

Vida saludable

Ideas Proa+



Desarrollo de hábitos de vida saludable y medidas preventivas contra el Covid.

Consideraciones previas

- Coordinación con las personas que coordinan Creciendo en Salud o Forma Joven, en su caso.
- Coordinación con el médico del EOE, en su caso.
- Análisis de las actividades relacionadas con los hábitos de vida saludable que se han realizado o están previstas realizar en el centro, en el marco del POAT y/o de programas para la innovación.
- Análisis del protocolo Covid del centro y las dificultades del alumnado para su cumplimiento.
- Detección del profesorado que integra o está dispuesto a integrar elementos transversales en el currículum.
- Identificar si existe alumnado ayudante o mediadores de salud formados en el centro.

Objetivos

- Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables: actividad física, alimentación, sueño, educación afectivo-sexual y hábitos tóxicos.
- Sensibilizar al alumnado en las medidas preventivas contra el Covid y ayudar en su cumplimiento.
- Prevenir y minimizar las consecuencias físicas de los confinamientos escolares.
- Integrar curricularmente en diferentes área o materias, en la medida de lo posible, aspectos relacionados con los hábitos de vida saludable.
- Impulsar la participación activa del alumnado en la consecución de tareas o proyectos que incluyen y motivan a todo el alumnado.
- Potenciar la participación familiar en el aula.

Recursos y materiales

- Estilos de vida saludable en creciendo en salud: <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/delegade/content/c48c8c3c-10d4-4b44-9a30-e3779b677f30>
- Estilos de vida saludable en Forma Joven: <https://www.juntadeandalucia.es/educacion/portals/delegate/content/a180062a-57ee-4f4a-bfa0-901c95460d16>

Desarrollo de la actuación

- Establecer en reuniones de ETCP, equipos docentes, equipos de ciclo o reuniones con tutores/as posibles tareas, proyectos o actividades integradas en el currículum relacionadas con la promoción de hábitos de vida saludable (Videos, cortos, canciones, folletos, báiles, teatros, carteles, etc.) Ver Progresa Olímpicamente o Equipo Auna.
- Organización de actividades de sensibilización ante las medidas preventivas contra el Covid (talleres, charlas, videoconferencias, etc.)
- Movilizar al alumnado (puede ser alumnado ayudante y/o mediadores de salud) para diseño y realización de actividades relacionadas. Ver Mediaticers
- Dinamización de las familias para participar en actividades relacionadas con los estilos de vida saludables, a través de delegados/as de familias o AMPA.
- Colaboración con profesionales sanitarios o entidades externas para la organización de actividades.
- Difusión de los actividades, proyectos o tareas realizadas por el alumnado mediante el uso de redes sociales, web del centro, medios de comunicación locales, etc. Ver mediaticers

Recursos y materiales

- Progresa olímpicamente: <https://equipotecnicoorientaciongranada.wordpress.com/2019/12/19/progresa-olimpicamente/>
- Progresa olímpicamente en casa: <https://equipotecnicoorientaciongranada.wordpress.com/2020/05/12/progresa-olimpicamente-desde-casa/>
- Equipo Auna (integración curricular): <https://view.genial.ly/60377f3e93a0ec0d21f5df92/horizontal-infographic-review-equipo-a-una>
- Mediaticers por ETPOEP de Granada: https://drive.google.com/file/d/1GWyT_cwoW-UYDvtcakHFTAS-m8u_FPGb4/view
- Materiales Plan socioemocional Volvamos+cercanos por el CEC Murcia: https://drive.google.com/file/d/1YgXHkhdLpv4loQWbSqimPpWuN8yB4Q__/view



VIDA SALUDABLE



ACCIÓN TUTORIAL