivos:** Introducir nuevas especies que enriquezcan la experiencia educativa y el aprendizaje sobre biodiversidad.
2. **Involucrar más agentes educativos:** Integrar a las familias y a expertos locales en talleres relacionados con el cuidado del huerto y la alimentación saludable.
3. **Promover el aprendizaje intergeneracional:** Organizar jornadas de intercambio de experiencias entre estudiantes y miembros de la comunidad, como agricultores locales.
4. **Desarrollar actividades STEAM:** Vincular el huerto con disciplinas como la tecnología y la ingeniería a través de proyectos de riego automatizado o control de plagas.

### **ACTUACIÓN 2: LOS VIERNES VERDES.**

La iniciativa "**Los Viernes Verdes**" fue creada durante el curso 2018-2019 con el objetivo de **dinamizar el funcionamiento del huerto escolar ecológico** y fomentar la participación activa de toda la comunidad educativa en actividades de convivencia y educación ambiental. Este proyecto ha servido como un espacio para sensibilizar sobre la importancia de la sostenibilidad, el cuidado del medio ambiente y la alimentación saludable. "**Los Viernes Verdes**" se enmarca dentro de los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**, destacando su contribución al **ODS 3 (Salud y Bienestar)**, el **ODS 4 (Educación de Calidad)**, el **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables)**, y el **ODS 15 (Vida de Ecosistemas Terrestres)**.



## **Objetivos de la iniciativa.**

1. **Fomentar la educación ambiental:** Sensibilizar al alumnado y a sus familias sobre la importancia de preservar el medio ambiente y adoptar prácticas sostenibles.
2. **Potenciar la participación comunitaria:** Promover la implicación activa de toda la comunidad educativa en las actividades del huerto escolar.
3. **Reforzar valores como la cooperación y la responsabilidad:** Facilitar un espacio donde se trabajen competencias sociales y cívicas a través de dinámicas grupales.
4. **Enriquecer el aprendizaje interdisciplinar:** Utilizar el huerto como herramienta para integrar contenidos de ciencias naturales, matemáticas, educación física y valores éticos.

## **Desarrollo de Los Viernes Verdes.**

### **1. Jornadas de convivencia.**

- **Convocatoria abierta:** Se invitó a toda la comunidad educativa (alumnado, familias y profesorado) a participar en sesiones semanales en el huerto.
- **Actividades colaborativas:** Las tareas incluyeron siembra, riego, recolección de cultivos, mantenimiento del terreno y creación de espacios de biodiversidad.
- **Dinamización ambiental:** Se organizaron charlas y talleres sobre reciclaje, compostaje y biodiversidad, fortaleciendo la conciencia ecológica.

### **2. Educación en valores ambientales.**

- **Cuidado del entorno:** Los participantes aprendieron a valorar el papel del huerto como ecosistema y su impacto en la salud y la sostenibilidad.
- **Prácticas sostenibles:** Se enseñaron técnicas de cultivo ecológico y métodos de conservación del suelo y el agua.

### **3. Fortalecimiento de la comunidad educativa.**

- **Conexión intergeneracional:** La participación de familias y docentes favoreció un aprendizaje compartido y enriquecedor.
- **Cultura de convivencia:** Las jornadas sirvieron como punto de encuentro para fortalecer las relaciones entre los diferentes actores de la comunidad educativa.

## **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Promueve actividades al aire libre que benefician la salud física y mental de los participantes.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Integra el aprendizaje teórico y práctico, fortaleciendo competencias clave y valores éticos.
- **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables):** Incentiva prácticas sostenibles relacionadas con la producción y consumo de alimentos.
- **ODS 15 (Vida de Ecosistemas Terrestres):** Refuerza la conexión del alumnado con la naturaleza y el cuidado de los recursos naturales.

## **Evidencias y materiales generados.**

La experiencia de "Los Viernes Verdes" quedó documentada en diversas publicaciones que reflejan su impacto positivo y su contribución a la comunidad escolar:

- [Viernes Verde: Actividades en el huerto \(2019\)](#)
- [Convocatoria: Viernes Verde \(2019\)](#)
- [Crónica del Viernes Verde \(2019\)](#)

## **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez planea dar continuidad a esta actuación con nuevas propuestas:

1. **Ampliar la periodicidad:** Convertir "Los Viernes Verdes" en una actividad recurrente en un futuro a corto-medio plazo.
2. **Diversificar las actividades:** Incluir talleres sobre energías renovables, reciclaje creativo y conservación de la biodiversidad local.
3. **Crear un espacio de aprendizaje digital:** Documentar las actividades y logros en un blog o plataforma que permita a la comunidad compartir recursos y experiencias.
4. **Colaborar con expertos locales:** Invitar a agricultores, biólogos y ambientalistas para enriquecer las jornadas con conocimientos especializados.

## **ACTUACIÓN 3: RECREOS RESIDUO CERO.**

El **CEIP Clara Sánchez**, en colaboración con el colectivo “**Teachers For Future**”, participa activamente en el programa “**Recreos Residuo Cero**”, una iniciativa diseñada para promover actitudes responsables hacia el cuidado del medio ambiente entre el alumnado y las familias. Esta actuación tiene como objetivo reducir significativamente la generación de residuos mediante la sustitución de envoltorios plásticos y de aluminio por envases reutilizables, fomentando prácticas sostenibles que beneficien al entorno inmediato. Este proyecto está estrechamente alineado con los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**, especialmente el **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables)**, el **ODS 13 (Acción por el Clima)**, y el **ODS 15 (Vida de Ecosistemas Terrestres)**.

## **Objetivos de la actuación.**

1. **Fomentar la sostenibilidad:** Reducir el uso de materiales desechables mediante la implementación de envases reutilizables para el almuerzo y el agua.
2. **Concienciar sobre el impacto ambiental:** Sensibilizar al alumnado y a las familias sobre la importancia de minimizar los residuos plásticos en su día a día.
3. **Promover la economía circular:** Potenciar el reciclaje y la correcta separación de residuos en todas las aulas y espacios comunes del centro.
4. **Integrar valores sostenibles:** Incorporar prácticas ecológicas en la rutina diaria del alumnado como parte de su aprendizaje integral.

## **Desarrollo de la actuación.**

### **1. Sustitución de envoltorios:**

- Se fomentó el uso de **táperes y envases reutilizables** para los almuerzos, logrando que más del 90% de los estudiantes adopten esta práctica.
- Se solicitó que el agua que traen los alumnos y las alumnas sea en **botellas reutilizables**, disminuyendo el consumo de plástico de un solo uso.

### **2. Registro y evaluación:**

- Cada aula lleva un **registro diario** para monitorizar el cumplimiento de estas medidas, permitiendo valorar el impacto positivo de la iniciativa.
- Este seguimiento sistemático refuerza el compromiso del alumnado y las familias, quienes han mostrado un alto nivel de implicación.

### **3. Acciones complementarias:**

- **Reciclaje y separación de residuos:** Todas las aulas, tanto de infantil como de primaria, así como los espacios comunes, cuentan con sistemas de reciclaje organizados.
- La actuación se ha dinamizado a través de otras iniciativas como **El Doctor de la Salud** y **Galapacoin**, fortaleciendo el enfoque transversal del programa.

## **Impacto de la actuación.**

- **ODS 12 (Producción y Consumo Responsables):** Contribuye a la reducción del uso de materiales desechables y fomenta un consumo más sostenible.
- **ODS 13 (Acción por el Clima):** Disminuye la huella de carbono asociada a los residuos plásticos, promoviendo prácticas que benefician al medio ambiente.
- **ODS 15 (Vida de Ecosistemas Terrestres):** Ayuda a preservar los ecosistemas mediante la reducción de desechos que podrían contaminar el entorno natural.

## **Evidencias y materiales generados.**

La implementación de "**Recreos Residuo Cero**" ha quedado documentada en múltiples publicaciones que destacan su impacto y evolución a lo largo de los cursos:

- [Recreos Residuos Cero: Inicio de la iniciativa \(2020\)](#)
- [Carnaval Sostenible \(2021\)](#)
- [Recreo Residuos Cero: Progreso del programa \(2021\)](#)
- [Recreos Residuos Cero: Continuidad del compromiso \(2021\)](#)
- [Recreos Residuos Cero: Impacto actual \(2023\)](#)

## **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez seguirá desarrollando y fortaleciendo "**Recreos Residuo Cero**" con las siguientes líneas de acción:

1. **Ampliar la educación ambiental:** Realizar talleres sobre reciclaje creativo y compostaje, vinculando el programa con otras iniciativas sostenibles del centro.

2. **Mayor implicación comunitaria:** Fomentar la participación activa de las familias a través de campañas de sensibilización y jornadas colaborativas.
3. **Colaboraciones estratégicas:** Establecer alianzas con entidades locales y colectivos ambientales para enriquecer la propuesta con nuevos recursos y conocimientos.
4. **Digitalización del seguimiento:** Implementar herramientas digitales para mejorar el registro y análisis del impacto de la iniciativa.

#### **ACTUACIÓN 4: TALLERES SOBRE EDUCACIÓN AMBIENTAL.**

Con el firme compromiso de sensibilizar a nuestro alumnado sobre los problemas ambientales y promover su implicación activa en la mejora del entorno, el CEIP Clara Sánchez ha desarrollado, a lo largo de los últimos cursos, numerosas actuaciones orientadas a fomentar el interés por el cuidado del medio ambiente.

Estos talleres, realizados de forma gratuita para las familias, se han llevado a cabo gracias a una estrecha colaboración con diversas asociaciones y entidades comprometidas con la sostenibilidad. Todas las actividades se alinean con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente con el ODS 4 (*Educación de calidad*), el ODS 13 (*Acción por el clima*), el ODS 15 (*Vida de ecosistemas terrestres*) y el ODS 12 (*Producción y consumo responsables*).

#### **Propósito de los talleres.**

El objetivo de estas iniciativas es doble:

1. **Concienciar al alumnado** sobre los desafíos ambientales que enfrenta nuestra sociedad, desarrollando en ellos una sensibilidad activa hacia su entorno.
2. **Fomentar la acción concreta** mediante aprendizajes prácticos, cooperativos y basados en experiencias reales, contribuyendo a la adquisición de hábitos sostenibles y responsables.

#### **Evidencias y materiales destacados.**

A continuación, se presentan ejemplos de las evidencias, actividades y materiales que han formado parte de esta actuación:

- [Talleres sobre salud ambiental en la escuela \(2018\)](#)
- [Talleres de salud ambiental \(Parte I - 2019\)](#)
- [Talleres de salud ambiental \(Parte II - 2019\)](#)
- [Superhéroes del reciclaje \(2021\)](#)
- [Quiero, Reciclo - Guadalajara \(2019\)](#)
- [Un bosque no es un cultivo \(2017\)](#)
- [Reutilimagia \(2020\)](#)
- [Taller sobre bosques de Guadalajara \(2019\)](#)
- [El abeto de infantil \(2019\)](#)
- [La senda de los envases \(2019\)](#)
- [Cuentacuentos participativo: Educación ambiental \(2019\)](#)
- [Taller de apicultura \(2019\)](#)

- [Los guardabosques \(2019\)](#)
- [Otro final es posible: Campaña de reciclaje \(2020\)](#)
- [Escape room.](#)
- [Taller sobre biodiversidad.](#)
- [Taller de reciclaje.](#)

### **Impacto y contribución.**

Estas actuaciones han generado un impacto positivo en la comunidad educativa, promoviendo:

- La adquisición de conocimientos relacionados con la preservación del medio ambiente.
- La integración de valores como la responsabilidad, la cooperación y el respeto hacia la naturaleza.
- La implicación activa del alumnado y sus familias en acciones concretas que contribuyen a los ODS.

Con esta perspectiva, los talleres no solo han enriquecido el aprendizaje de los alumnos y alumnas, sino que también han fortalecido la conciencia ecológica de toda la comunidad, consolidando al CEIP Clara Sánchez como un referente en educación ambiental.

### **ACTUACIÓN 5: ALTERNATIVAS PARA UN OCIO SALUDABLE EN FAMILIA.**

Uno de los objetivos prioritarios del proyecto saludable del CEIP Clara Sánchez es ofrecer a nuestro alumnado y sus familias alternativas para disfrutar de un ocio activo, saludable y sostenible. Estas actividades buscan fomentar el bienestar físico y emocional, así como fortalecer los lazos familiares y la conexión con el entorno natural.

Para lograr esta finalidad, el centro educativo colabora estrechamente con instituciones locales, asociaciones y entidades comprometidas con la promoción de un estilo de vida saludable y sostenible. Estas iniciativas están diseñadas para que las familias puedan participar activamente, convirtiéndose en agentes de cambio en la comunidad y contribuyendo a la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), en particular:

- **ODS 3** (*Salud y bienestar*).
- **ODS 12** (*Producción y consumo responsables*).
- **ODS 13** (*Acción por el clima*).
- **ODS 15** (*Vida de ecosistemas terrestres*).

### **Propósito de las actividades.**

- **Fomentar el ocio activo en familia**, promoviendo actividades al aire libre que refuercen hábitos de vida saludable.
- **Sensibilizar sobre el cuidado del medio ambiente**, integrando valores de sostenibilidad en el tiempo de ocio.

- **Reforzar el vínculo entre la escuela y las familias**, generando espacios de convivencia y colaboración.

### **Evidencias y materiales destacados.**

A continuación, se presentan ejemplos de las actividades realizadas y los recursos utilizados, disponibles a través de los siguientes enlaces:

- [Revegetación de la ribera del río Torote \(2021\)](#)
- [Vive tu espacio 2021](#)
- [Celebra tu naturaleza cercana \(2021\)](#)
- [Familias que se mueven por el medio \(2021\)](#)
- [Celebra tu naturaleza cercana - Primavera \(2021\)](#)
- [Celebra tu naturaleza cercana \(2019\)](#)
- [Celebra tu naturaleza cercana - Programa \(2019\)](#)
- [Cuentalleres ambientales \(2021\)](#)

### **Impacto y contribución.**

Las iniciativas desarrolladas han tenido un impacto positivo en la comunidad educativa, destacándose por:

- **Promover el bienestar familiar**, fortaleciendo las relaciones interpersonales en entornos naturales.
- **Incrementar la conciencia ambiental**, inspirando hábitos responsables y sostenibles.
- **Facilitar la participación comunitaria**, reforzando el sentido de pertenencia y compromiso colectivo.

### **Perspectiva de los ODS.**

Estas actividades trascienden el ámbito escolar, contribuyendo de forma directa al desarrollo sostenible mediante:

- La **mejora de la salud y el bienestar** de las familias (ODS 3).
- El impulso de un **consumo responsable** en las actividades realizadas (ODS 12).
- La **acción climática**, integrando prácticas que mitigan el impacto ambiental (ODS 13).
- La preservación de los **ecosistemas terrestres** mediante acciones de reforestación y educación ambiental (ODS 15).

En conjunto, las alternativas para un ocio saludable en familia no solo enriquecen la experiencia educativa, sino que también consolidan al CEIP Clara Sánchez como un referente en la promoción de estilos de vida sostenibles.

## ACTUACIÓN 6: ECOLIMPIEZA DEL ARROYO DEL RÍO TOROTE.

Las jornadas de Ecolimpieza del arroyo del río Torote son una de las actividades más emblemáticas del CEIP Clara Sánchez, realizadas de manera periódica con un doble propósito: promover la actividad física a través del senderismo y fomentar el cuidado del medio ambiente mediante acciones concretas de limpieza y concienciación.

Estas iniciativas, integradas en el Proyecto Escolar Saludable, buscan sensibilizar al alumnado y sus familias sobre la importancia de preservar los ecosistemas locales, desarrollando valores de responsabilidad y compromiso con el entorno natural. Además, contribuyen directamente a la consecución de varios Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), entre ellos:

- **ODS 3** (*Salud y bienestar*), al promover hábitos saludables como la actividad física.
- **ODS 13** (*Acción por el clima*), a través de la protección de entornos naturales.
- **ODS 15** (*Vida de ecosistemas terrestres*), al fomentar la conservación de la biodiversidad en espacios naturales cercanos.

### Propósito de las jornadas.

- **Fomentar la actividad física** mediante caminatas y senderismo, combinando ejercicio con objetivos educativos.
- **Promover la conciencia ambiental**, implicando a la comunidad educativa en la limpieza y cuidado de un ecosistema cercano.
- **Generar aprendizajes significativos**, vinculando el conocimiento teórico del aula con experiencias prácticas en el entorno natural.

### Evidencias y materiales destacados.

Las siguientes evidencias y recursos son ejemplos de las actividades realizadas en el marco de estas jornadas:

- [I Jornada de Ecolimpieza del Arroyo \(2019\)](#)
- [Actividades infantiles durante la Ecolimpieza \(2019\)](#)
- [Ecolimpieza del Arroyo Torote \(2020\)](#)
- [Jornada de limpieza del Arroyo del Río Torote \(2022\)](#)

### Impacto y contribución.

Las jornadas de ecolimpieza han tenido un impacto significativo en la comunidad educativa, destacándose por:

- **Consolidar hábitos saludables** como el ejercicio al aire libre y el contacto con la naturaleza.
- **Involucrar a las familias**, fortaleciendo su participación activa en actividades de impacto positivo en el entorno.
- **Sensibilizar sobre el problema de los residuos** y su efecto en los ecosistemas locales, fomentando una actitud responsable hacia el medio ambiente.

## **Perspectiva de los ODS.**

Estas actuaciones se alinean con los principios de sostenibilidad y acción comunitaria, contribuyendo al desarrollo de una ciudadanía comprometida con los desafíos ambientales actuales. De este modo, las jornadas no solo promueven el bienestar individual y colectivo, sino que también refuerzan el papel del CEIP Clara Sánchez como agente transformador en su entorno local.

En conjunto, estas actividades integran aprendizaje, acción y reflexión, convirtiéndose en un modelo de buenas prácticas replicables en otros contextos educativos.

## **ACTUACIÓN 7: ESTRATEGIA DE EDUCACIÓN AMBIENTAL: “HORIZONTE 2030”.**

Desde el curso 2020-2021, el CEIP Clara Sánchez forma parte de la **estrategia “Horizonte 2030”**, una iniciativa institucional impulsada por el Gobierno de Castilla-La Mancha para reforzar la educación ambiental y avanzar hacia un futuro sostenible.

**Horizonte 2030** establece un marco estratégico con objetivos claros, acciones alcanzables y criterios de evaluación que permiten generar, intensificar y coordinar iniciativas en distintos ámbitos educativos. Esta estrategia se alinea directamente con los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**, destacando especialmente:

- **ODS 4** (*Educación de calidad*), al promover aprendizajes significativos relacionados con la sostenibilidad.
- **ODS 13** (*Acción por el clima*), al integrar la educación ambiental como pilar fundamental.
- **ODS 15** (*Vida de ecosistemas terrestres*), al impulsar acciones que favorecen la conservación del entorno natural.

## **Propósito de la estrategia.**

La estrategia “Horizonte 2030” tiene como objetivo principal fomentar una cultura de sostenibilidad en la comunidad educativa mediante:

- **La sensibilización ambiental**, educando sobre los retos y oportunidades asociados a la sostenibilidad.
- **La promoción de acciones coordinadas**, que involucren a alumnado, familias, docentes e instituciones.
- **El desarrollo de competencias transversales**, vinculadas al pensamiento crítico, la colaboración y la acción responsable en pro del medio ambiente.

## **Evidencias y recursos destacados.**

El CEIP Clara Sánchez ha llevado a cabo diversas actividades y generado materiales en el marco de esta estrategia. Un ejemplo destacado se encuentra documentado en el siguiente enlace:

- [Horizonte 2030 en el CEIP Clara Sánchez \(2021\)](#)



## **Impacto y contribución.**

Desde su implementación, la estrategia “Horizonte 2030” ha tenido un impacto notable en la comunidad educativa del CEIP Clara Sánchez, evidenciado en:

- **La integración de la sostenibilidad como eje transversal** en las programaciones didácticas.
- **La mejora en la concienciación ambiental** de alumnos y familias, quienes han adquirido un rol más activo en la protección del medio ambiente.
- **El fortalecimiento de alianzas institucionales**, que ha facilitado la implementación de proyectos de mayor alcance e impacto.

## **Perspectiva de los ODS.**

“Horizonte 2030” se posiciona como una herramienta clave para la materialización de los ODS, promoviendo una educación ambiental transformadora que empodera a los estudiantes y refuerza su compromiso con los desafíos globales. Este enfoque no solo prepara a los alumnos para ser ciudadanos responsables, sino que también posiciona al CEIP Clara Sánchez como referente en innovación educativa orientada a la sostenibilidad.

En resumen, esta estrategia representa un compromiso conjunto por un futuro más equitativo, justo y respetuoso con el medio ambiente, consolidando el papel de la educación como motor del cambio hacia un desarrollo sostenible.

### **C.7. Seguimiento y valoración de las actuaciones realizadas.**

La evaluación del programa de actividades de educación ambiental supone algo más que recoger, analizar y ofrecer datos, ya que permite reunir y usar información, aprender continuamente y mejorar de forma constante en un ámbito tan significativo para el futuro de la humanidad.

En este sentido, la filosofía de trabajo del CEIP Clara Sánchez se basa en el principio de pensar globalmente para actuar localmente. Por tanto, el seguimiento y la valoración de las acciones acometidas para consolidar buenos hábitos en materia ambiental también ocupan un espacio significativo en la memoria final de curso a través de la evaluación de los objetivos que se incorporan a la programación general anual para el tratamiento transversal de este eje de intervención educativa. Dicha memoria es analizada con detalle y aprobada por el claustro y el consejo escolar cada mes de junio.

En términos generales, el plan de actividades propuestas para el fomento de la educación ambiental tienen un impacto positivo en el aprendizaje del alumnado y cuenta con el respaldo de la comunidad escolar, quien se implica en la consecución de los objetivos establecidos en este sentido.

## **D. PLAN DE ACCIÓN PARA EL DESARROLLO DE LA SALUD EMOCIONAL, LA INCLUSIÓN EDUCATIVA Y LA CONVIVENCIA.**

### **D.1. Justificación.**

Las emociones desempeñan un papel esencial en el desarrollo humano. Aprender a reconocerlas y gestionarlas contribuye a construir nuestra personalidad, fomenta el pensamiento crítico y facilita la comprensión del mundo que nos rodea. Comprender este mundo implica valorar de manera positiva la diversidad, promoviendo así una mejora en la calidad de vida de todas las personas.

Por tanto, considerando la relevancia de las emociones, la inclusión y la convivencia en el contexto de un proyecto que persigue un aprendizaje integral sobre la salud, se plantean diversas actuaciones orientadas a capacitar al alumnado en la adquisición de conocimientos, destrezas y actitudes fundamentales para alcanzar un bienestar escolar, personal y social.

### **D.2. Acciones, procedimientos y recursos.**

Las acciones relacionadas con la salud emocional, la inclusión educativa y la convivencia se desarrollan de forma sistemática mediante una metodología basada en los programas **RETO** (Respeto, Tolerancia y Empatía) y **PROA+** (Programa de Orientación, Avance y Enriquecimiento).

Siguiendo la línea de otras iniciativas saludables implementadas en el CEIP Clara Sánchez, estas actuaciones tienen como objetivo principal facilitar la transferencia de los aprendizajes a diversos contextos y promover la participación activa de toda la comunidad escolar.

Los recursos empleados están descritos de manera implícita en el apartado D.6, que detalla las actuaciones realizadas.

### **D.3. Objetivos.**

- Adquirir un mayor conocimiento sobre las propias emociones y las de los demás.
- Desarrollar estrategias para gestionar las emociones de manera positiva.
- Adquirir habilidades y destrezas relacionadas con las dimensiones de la competencia emocional, como el autoconocimiento, la conciencia emocional y la autorregulación.
- Fomentar entornos inclusivos que favorezcan la convivencia, la igualdad y el aprendizaje.

### **D.4. Medidas para la difusión de las experiencias.**

Las actuaciones realizadas han sido difundidas tanto a nivel interno como externo:

1. **Internamente**, a través de los canales establecidos por los órganos de gobierno y coordinación docente.

2. **Externamente**, mediante los medios y plataformas disponibles en el centro educativo, como el tablón informativo, la plataforma **EducamosCLM**, redes sociales (Facebook, Twitter, Instagram, Telegram), el blog del centro, el blog del proyecto escolar saludable y el magazine digital **Galapanews**.

## D.5. Metodología.

La educación emocional se implementa mediante un enfoque metodológico globalizado y activo, orientado a construir aprendizajes significativos y transferibles a todos los ámbitos de la vida del alumnado.

Se consideran los siguientes principios metodológicos:

- **Atención a la diversidad:** Adaptar las actividades a las características individuales del alumnado, respetando sus necesidades específicas.
- **Rol mediador del docente:** Actuar como guía y modelo de conductas positivas, proporcionando ejemplos que el alumnado pueda interiorizar.
- **Profundización en contenidos emocionales:** Incorporar aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales para lograr un aprendizaje completo.
- **Fomento del aprendizaje cooperativo:** Potenciar la interacción entre el alumnado, mejorando la comunicación y promoviendo valores como la interdependencia, la interculturalidad, la motivación y la actitud positiva ante el aprendizaje. Esto permitirá enriquecer sus experiencias tanto cualitativa como cuantitativamente.

## D.6. Actuaciones.

### ACTUACIÓN 1: EDUCACIÓN EMOCIONAL.

La educación emocional ocupa un lugar central en el proyecto educativo del **CEIP Clara Sánchez**, con estrategias diseñadas para **alfabetizar, concienciar y socializar emocionalmente** a todo el alumnado, desde Educación Infantil hasta Primaria. Este enfoque integral tiene como objetivo proporcionar a los estudiantes las herramientas necesarias para identificar, comprender y gestionar sus emociones, así como para desarrollar habilidades sociales que fortalezcan su bienestar personal y su capacidad de convivencia. La iniciativa está alineada con los **Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS)**, en particular el **ODS 3 (Salud y Bienestar)**, el **ODS 4 (Educación de Calidad)** y el **ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas)**.

### Objetivos de la actuación.

1. **Alfabetización emocional:** Enseñar al alumnado a identificar y expresar sus emociones de manera efectiva.
2. **Concienciación emocional:** Fomentar la empatía y el respeto hacia las emociones propias y ajenas.
3. **Socialización emocional:** Desarrollar habilidades sociales como la comunicación, la resolución de conflictos y la cooperación.
4. **Prevención de conflictos:** Crear un entorno escolar positivo y seguro que favorezca el bienestar emocional de todos los estudiantes.

## **Estrategias implementadas.**

1. **Talleres de educación emocional:**
  - Actividades lúdicas y dinámicas diseñadas para explorar emociones, reconocer su impacto y aprender a gestionarlas.
2. **Programas específicos:**
  - Implementación del **Programa RETO**, una propuesta que refuerza el desarrollo emocional del alumnado a través de dinámicas grupales, actividades de reflexión y retos colaborativos.
3. **Integración curricular:**
  - Incorporación de contenidos emocionales en distintas asignaturas, promoviendo un aprendizaje transversal que aborde el bienestar emocional junto con los conocimientos académicos.
4. **Espacios para la autorregulación:**
  - Creación de rincones de calma en las aulas para ayudar a los estudiantes a manejar situaciones de estrés o ansiedad.
5. **Implicación de las familias:**
  - Realización de talleres para familias que refuercen el aprendizaje emocional en casa y favorezcan la comunicación entre los diferentes agentes educativos.

## **Impacto de la actuación.**

- **ODS 3 (Salud y Bienestar):** Mejora el bienestar mental y emocional del alumnado, creando una base sólida para su desarrollo integral.
- **ODS 4 (Educación de Calidad):** Promueve un aprendizaje significativo que combina competencias académicas y emocionales.
- **ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas):** Fomenta un entorno escolar inclusivo y pacífico, basado en el respeto mutuo y la resolución constructiva de conflictos.

## **Evidencias y materiales generados.**

La implementación de la educación emocional en el CEIP Clara Sánchez está documentada en diversos materiales y publicaciones:

- [Programa RETO: Una propuesta innovadora para el desarrollo emocional \(2021\)](#)
- [Materiales sobre educación emocional y convivencia escolar a través de la acción tutorial.](#)

## **Proyección futura.**

El CEIP Clara Sánchez prevé seguir consolidando la **Educación Emocional** mediante las siguientes acciones:

1. **Ampliar los programas existentes:** Introducir nuevas herramientas y recursos que fortalezcan el desarrollo emocional del alumnado.
2. **Formación continua del profesorado:** Organizar talleres específicos para dotar al equipo docente de estrategias actualizadas en gestión emocional.

3. **Refuerzo de la implicación familiar:** Fomentar la participación activa de las familias mediante encuentros y actividades conjuntas.
4. **Evaluación del impacto:** Implementar herramientas para medir el impacto de las estrategias emocionales en el bienestar del alumnado y en la convivencia escolar.

## **ACTUACIÓN 2: ADVIENTO EMOCIONAL.**

Con la llegada de la Navidad, el CEIP Clara Sánchez lleva a cabo una iniciativa transformadora bajo el título *Adviento Emocional*. Esta propuesta involucra a toda la comunidad educativa, promoviendo el desarrollo de competencias emocionales a través de actividades diarias diseñadas con un enfoque inclusivo, participativo y en consonancia con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar) y el ODS 4 (Educación de Calidad).

### **Descripción de la actuación.**

El *Adviento Emocional* consiste en una programación diaria de propuestas específicas dirigidas al alumnado, desarrolladas en el centro, y compartidas con las familias mediante publicaciones en redes sociales. Estas actividades están diseñadas para fomentar valores como la empatía, la resiliencia, la gratitud y la cooperación, aspectos fundamentales para la construcción de una escuela más saludable y emocionalmente consciente.

### **Metodología y enfoque.**

- **Participación activa:** Cada actividad es diseñada para involucrar tanto al alumnado como a sus familias, creando un puente entre la escuela y el hogar, y fomentando una implicación colectiva.
- **Transversalidad:** Las propuestas diarias se relacionan con diferentes áreas curriculares y habilidades emocionales, permitiendo un aprendizaje integral.
- **Inclusión y DUA:** Se tienen en cuenta las diferentes necesidades del alumnado, adaptando las actividades para que todos puedan participar y beneficiarse de la experiencia.
- **Impacto en los ODS:** La iniciativa contribuye al bienestar emocional del alumnado (ODS 3) y refuerza prácticas pedagógicas innovadoras para una educación de calidad (ODS 4).

### **Materiales y evidencias.**

A continuación, se pueden consultar algunos de los recursos y evidencias desarrollados:

- [Adviento Emocional 2024 en el blog Hacia una Escuela Saludable](#)
- [Entradas relacionadas con el Adviento Emocional en el blog del CEIP Clara Sánchez](#)

Esta actuación no solo supuso un espacio de aprendizaje y disfrute en comunidad, sino que también promovió el fortalecimiento de vínculos y el desarrollo de habilidades emocionales imprescindibles para afrontar retos presentes y futuros. Una Navidad emocionalmente consciente que nos acerca a un mundo más humano y sostenible.

### **ACTUACIÓN 3: EFEMÉRIDES SOBRE LA IGUALDAD Y LA PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA DE GÉNERO.**

El CEIP Clara Sánchez se ha comprometido con la promoción de valores relacionados con la igualdad, el respeto y la prevención de la violencia de género, integrándolos en la vida escolar a través de la celebración de efemérides clave. Estas iniciativas, alineadas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), destacan especialmente por su conexión con el ODS 5 (Igualdad de Género) y el ODS 3 (Salud y Bienestar).

#### **Objetivos de la actuación.**

- **Sensibilizar y educar:** Promover la reflexión sobre la igualdad de género y la prevención de la violencia de género mediante actividades educativas y participativas.
- **Fomentar valores saludables:** Relacionar estas efemérides con la promoción de valores como la empatía, la tolerancia y el respeto mutuo, en sintonía con la construcción de una escuela inclusiva y segura.
- **Implicar a la comunidad educativa:** Involucrar a alumnado, familias y profesorado para generar un impacto colectivo y sostenible.

#### **Metodología y desarrollo.**

Estas efemérides han servido como catalizadores de aprendizaje significativo mediante:

- **Actividades participativas:** Incluyen talleres, gincanas, carreras solidarias y representaciones teatrales adaptadas a las distintas etapas educativas.
- **Perspectiva inclusiva y DUA:** Todas las actividades se diseñaron teniendo en cuenta las diferentes necesidades y capacidades del alumnado, asegurando la participación activa de todos.
- **Trabajo transversal:** Las propuestas abordaron contenidos relacionados con áreas curriculares y valores transversales, integrándolos en el proyecto educativo del centro.
- **ODS como marco de referencia:** Las actuaciones se enfocaron en la construcción de una sociedad más justa y equitativa, fomentando la igualdad de oportunidades y el respeto por los derechos humanos.

#### **Materiales y evidencias.**

La riqueza de esta actuación queda reflejada en los materiales y experiencias compartidos. A continuación, se presentan ejemplos destacados:

- [8 de marzo: Carrera por los Derechos de las Mujeres](#)
- [Día de la Mujer en el CEIP Clara Sánchez \(2020\)](#)
- [Mujeres en el Deporte \(2019\)](#)
- [25N: Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer \(2021\)](#)
- [Taller de Igualdad \(2022\)](#)
- [8 de marzo: Día Internacional de la Mujer \(2022\)](#)
- [Reinterpretación: Érase dos veces \*La Bella y la Bestia\* \(2023\)](#)
- [Gincana de la Igualdad \(2024\)](#)
- [25N: Día de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer \(2024\)](#)

## **Impacto y reflexión.**

Estas actuaciones han demostrado ser una herramienta poderosa para fomentar una cultura de igualdad y respeto dentro y fuera del aula. Además, han contribuido a sensibilizar a la comunidad educativa sobre la necesidad de erradicar la violencia de género, consolidando el CEIP Clara Sánchez como un espacio seguro y comprometido con la equidad y el bienestar de todas las personas.

## **ACTUACIÓN 4: TALLERES DE SALUD EMOCIONAL.**

En el CEIP Clara Sánchez, la salud emocional se entiende como un pilar fundamental para el desarrollo integral del alumnado. Por ello, anualmente se programan talleres que contribuyen a la consecución de los objetivos del Proyecto Educativo, alineados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), el ODS 4 (Educación de Calidad), y el ODS 5 (Igualdad de Género).

## **Organización y enfoque.**

Estos talleres se realizan de forma gratuita para el alumnado y sus familias, gracias a la eficaz coordinación y colaboración del centro con diversas instituciones, colectivos y entidades de su entorno. Este modelo de trabajo fomenta el aprendizaje comunitario, el uso óptimo de los recursos locales y el fortalecimiento de la cohesión social.

Las actuaciones abordan múltiples áreas clave para el desarrollo emocional y social del alumnado:

- **Inteligencia emocional:** Promoviendo la identificación, gestión y expresión adecuada de las emociones.
- **Igualdad de género y prevención de la violencia:** Fomentando relaciones igualitarias y el rechazo de cualquier forma de violencia.
- **Prevención del acoso escolar:** Creando una cultura de convivencia positiva y respeto mutuo.
- **Uso responsable de las redes sociales:** Educando en el uso ético y seguro de las tecnologías de la información y la comunicación.
- **Inclusión y diversidad:** Favoreciendo la empatía y el respeto hacia las diferencias individuales y culturales.

## **Metodología.**

- **Diseño Universal de Aprendizaje (DUA):** Las actividades están adaptadas a las diferentes necesidades del alumnado, garantizando su accesibilidad y participación.
- **Enfoque transversal:** Los talleres están integrados en las áreas curriculares y vinculados a los valores fundamentales del centro.
- **Impulso de competencias:** Estas actuaciones refuerzan competencias emocionales, sociales y digitales, necesarias para el bienestar personal y colectivo.



## **Materiales y evidencias.**

Los talleres han dejado un legado de experiencias significativas y recursos compartidos, accesibles para la comunidad educativa. Algunos ejemplos son:

- [Taller Educa Iguales \(2021\)](#)
- [Taller de Inteligencia Emocional \(2021\)](#)
- [Prevención de la violencia e igualdad \(2018\)](#)
- [Programa #TuCuentas \(2021\)](#)
- [Taller Creciendo Libres \(2020\)](#)
- [Taller APANDAGU \(2020\)](#)
- [Charla-taller Fundación Inspiring Girls \(2020\)](#)
- [Colegio Inclusivo 2.0 \(2020\)](#)
- [Taller sobre redes sociales \(2020\)](#)
- [Plan Director para la Convivencia y Seguridad \(2018\)](#)
- [Programa Conecta2 \(2019\)](#)
- [Talleres de educación afectivo-sexual \(2022\).](#)

## **Impacto y conclusiones.**

Los talleres de salud emocional del CEIP Clara Sánchez han reforzado el compromiso del centro con la construcción de una comunidad educativa más equitativa, inclusiva y saludable. Estas iniciativas han permitido al alumnado adquirir herramientas emocionales y sociales esenciales para su bienestar, mientras fortalecen valores que contribuyen a un mundo más justo y sostenible.

### **ACTUACIÓN 5: MINDFULNESS**

El CEIP Clara Sánchez ha implementado un programa de *mindfulness* diseñado para acompañar emocionalmente al alumnado de infantil y primaria, promoviendo su bienestar y favoreciendo un entorno escolar más equilibrado y saludable. Este programa, alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar), refuerza el compromiso del centro con una educación integral que incluye el desarrollo emocional y la atención plena.

## **Objetivos del programa.**

- Fomentar el bienestar emocional y mental del alumnado.
- Proporcionar herramientas para gestionar el estrés, mejorar la atención y fortalecer la resiliencia.
- Crear una cultura escolar donde la salud emocional sea un eje prioritario en el desarrollo personal y académico.

## **Desarrollo del programa.**

El equipo de orientación y apoyo del centro diseñó un dossier completo y estructurado con actividades específicas de *mindfulness* adaptadas a las distintas etapas educativas. Este material fue puesto a disposición del profesorado para su aplicación en el aula, facilitando la integración de estas prácticas en el día a día escolar.



## **Componentes del programa.**

- **Prácticas adaptadas por edades:** Actividades diseñadas para el desarrollo de la atención plena en niños y niñas de infantil y primaria, respetando sus características evolutivas.
- **Formación y recursos para el profesorado:** Material didáctico que incluye ejercicios prácticos, guías y estrategias para implementar *mindfulness* en el aula de forma efectiva.
- **Seguimiento y evaluación:** Un enfoque dinámico que permite ajustar las sesiones a las necesidades y respuestas del alumnado.

## **Impacto y beneficios esperados.**

- **Mejora de la concentración:** Las prácticas de *mindfulness* ayudan al alumnado a enfocar su atención, favoreciendo un mejor rendimiento académico.
- **Reducción del estrés y la ansiedad:** Se promueve la calma emocional, facilitando un ambiente de aprendizaje positivo.
- **Fortalecimiento de habilidades socioemocionales:** El programa fomenta la empatía, la regulación emocional y la resiliencia.

## **Materiales y evidencias.**

El programa ha generado materiales y evidencias accesibles para la comunidad educativa:

- [Proyecto Mindfulness](#)
- [Sesiones de Mindfulness](#)
- [Acceso al dossier elaborado por el equipo de orientación y apoyo](#)

## **Conclusión.**

El programa de *mindfulness* del CEIP Clara Sánchez es una apuesta decidida por el bienestar integral del alumnado, ofreciendo herramientas prácticas para enfrentar los retos del día a día. Esta iniciativa no solo enriquece la experiencia educativa, sino que también contribuye al desarrollo de una comunidad escolar más consciente, resiliente y en sintonía con los valores del desarrollo sostenible.

## **ACTUACIÓN 6: AULAS DE FAMILIAS.**

El CEIP Clara Sánchez, en colaboración con la Consejería de Bienestar Social de Castilla-La Mancha y la Asociación TSIS de Guadalajara, ha implementado el programa *Aulas de Familia*. Esta iniciativa tiene como objetivo fortalecer el vínculo entre la escuela y las familias, ofreciendo herramientas y formación para mejorar la crianza, la educación y la convivencia familiar, contribuyendo al desarrollo integral del alumnado y alineándose con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 3 (Salud y Bienestar).

## **Objetivos del programa.**

- **Empoderar a las familias:** Ofrecer formación y estrategias prácticas para abordar temas clave en la crianza y educación de sus hijos/as.
- **Fomentar la participación activa:** Involucrar a las familias como agentes esenciales en el proceso educativo y en la creación de una comunidad escolar cohesionada.
- **Promover el bienestar familiar:** Facilitar herramientas para fortalecer las relaciones afectivas, la comunicación y la convivencia.

## **Ámbitos de intervención.**

Las *Aulas de Familia* abordan temas esenciales para el desarrollo y la educación en el contexto actual, como:

- **Educación sexual:** Proporcionar pautas para abordar esta temática desde una perspectiva adecuada a la edad y respetuosa con las etapas de desarrollo.
- **Tecnologías de la información:** Formar a las familias en el uso responsable y seguro de las TIC, promoviendo hábitos digitales saludables.
- **Disciplina positiva:** Enseñar técnicas que fomenten el respeto mutuo y la gestión de conflictos de manera constructiva.
- **Crianza afectiva:** Reforzar el vínculo emocional y promover relaciones familiares basadas en el afecto, la empatía y la comunicación.

## **Metodología.**

- **Colaboración interinstitucional:** La participación conjunta de la Consejería de Bienestar Social y la Asociación TSIS asegura un enfoque multidisciplinar y recursos especializados.
- **Charlas y talleres participativos:** Sesiones dinámicas donde las familias pueden plantear dudas, compartir experiencias y recibir formación práctica.
- **Adaptación a la comunidad educativa:** Las actuaciones se diseñan teniendo en cuenta las características y necesidades específicas de las familias del CEIP Clara Sánchez.

## **Materiales y evidencias.**

El impacto del programa queda reflejado en las múltiples actuaciones realizadas. Algunos ejemplos destacados incluyen:

- [Charla presencial de la Asociación TSIS sobre crianza afectiva \(septiembre 2024\)](#)
- [Recordatorio: Charla de la Asociación TSIS \(septiembre 2024\)](#)
- [Charla sobre el uso responsable de tecnologías de la información \(abril 2024\)](#)

## **Impacto y conclusiones.**

El programa *Aulas de Familia* ha permitido consolidar un espacio de diálogo y aprendizaje mutuo entre las familias y el centro educativo, reforzando el compromiso

compartido con la educación integral del alumnado. Estas actuaciones no solo empoderan a las familias, sino que también fomentan un entorno escolar y familiar más equilibrado y respetuoso, contribuyendo a la consecución de los ODS.

## **ACTUACIÓN 7: DESAYUNOS VITALES**

El CEIP Clara Sánchez ha implementado la iniciativa *Desayunos Vitales*, una propuesta que busca transformar la rutina diaria del almuerzo en un momento cargado de positividad y significado. Esta actuación, alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar) y el ODS 4 (Educación de Calidad), fomenta valores como el optimismo, la comunicación afectiva y la alimentación saludable dentro del ámbito escolar.

### **Descripción de la actuación.**

Cada viernes, las familias de los alumnos de infantil y primaria participaron dejando mensajes positivos y motivadores en los almuerzos de sus hijos/as. Estos mensajes, escritos en papel o integrados en los envases, convertían el momento del desayuno en una experiencia emocionalmente enriquecedora, fortaleciendo el vínculo entre el hogar y la escuela.

### **Objetivos de la actuación.**

- **Promover el bienestar emocional:** Transformar un acto cotidiano en una oportunidad para fortalecer la autoestima y la motivación del alumnado.
- **Fomentar la conexión hogar-escuela:** Implicar activamente a las familias en la vida escolar, reforzando su papel como agentes educativos.
- **Contribuir a la educación en valores:** Introducir mensajes que inspiren respeto, gratitud, empatía y superación personal.
- **Incorporar hábitos saludables:** Asociar la alimentación equilibrada con el cuidado emocional y físico.

### **Metodología.**

- **Participación activa de las familias:** Cada viernes, las familias preparaban un mensaje especial para acompañar el almuerzo del alumnado.
- **Interacción en el aula:** Durante el momento del desayuno, los niños y niñas compartían sus mensajes, promoviendo un ambiente de intercambio positivo y enriquecedor.
- **Fomento de la creatividad:** Las familias eran animadas a personalizar los mensajes con dibujos, colores o frases significativas para sus hijos/as.

### **Resultados esperados.**

- **Mayor motivación del alumnado:** La sorpresa y el contenido positivo de los mensajes potenciaban la alegría y la implicación emocional de los niños y niñas.
- **Fortalecimiento de la autoestima:** Los mensajes contribuían al desarrollo de una autoimagen positiva, fundamental para el bienestar emocional.

- **Conexión emocional entre familia y escuela:** Este gesto sencillo pero significativo reforzaba el vínculo educativo y afectivo.

### **Materiales y evidencias.**

Los resultados de esta iniciativa han sido recogidos y compartidos en distintos espacios del centro educativo. Un ejemplo destacado es:

- [El día más dulce de la semana](#)

### **Conclusión.**

La actuación *Desayunos Vitales* no solo aporta un valor emocional y educativo al momento del almuerzo, sino que también refuerza hábitos saludables y fortalece las relaciones familiares y escolares. Esta sencilla pero poderosa iniciativa refleja el compromiso del CEIP Clara Sánchez con una educación integral, afectiva y conectada con los valores del desarrollo sostenible.

### **ACTUACIÓN 8: LA MÚSICA DEL COLE.**

En el CEIP Clara Sánchez, la música se ha convertido en una herramienta clave para fomentar el bienestar emocional de toda la comunidad educativa. *La Música del Cole* es una iniciativa diseñada para aprovechar los beneficios de la música como vehículo para mejorar el clima escolar y crear una experiencia más positiva en el inicio y cierre de la jornada escolar. Esta actuación está alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 3 (Salud y Bienestar) y el ODS 4 (Educación de Calidad).

### **Descripción de la actuación.**

Cada día, al entrar y salir del centro, el alumnado y el personal escolar son recibidos por canciones cuidadosamente seleccionadas que se reproducen a través de la megafonía del colegio. Esta selección musical busca amenizar estos momentos clave del día, reduciendo el estrés, favoreciendo estados emocionales positivos y reforzando el sentimiento de pertenencia a la comunidad escolar.

### **Objetivos de la actuación.**

- **Promover el bienestar emocional:** Utilizar la música para crear un ambiente más agradable y relajado al inicio y al final de la jornada escolar.
- **Fortalecer el vínculo comunitario:** Fomentar la cohesión entre los diferentes miembros de la comunidad educativa a través de una experiencia compartida.
- **Establecer hábitos positivos:** Asociar la música con momentos de calma, alegría y convivencia.
- **Educar en cultura musical:** Introducir al alumnado en diversos géneros y estilos musicales, ampliando su horizonte cultural.

## **Metodología.**

- **Selección variada de música:** Las canciones se eligen teniendo en cuenta su mensaje positivo, ritmo y adecuación al contexto escolar. Incluyen temas de diferentes estilos y épocas, favoreciendo la diversidad cultural.
- **Participación activa:** En ocasiones, se solicita la colaboración del alumnado y las familias para proponer canciones que representen valores educativos o emocionales significativos.
- **Adaptación al calendario escolar:** La música también se ajusta a celebraciones y efemérides, como el Día de la Paz, Navidad o el Día del Libro, enriqueciendo las actividades del centro.

## **Impacto esperado.**

- **Mejora del clima escolar:** La música contribuye a crear un ambiente más relajado y armónico, reduciendo tensiones y promoviendo estados emocionales positivos.
- **Fomento de la expresión emocional:** El alumnado desarrolla una mayor sensibilidad y aprecio por la música como medio para expresar y regular sus emociones.
- **Reforzamiento de valores compartidos:** La música fomenta la inclusión, el respeto y la diversidad cultural dentro del colegio.

## **Materiales y evidencias.**

Las experiencias y evidencias generadas por esta iniciativa han sido documentadas en varias ocasiones:

- [\*La Música del Cole \(2021\)\*](#)
- [\*La Música del Cole \(2020\)\*](#)
- [\*La Música del Cole \(2019\)\*](#)

## **Conclusión.**

*La Música del Cole* es una muestra del poder transformador de la música en la vida diaria del alumnado, familias y personal docente. Esta sencilla pero impactante iniciativa resalta la importancia de cuidar la dimensión emocional en el entorno escolar, contribuyendo al bienestar y a una experiencia educativa más enriquecedora y positiva.

## **ACTUACIÓN 9: JORNADAS DE INCLUSIÓN Y CONVIVENCIA.**

En el CEIP Clara Sánchez, la inclusión y la convivencia no son solo valores fundamentales, sino pilares que guían el día a día del centro. A través de diversas jornadas y actividades, el colegio ha fomentado la sensibilización y concienciación de toda la comunidad educativa en torno a la diversidad, la igualdad, la justicia social y la construcción de un entorno más solidario y equitativo. Estas acciones están alineadas con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 4 (Educación de Calidad), el ODS 5 (Igualdad de Género), el ODS 10 (Reducción de las Desigualdades) y el ODS 16 (Paz, Justicia e Instituciones Sólidas).

## **Descripción de la actuación.**

Las jornadas de inclusión y convivencia tienen como objetivo promover valores que contribuyan a la construcción de un mundo libre de injusticias y desigualdades. Estas iniciativas no solo buscan educar en la tolerancia y el respeto, sino también inspirar al alumnado y a las familias a ser agentes activos en la transformación social.

## **Objetivos de la actuación.**

- **Sensibilizar a la comunidad educativa:** Generar conciencia sobre temas como la diversidad funcional, los derechos de la infancia, la paz, la igualdad de género y la inclusión.
- **Fomentar la convivencia positiva:** Promover el respeto, la empatía y la cooperación como base de una comunidad escolar armónica.
- **Educar en valores:** Inculcar principios éticos que favorezcan la construcción de una sociedad más justa y equitativa.
- **Reforzar el vínculo comunitario:** Implicar a familias, alumnado y personal docente en actividades solidarias y educativas.

## **Ámbitos de intervención y actividades destacadas.**

Las actuaciones abarcan una amplia gama de temas y formatos, como campañas solidarias, talleres, jornadas temáticas y eventos culturales:

- **Inclusión y diversidad funcional:** [Semana de la Inclusión \(2019\)](#), [Día Internacional de las Personas con Discapacidad \(2024\)](#).
- **Paz y convivencia:** [Marcha por la Paz \(2020\)](#), [Día Escolar de la Paz y la No Violencia \(2022\)](#).
- **Derechos de la infancia:** [Día Internacional de los Derechos del Niño \(2024\)](#), [Día del Niño Hospitalizado \(2020\)](#).
- **Solidaridad:** [Mercadillo Solidario \(2019\)](#), [Carrera Solidaria \(2018\)](#).
- **Conciencia global:** [Campaña “No a la Guerra” \(2022\)](#).

## **Materiales y evidencias.**

A lo largo de los años, estas jornadas han generado una gran cantidad de evidencias y recursos que ilustran su impacto:

- [Día de la Familia](#)
- [Día del Pijama](#)
- [I Jornada de Juegos de Mesa](#)
- [La Magia de los Buenos Tratos](#)
- [Sorteo de la Cesta Solidaria](#)

## **Impacto y conclusiones.**

Las *Jornadas de Inclusión y Convivencia* han transformado la vida del CEIP Clara Sánchez en múltiples niveles, promoviendo una educación en valores que trasciende las aulas. Estas iniciativas han fortalecido la cohesión social dentro de la comunidad educativa, sensibilizado sobre temas clave y generado un impacto tangible en el bienestar del alumnado y sus familias.

## **ACTUACIÓN 10: AMBIENTES DE APRENDIZAJE.**

En el CEIP Clara Sánchez, la implementación de *Ambientes de Aprendizaje* ha revolucionado la forma de enseñar y aprender, promoviendo una educación activa, inclusiva y motivadora. Esta metodología innovadora no solo refuerza el principio de actividad en los niños y niñas, sino que también fomenta valores esenciales como la convivencia, la igualdad de oportunidades y la socialización, contribuyendo directamente a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), especialmente el ODS 4 (Educación de Calidad) y el ODS 10 (Reducción de las Desigualdades).

### **Descripción de la actuación.**

Los ambientes de aprendizaje son espacios organizados de manera estratégica para que el alumnado participe de forma activa en experiencias educativas significativas. Estas actividades, diseñadas desde un enfoque competencial, buscan el desarrollo integral del alumnado en contextos de aprendizaje dinámicos y colaborativos.

### **Objetivos de la actuación.**

- **Favorecer el aprendizaje activo:** Permitir que el alumnado sea el protagonista de su proceso educativo, aprendiendo a través de la exploración, la experimentación y la interacción.
- **Fomentar la convivencia y la inclusión:** Crear espacios donde todos los niños y niñas puedan participar, respetando la diversidad y promoviendo la colaboración.
- **Desarrollar competencias clave:** Facilitar la adquisición de habilidades comunicativas, sociales, creativas y de resolución de problemas, esenciales para su desarrollo integral.
- **Incorporar la innovación educativa:** Diseñar experiencias motivadoras que conecten con los intereses y las necesidades del alumnado.

### **Metodología y enfoque.**

- **Diseño basado en el DUA (Diseño Universal de Aprendizaje):** Garantizar que las actividades sean accesibles para todo el alumnado, respetando las diferencias individuales.
- **Ambientes temáticos:** Cada ambiente aborda áreas específicas, como arte, ciencias, literatura, tecnología, emociones o juegos colaborativos, favoreciendo la interdisciplinariedad.
- **Aprendizaje cooperativo:** Fomentar la interacción entre compañeros/as para desarrollar habilidades sociales y el trabajo en equipo.
- **Evaluación continua y formativa:** Realizar un seguimiento constante del proceso de aprendizaje, adaptando los ambientes a las necesidades detectadas.

### **Impacto esperado.**

- **Aumento de la motivación:** La variedad y dinamismo de los ambientes estimulan el interés del alumnado, favoreciendo una actitud positiva hacia el aprendizaje.



- **Mejora de la convivencia escolar:** Los ambientes proporcionan oportunidades para trabajar en equipo, resolviendo conflictos y fortaleciendo el respeto mutuo.
- **Desarrollo de habilidades emocionales:** Las actividades permiten la expresión de emociones, la empatía y la autorregulación.
- **Impulso de la creatividad y el pensamiento crítico:** Al resolver retos y explorar nuevas ideas, los niños y niñas desarrollan estas competencias clave.

### **Materiales y evidencias.**

La implementación de esta metodología ha generado experiencias y recursos significativos, disponibles para consulta:

- [Ambientes de Aprendizaje](#)

### **Conclusión.**

La apuesta por los *Ambientes de Aprendizaje* en el CEIP Clara Sánchez refleja el compromiso del centro con una educación de calidad, inclusiva y centrada en el alumnado. Esta metodología transforma las aulas en espacios vivos de aprendizaje, donde cada niño y niña puede explorar su potencial en un entorno motivador y enriquecedor.

### **D.7. Seguimiento y valoración de las actuaciones realizadas.**

El seguimiento de las actuaciones diseñadas para consolidar el aprendizaje de la competencia emocional se lleva a cabo a través del Plan de Acción Tutorial y los indicadores de proceso y logro establecidos en la Programación General Anual. Estos indicadores son evaluados y recogidos en la memoria final, elaborada en el mes de junio, la cual es posteriormente analizada y aprobada por el claustro y el consejo escolar.

Es importante resaltar que el trabajo conjunto de toda la comunidad educativa en materia de inclusión y educación emocional contribuye a mantener un clima escolar excelente, favoreciendo relaciones interpersonales en un entorno propicio para una convivencia positiva.

## **7. IMPLICACIÓN Y SINERGIAS DE LOS DIFERENTES SECTORES IMPLICADOS.**

### **Sinergias generadas en el centro educativo.**

El proyecto “**Hacia una escuela saludable**” ha transformado al CEIP Clara Sánchez en un modelo de referencia para la promoción de la salud física y emocional. La creación de un grupo motor, integrado por el equipo directivo y profesorado comprometido, ha sido crucial para coordinar las actividades y garantizar que todas las iniciativas estén alineadas con los objetivos del proyecto.



El enfoque abierto y flexible del proyecto ha permitido incluir actividades que abarcan tanto el bienestar físico como el emocional del alumnado, integrando estas temáticas en el currículo y los tiempos escolares. Iniciativas como los recreos activos, las dinámicas de educación emocional, los descansos activos, la educación ambiental, las actividades físico-deportivas y los talleres de hábitos saludables han fortalecido la cohesión interna y el trabajo colaborativo entre el profesorado.

### **Sinergias generadas entre el centro educativo y las familias.**

El papel de las familias ha sido esencial en el desarrollo y consolidación del proyecto. Desde el inicio, se implementaron estrategias para fomentar su participación activa, como reuniones informativas, talleres conjuntos y actividades prácticas.

Un elemento destacado ha sido la creación de canales de comunicación directa con las familias mediante el intercambio fluido de información y la comunicación constante. Estas herramientas han permitido reforzar la conexión entre las acciones del colegio y los hábitos saludables en el hogar, promoviendo un cambio significativo en los estilos de vida de las familias.

### **Sinergias generadas entre el centro educativo y el AMPA.**

La Asociación de Madres y Padres de Alumnos (AMPA) del CEIP Clara Sánchez ha jugado un papel clave como puente entre las familias y el colegio. Su implicación ha sido determinante en varias fases del proyecto, especialmente en la organización de actividades conjuntas y el apoyo logístico para la implementación de ciertas actuaciones.

El AMPA ha colaborado en la planificación y desarrollo de eventos como talleres y jornadas deportivas. Su papel también ha sido fundamental para garantizar la participación de familias vulnerables, promoviendo la inclusión y el acceso equitativo a las iniciativas del proyecto.

La colaboración con el AMPA no solo ha fortalecido el impacto del proyecto, sino que ha generado un sentido de comunidad y corresponsabilidad en la educación para la salud de los niños y niñas.

### **Sinergias generadas entre el centro educativo y el Ayuntamiento.**

La cooperación con el Ayuntamiento de Galápagos ha sido un pilar fundamental para el éxito del proyecto. Eventos comunitarios organizados en colaboración, como la semana de la salud y otras tantas actividades deportivas, han reforzado el compromiso del Ayuntamiento con la promoción de estilos de vida saludables.

### **Participación e implicación de la comunidad educativa.**

El proyecto ha logrado movilizar a toda la comunidad educativa, convirtiéndose en un motor de cambio dentro y fuera del colegio. La implicación activa del alumnado, el profesorado y las familias ha sido clave para alcanzar sus objetivos. En el caso del alumnado, se han observado mejoras significativas en la adopción de hábitos saludables,

una mayor motivación por la actividad física y un incremento en su bienestar emocional.

El profesorado, por su parte, ha integrado las dinámicas del proyecto en sus prácticas pedagógicas, fomentando un enfoque transversal que conecta los aprendizajes con la vida cotidiana. Esta implicación ha permitido que el proyecto evolucione constantemente, incorporando nuevas ideas y enfoques adaptados a las necesidades de la comunidad.

En resumen, el proyecto “Hacia una escuela saludable” no solo ha mejorado la calidad de vida del alumnado, sino que ha creado una red sólida de colaboración entre los distintos sectores implicados, convirtiéndose en un referente en la promoción de la salud integral en el ámbito educativo.

### **Reconocimientos recibidos por el proyecto.**

El impacto de “Hacia una escuela saludable” ha sido reconocido a nivel local, regional y estatal con diversos premios y distinciones, entre los que destacan:

1. **Premio CSD-BeActive:** Concedido por el Consejo Superior de Deportes en las ediciones de 2019, 2022, 2023 y 2024.
2. **Sello de Vida Saludable:** Distinción de calidad del Ministerio de Educación, Formación Profesional y Deportes en el año 2022 y renovado en el 2024.
3. **Premios del Deporte 2022-2023 y 2023-2024:** Concedidos por el Ayuntamiento de Galápagos por la capacidad del centro para fomentar los hábitos saludables a través de la actividad física y el deporte.
4. **Premio 25N (2022):** Otorgado por el Gobierno de Castilla-La Mancha por la contribución del centro a la igualdad de género a través de su programa de recreos activos e inclusivos.
5. **Distintivo PES 2022:** Recibido por parte de la Consejería de Educación, Cultura y Deportes de Castilla-La Mancha por el trabajo realizado por el centro a través del proyecto escolar saludable.
6. **Premio Día de la Enseñanza 2024:** Por la contribución al bienestar físico y emocional del alumnado mediante la integración de la salud en su proyecto educativo.

## **8. INCORPORACIÓN DE LA PERSPECTIVA DE GÉNERO Y EQUIDAD: DISEÑO, IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN DE RESULTADOS.**

La actividad física constituye una herramienta transformadora para el empoderamiento corporal, ya que permite tomar conciencia del propio cuerpo, disfrutar de su movimiento y fomentar un estado óptimo de salud física y emocional. En el ámbito educativo, el deporte y la actividad física no solo contribuyen al desarrollo de

competencias motrices, sino que también promueven valores esenciales para la convivencia, como la colaboración, el respeto, la tolerancia y la ayuda mutua. A su vez, fomentan la autonomía personal y la libertad corporal, especialmente cuando se practican en entornos inclusivos, al aire libre o en contacto con la naturaleza.

No obstante, los estudios en este campo han evidenciado la persistencia de desigualdades de género en la práctica deportiva escolar, donde se perpetúan roles y estereotipos que afectan tanto al acceso a la práctica como a su continuidad. Estas desigualdades requieren un abordaje integral que no solo sensibilice a la comunidad educativa, sino que también introduzca estrategias activas para garantizar la igualdad efectiva entre niñas y niños en todos los niveles de planificación, implementación y evaluación de las actividades.

En respuesta a este desafío, el proyecto incorpora de manera transversal la perspectiva de género como eje vertebrador, con el objetivo de garantizar un enfoque coeducativo en todas las fases del proceso. Este compromiso se traduce en medidas específicas diseñadas para promover la sensibilización, asegurar una participación no discriminatoria y evaluar la eficacia de las actuaciones a través de herramientas coeducativas implementadas en el centro. Asimismo, se han fijado metas concretas orientadas a reducir las brechas de género detectadas y a transformar los espacios de práctica deportiva en entornos inclusivos y equitativos.

### **Objetivos estratégicos alcanzados mediante la perspectiva de género:**

- **Uso de un lenguaje inclusivo y no sexista:** Asegurar que la comunicación, tanto verbal como escrita, refleje una igualdad efectiva, evitando expresiones que perpetúen sesgos de género.
- **Visibilización de la mujer en el deporte:** Integrar referentes femeninos en los contenidos curriculares y actividades, reconociendo sus logros y aportaciones históricas al ámbito deportivo.
- **Diseño de actividades mixtas e inclusivas:** Garantizar que todas las propuestas permitan la participación activa de niños y niñas sin discriminación por razones de sexo.
- **Eliminación de estereotipos de género:** Desarrollar dinámicas que cuestionen y desmitifiquen los roles asociados a la práctica deportiva.
- **Revisión de la asignación de roles:** Erradicar patrones tradicionales que encasillan a mujeres y hombres en funciones predeterminadas durante las actividades físicas.
- **Creación de espacios inclusivos y no sexistas:** Adecuar los entornos de recreo para que sean seguros, accesibles y promuevan la interacción igualitaria.
- **Desmitificación de estereotipos deportivos:** Educar al alumnado sobre la no exclusividad de ciertas actividades físicas, fomentando su acceso sin prejuicios de género.
- **Aumento de la participación femenina:** Desarrollar estrategias específicas para incrementar la implicación de las niñas en programas de patios activos e inclusivos.
- **Reducción de la brecha de género:** Implementar medidas evaluables para disminuir las desigualdades detectadas en el acceso y la práctica deportiva.

Este enfoque no solo se limita a la planificación de las actividades, sino que también se refleja en el diseño de herramientas de evaluación que permiten valorar de manera rigurosa el impacto de las acciones implementadas. De este modo, el proyecto del CEIP Clara Sánchez se alinea con los principios de igualdad establecidos en la normativa vigente, contribuyendo activamente a la construcción de una sociedad más equitativa desde el ámbito educativo.

## **9. EVALUACIÓN DE PROCESOS Y RESULTADOS: METODOLOGÍA, INDICADORES E IMPACTO EN LA SALUD DE LA POBLACIÓN DIANA.**

El Proyecto Saludable del CEIP Clara Sánchez se ha consolidado como una iniciativa estratégica y dinámica, en constante evolución, que ha incorporado mejoras y nuevas propuestas a lo largo de los últimos cursos escolares. Este proceso ha permitido una adaptación progresiva a las necesidades detectadas en la comunidad educativa, manteniendo como eje central el bienestar y la promoción de hábitos saludables.

### **Metodología de evaluación: enfoque global y participativo.**

Entendemos que la evaluación integral del proyecto en su totalidad resulta compleja debido a la diversidad de tareas implementadas y a los múltiples ámbitos en los que estas se desarrollan. Sin embargo, al finalizar cada actividad, se recopila retroalimentación de los principales agentes implicados: alumnado, profesorado y familias. Este enfoque participativo nos permite extraer información clave en relación con:

- Adecuación de las actividades propuestas.
- Grado de motivación alcanzado.
- Satisfacción con los recursos empleados.
- Relevancia de la metodología aplicada.
- Nivel de participación en las actividades.
- Cumplimiento de los objetivos propuestos.
- Valoración de los contenidos trabajados.
- Implicación y compromiso de la comunidad educativa.
- Impacto en la concienciación sobre hábitos saludables.
- Reducción de conflictos en el centro.

Estas dimensiones se analizan a través de escalas de valoración diseñadas específicamente, con puntuaciones que van desde 1 (malo) hasta 4 (muy bueno). Este instrumento se complementa con propuestas de mejora que se recogen en la memoria anual, proporcionando una visión general y orientaciones para optimizar futuras acciones.

### **Dimensiones evaluadas: un marco de análisis riguroso.**

Para garantizar una evaluación sistemática, el Proyecto Saludable del CEIP Clara Sánchez incluye dimensiones clave que permiten analizar el impacto de los programas implementados:

1. **Efectividad:** Cambios significativos logrados en el alumnado.

2. **Impacto:** Efectos sostenibles que derivan en mejoras a largo plazo.
3. **Eficiencia:** Resultados obtenidos con una óptima gestión de recursos.
4. **Relevancia:** Consistencia y pertinencia de las actuaciones respecto a los objetivos planteados.
5. **Evaluabilidad:** Calidad de los procesos metodológicos que posibilitan una valoración fiable y objetiva.

### **Resultados destacables del impacto en la población diana.**

Los datos recopilados muestran resultados alentadores en diferentes ámbitos:

- **Movilidad activa:** El 80% del alumnado utiliza modos activos de transporte para acudir al centro (andar, bicicleta, patines).
- **Almuerzos saludables:** Un 80% de las familias sigue las recomendaciones del calendario saludable y contribuye al cumplimiento de las medidas de "almuerzo residuo cero".
- **Participación deportiva:** Incremento significativo en la inscripción en actividades físico-deportivas extraescolares.
- **Educación emocional:** Mejora notable en la autoestima, la autopercepción y las relaciones interpersonales del alumnado.
- **Convivencia inclusiva:** El programa de patios inclusivos ha reducido los conflictos y fomentado la participación igualitaria de niños y niñas.

### **Sistemas de seguimiento y coordinación.**

El seguimiento de las acciones se realiza bajo la supervisión de la Comisión de Salud, formada por docentes de infantil y primaria, quienes se reúnen trimestralmente o cuando la situación lo requiere. Esta comisión, a través de su coordinador, elabora una memoria técnica anual que es presentada al claustro, al consejo escolar y a la Delegación Provincial de Educación, Cultura y Deportes de Guadalajara.

### **Indicadores de evaluación: herramienta de mejora continua.**

Los indicadores de evaluación acordados están alineados con los documentos programáticos del centro (PGA y memoria final) y se revisan anualmente para medir la evolución de las actuaciones. Además de las evaluaciones anuales, se llevan a cabo análisis cualitativos y sistemáticos sobre aspectos específicos durante las sesiones de coordinación.

### **Conclusiones y retos futuros.**

Aunque la valoración del impacto en la salud de la población diana presenta retos metodológicos debido a la multiplicidad de factores intervinientes, los resultados alcanzados reflejan un progreso constante en los objetivos establecidos. El proyecto sigue consolidándose como un marco efectivo para promover hábitos saludables, mejorar la convivencia y generar cambios positivos en toda la comunidad educativa, reafirmando su papel como una iniciativa transformadora y sostenible.

## 10. CONTINUIDAD Y SOSTENIBILIDAD DEL PROYECTO PREVISTA PARA LOS PRÓXIMOS AÑOS Y FINANCIACIÓN ECONÓMICA DISPONIBLE.

El proyecto de vida saludable está diseñado para mantenerse a largo plazo, reforzando los logros alcanzados y ampliando su impacto en la comunidad escolar. Para ello, se plantea un enfoque estratégico que garantice su continuidad, su capacidad de adaptación y la implicación de toda la comunidad educativa en actividades que fomenten hábitos de vida saludable y valores asociados.

### **Propuestas de actuación para la continuidad y mejora del proyecto:**

- **Fortalecimiento de alianzas y trabajo colaborativo:** Consolidar y ampliar la colaboración con instituciones, entidades, colectivos y asociaciones que contribuyen con su experiencia y recursos al desarrollo del proyecto escolar saludable, buscando sinergias que enriquezcan las acciones previstas.
- **Integración transversal en las programaciones didácticas:** Avanzar en la incorporación de la educación para la salud como un eje transversal en las programaciones de las distintas áreas curriculares, fomentando un aprendizaje significativo y contextualizado.
- **Participación activa de la comunidad educativa:** Reforzar la implicación del alumnado y las familias en las actividades del proyecto, promoviendo su corresponsabilidad en la organización y el desarrollo de iniciativas que fortalezcan el sentido de pertenencia y compromiso.
- **Ampliación de actividades saludables en los recreos:** Mantener y diversificar actividades lúdicas, físicas, intelectuales y musicales durante los recreos, potenciando su capacidad para mejorar la comunicación interpersonal, fomentar la sociabilidad y promover valores como la solidaridad, la responsabilidad y el respeto mutuo.
- **Formación en primeros auxilios:** Implementar programas de formación en primeros auxilios dirigidos al personal del centro, garantizando una respuesta rápida y adecuada en situaciones de emergencia, y contribuyendo a una cultura de seguridad y bienestar.
- **Continuidad de prácticas exitosas:** Dar seguimiento a todas aquellas actuaciones que han demostrado ser efectivas en la mejora de los resultados del proyecto, asegurando su sostenibilidad en el tiempo.
- **Promoción del bienestar emocional y la convivencia positiva:** Consolidar iniciativas que fomenten el clima de convivencia, la inclusión educativa y los valores de igualdad, empatía y tolerancia, esenciales para un entorno escolar saludable y respetuoso.

### **Financiación económica disponible:**

Durante los últimos años, el proyecto ha contado con un apoyo económico significativo por parte de la administración pública, con una dotación total de 6.000 euros. Este presupuesto ha sido destinado a la adquisición de materiales y recursos específicos que garantizan la implementación y continuidad de las acciones previstas. De cara al futuro, se prevé mantener una parte del presupuesto del centro y explorar vías de financiación,

a través de subvenciones públicas. En cualquier caso, se disponen de medios suficientes para su continuidad.

Este planteamiento asegura una base sólida para la sostenibilidad del proyecto y permite afrontar los próximos años con una visión estratégica que combine innovación, participación activa y compromiso institucional.

## **11. PLANTEAMIENTO INNOVADOR Y ORIGINAL.**

El proyecto "**Hacia una escuela saludable**" del CEIP Clara Sánchez se distingue por integrar de forma transversal, inclusiva y sostenible una amplia gama de iniciativas dirigidas a la promoción de hábitos saludables. Este enfoque se caracteriza por su capacidad para abordar, de manera simultánea y efectiva, diversos retos educativos, sociales y medioambientales, logrando así un impacto significativo y perdurable en la comunidad educativa.

### **Elementos Innovadores.**

**1. Integración transversal de la salud en el currículo escolar.**

El proyecto incorpora la educación en salud como un eje vertebrador del aprendizaje, transversalizando aspectos como la actividad física, la alimentación equilibrada, la salud emocional y la sostenibilidad ambiental. Esto permite que los valores y competencias relacionados con la salud se conviertan en parte esencial de las experiencias escolares cotidianas.

**2. Diseño basado en el aprendizaje activo y participativo.**

Las actuaciones incluidas en el proyecto fomentan la participación activa del alumnado, las familias y los agentes comunitarios mediante estrategias como el aprendizaje cooperativo, los retos saludables y los desplazamientos activos. Este enfoque facilita el protagonismo del alumnado en su propio proceso de aprendizaje y refuerza los lazos de cooperación y convivencia.

**3. Uso de tecnologías y herramientas innovadoras.**

Iniciativas como los "Descansos Activos" y "El Camino de pieFCitos" integran recursos interactivos y digitales, como mapas dinámicos y rutinas gamificadas, que potencian el compromiso y la motivación del alumnado. Estas herramientas no solo facilitan el aprendizaje, sino que también promueven la curiosidad y la creatividad.

**4. Adaptabilidad y enfoque inclusivo.**

Cada actuación se diseña considerando la diversidad del alumnado, asegurando que todos los estudiantes, independientemente de sus capacidades o contextos, puedan participar activamente. Por ejemplo, los "Recreos Activos e Inclusivos" y el "Galapacoin" son estrategias diseñadas para eliminar barreras y fomentar la igualdad de oportunidades.

**5. Sostenibilidad y vinculación con los ODS.**

El proyecto alinea todas sus acciones con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030, destacando su compromiso con la salud, la educación



de calidad, la igualdad y el medio ambiente. Esta vinculación refuerza su impacto transformador, no solo en el ámbito educativo, sino también en el social y medioambiental.

### **Originalidad del planteamiento.**

El CEIP Clara Sánchez ha logrado convertir la promoción de la salud en una seña de identidad del centro, integrando actuaciones pioneras que combinan creatividad, eficacia y sostenibilidad. La introducción de conceptos como el "Galapacoin", una moneda escolar para incentivar hábitos saludables, y la organización de iniciativas simbólicas como "CLM Viaja a la Luna" son solo dos ejemplos de cómo se puede innovar en el ámbito educativo para inspirar a toda una comunidad.

### **Conclusión.**

Este planteamiento innovador y original convierte al proyecto **"Hacia una escuela saludable"** en un modelo de referencia para otros centros educativos. Su capacidad para adaptarse a las necesidades específicas de su comunidad, junto con su impacto positivo y sostenible, asegura su proyección a largo plazo como una estrategia integral para el bienestar y el aprendizaje significativo.

## **12. INCLUSIÓN DE CRITERIOS DE SOSTENIBILIDAD Y RELACIÓN CON LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LA AGENDA 2030.**

El proyecto **"Hacia una escuela saludable"** del CEIP Clara Sánchez se configura como un modelo educativo innovador que integra los principios de sostenibilidad de forma transversal, respondiendo a los desafíos globales planteados en la Agenda 2030. Desde su concepción, este proyecto persigue un equilibrio entre el bienestar individual y colectivo, el respeto al entorno natural y el fortalecimiento del tejido social, contribuyendo de manera significativa a diversos ODS.

### **Enfoque transversal de sostenibilidad.**

El diseño y ejecución del proyecto incorporan de forma deliberada los tres pilares fundamentales de la sostenibilidad:

#### **1. Dimensión social:**

- Se fomenta la equidad y la inclusión, adaptando todas las actividades a las diferentes capacidades y características del alumnado. Esto garantiza la plena participación, promoviendo valores como la igualdad de género (ODS 5) y la reducción de desigualdades (ODS 10).
- Las actividades colectivas, como los recreos inclusivos y el Consejo de Patios, no solo fortalecen la convivencia, sino que también empoderan al alumnado para participar activamente en la toma de decisiones, contribuyendo al ODS 16 (Paz, justicia e instituciones sólidas).



## 2. Dimensión ambiental:

- Se prioriza el respeto por el medio ambiente mediante acciones como los desplazamientos activos, el plogging y las rutas de senderismo con fines educativos. Estas iniciativas reducen el impacto ambiental y fomentan la sensibilización hacia la sostenibilidad, alineándose con los ODS 11 (Ciudades y comunidades sostenibles), 12 (Producción y consumo responsables) y 13 (Acción por el clima).
- Talleres sobre biodiversidad y actividades en contacto con la naturaleza fortalecen la conciencia ecológica, vinculándose también al ODS 15 (Vida de ecosistemas terrestres).

## 3. Dimensión económica:

- Se promueven hábitos de vida responsables que implican un menor consumo de recursos, contribuyendo a la sostenibilidad económica. Por ejemplo, el fomento de almuerzos saludables basados en la dieta mediterránea promueve el consumo de productos locales y de temporada.

## Relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

El proyecto impacta de manera directa en múltiples ODS, destacándose las siguientes conexiones:

- **ODS 3: Salud y bienestar:** Todas las acciones del proyecto tienen como eje central la promoción de hábitos saludables, desde la actividad física regular hasta el desarrollo emocional y la prevención de conductas de riesgo.
- **ODS 4: Educación de calidad:** Las estrategias implementadas aseguran una formación integral, basada en el aprendizaje significativo, el desarrollo competencial y la inclusión.
- **ODS 5: Igualdad de género:** La reorganización de espacios en los patios escolares elimina las divisiones implícitas y asegura un acceso equitativo a todas las actividades.
- **ODS 10: Reducción de las desigualdades:** Las actividades inclusivas garantizan la participación de todos los alumnos, independientemente de sus capacidades, género u origen.
- **ODS 11: Ciudades y comunidades sostenibles:** El impulso de desplazamientos activos y la educación ambiental refuerzan la importancia de construir comunidades más saludables y respetuosas con el entorno.
- **ODS 12: Producción y consumo responsables:** Talleres sobre alimentación equilibrada y campañas de concienciación promueven prácticas sostenibles en el consumo cotidiano.
- **ODS 13: Acción por el clima:** Todas las actividades de movilidad activa y contacto con la naturaleza están orientadas a reducir el impacto ambiental y a fomentar la reflexión sobre el cambio climático.

## Ejemplos de actividades sostenibles

El proyecto incluye un amplio abanico de actividades diseñadas para abordar los ODS desde diferentes perspectivas:

#### **1. Movilidad activa:**

- Programas como "Pedalea en el cole" y los desplazamientos activos reducen las emisiones de CO<sub>2</sub> y promueven hábitos saludables, vinculándose directamente a los ODS 3, 11 y 13.

#### **2. Recreos inclusivos:**

- La reorganización de los patios escolares en zonas temáticas permite un acceso equitativo y promueve la convivencia positiva (ODS 5, 10 y 16).

#### **3. Educación ambiental:**

- Talleres de reciclaje, actividades de plogging y rutas educativas refuerzan el respeto por el entorno natural y contribuyen al ODS 15.

#### **4. Alimentación saludable:**

- La promoción de almuerzos equilibrados fomenta el consumo de productos locales y la reducción del desperdicio, alineándose con los ODS 12 y 3.

### **Evaluación y sostenibilidad futura.**

Para garantizar la sostenibilidad del proyecto, se emplean instrumentos de evaluación continuos que permiten medir el impacto de las acciones en los objetivos planteados. Estos incluyen encuestas, análisis de datos de participación, observaciones directas y el seguimiento de indicadores relacionados con los ODS. Basándose en estos resultados, se ajustan las estrategias para asegurar su eficacia y adaptabilidad.

El CEIP Clara Sánchez proyecta consolidar y expandir este modelo educativo, incluyendo la integración de nuevas tecnologías para la medición del impacto ambiental y la promoción de actividades colaborativas con otras instituciones. Con estas iniciativas, el proyecto aspira a convertirse en un referente de educación sostenible, demostrando que una escuela puede ser el epicentro del cambio hacia un futuro más equitativo y respetuoso con el entorno.

## **13. CONCLUSIÓN.**

El proyecto "Hacia una Escuela Saludable" del CEIP Clara Sánchez se erige como un modelo educativo comprometido con la promoción integral de la salud en el ámbito escolar. A través de una planificación estratégica, un enfoque transversal y la implicación activa de toda la comunidad educativa, esta iniciativa ha demostrado ser un motor de cambio que trasciende las aulas, impactando positivamente en el bienestar físico, emocional y social del alumnado.

Los resultados obtenidos, que abarcan desde la mejora de los hábitos alimenticios y la práctica de actividad física hasta el fortalecimiento de la cohesión comunitaria y la salud emocional, confirman la efectividad de un enfoque inclusivo, colaborativo y sostenible.



Asimismo, la alineación del proyecto con los Objetivos de Desarrollo Sostenible no solo refuerza su relevancia, sino que lo posiciona como un referente en la integración de la salud y la educación para el desarrollo de sociedades más equitativas y responsables.

De cara al futuro, "Hacia una Escuela Saludable" continuará evolucionando como una herramienta clave para garantizar una educación de calidad que priorice la salud y el bienestar como pilares fundamentales. Su capacidad de adaptación y su impacto probado aseguran su sostenibilidad, consolidando al CEIP Clara Sánchez como una institución líder en la creación de entornos escolares saludables y enriquecedores.