



I.E.S. ALONSO CANO • DÚRCAL

PLAN DE ACTUACIÓN

FORMA JOVEN EN EL ÁMBITO

EDUCATIVO

2020-2021

ÍNDICE

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.
- 2.EQUIPO DE PROMOCIÓN DE SALUD EN EL CENTRO
- 3.INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DEL SITUACIÓN ACTUAL
- 4.OBJETIVOS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD PARA EL CURSO ESCOLAR 20/21.
- 5.LÍNEAS DE INTERVENCIÓN.
 - 5.1. EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL
 - 5.2. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE
 - 5.3. SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS
 - 5.4. USO POSITIVO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN.
- 6.ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.
- 7.PROPOSTA DE FORMACIÓN
- 8.CRONOGRAMA
- 9.RECURSOS EDUCATIVOS
- 10.TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN
- 11.SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.

1.1. PUNTO DE PARTIDA DEL PROYECTO TEMÁTICO DE EDUCACIÓN PROMOCIÓN DE LA SALUD.

1. Situación Actual:

Este Plan de Trabajo está ambientado en el IES Alonso Cano de la localidad de Dúrcal (Granada).

El municipio de Dúrcal se encuentra aún muy ligado a las actividades agrarias, de manera que podemos calificarlos como lugar de actividad agrícola, con los cultivos de la almendra y la aceituna.

Junto a ello, la presencia de industrias relacionadas con la construcción y con la producción de materiales para la construcción constituye la otra fuente principal de generación de riqueza y trabajo para las familias de nuestro alumnado. Actividades diversas, pero mucho menos importantes, son la hostelería (pequeños bares y restaurantes) y el turismo rural. Nos encontramos, por tanto, en un entorno socioeconómico, relativamente pobre y poco desarrollado, lo que produjo en los años 60 y 70 una fuerte emigración, que retornó a finales de los 80 y durante los 90 a sus localidades de origen.

En el IES Alonso Cano se imparte: Secundaria Obligatoria, Formación Básica Obligatoria, Bachillerato, Ciclo Formativo (Explotación de Sistemas Informáticos), 1º y 2º de FPB y Educación Secundaria de Adultos; en total hay matriculados en torno a 650 alumnos, sobre 55 profesores, 1 P.T.I.S. 2 administrativos, 2 conserjes, 3 limpiadoras.

El número de profesores/as fluctúa entre 50 y 60 en función de las necesidades de cada curso escolar. De éstos/as entre un 70 y un 75% tienen destino definitivo en el centro, si bien hay que señalar que desde que existe la posibilidad de concursar por un curso escolar para cambiar temporalmente de destino hay mayor variabilidad de profesorado en el centro. El centro se halla ubicado fuera del casco urbano de la localidad, pero próximo a éste, por lo que el acceso al mismo no presenta ninguna dificultad para el alumnado.

El horario es de jornada continuada de 8:00 a 14:30 horas, con un recreo de 30 minutos, entre las 11:00 y las 11:30 horas.

El Centro consta de un único edificio, cuya construcción se remonta al año 1984.

En el momento de implantar la LOGSE se cerró uno de los soportales interiores, ganando un aula de Música y un taller de Tecnología.

En el año 2005 se inició una ampliación del I.E.S. para poder albergar el primer ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria. Esta ampliación finalizó en el año 2007, con los dos laterales que posee la edificación. Esta remodelación dejó en suspenso las pistas polideportivas cuyo estado es bastante deficiente, especialmente el antiguo campo de fútbol.

CURSOS QUE SE IMPARTEN:
1º de E.S.O.: línea 3
2º de E.S.O. línea 3
3º de E.S.O. línea 3
4º de E.S.O. línea 3
F.B.O. línea 1
1º F.P.I.G.M. (Sistemas Microinformáticos y Redes)
2º F.P.I.G.M. (Sistemas Microinformáticos y Redes)
1º de Bachillerato (Ciencias)
1º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales)
2º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología)
2º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales)
Nivel II Esa Semipresencial
1º de F.P.B. (Informática y Comunicaciones)
2º de F.P.B. (Informática y Comunicaciones)

2. Grado de implicación de la comunidad educativa:

La implicación de las familias puede considerarse adecuada pero mejorable: asisten a reuniones con el tutor o tutora para seguir de cerca la marcha del alumno o alumna, suelen acudir al centro en caso de ocurrir alguna incidencia, participan activamente en el Consejo Escolar, y la AMPA colabora estrechamente con el centro, aunque esta es poco numerosa.

Todo el claustro colabora con el Programa, aunque con distinto nivel de implicación, siendo los tutores/as, el Departamento de Orientación, el Equipo Directivo y el Departamento de Extraescolares los que mayor grado de implicación tiene.

El personal de administración y servicios también colabora cuando se le requiere.

Todo el alumno participa en el programa, aunque el grueso de actividades va dirigido a los cursos de la ESO, desde hace varios años contamos, también, con alumnos/as mediadores/as de salud, unos han sido formados a través de los cursos que ofrece el IAJ y otros (ya que la oferta formativa es escasa) se han formado a través de recursos y actividades del centro y en colaboración con otras entidades.

3. Origen de la participación del programa:

El programa se viene desarrollando desde hace muchos años en el centro y se ha coordinado desde el departamento de orientación, excepto durante el curso 2018/2019 que fue coordinado por un miembro de departamento de inglés, al encontrarse la coordinadora en situación de excedencia.

4. Programas y actuaciones relacionados con la educación para la promoción de Hábitos de Vida Saludable en cursos anteriores:

- Programa de Lectura y Bibliotecas
- Plan de Igualdad y Coeducación
- Red Andaluza: Escuela Espacio de Paz: Mediación Escolar
- Programa de Voluntariado.
- Programas de Hábitos de Vida Saludable: Forma Joven
- Escuela TIC
- Programa AulaCine
- Plan de autoprotección y la prevención de riesgos laborales
- Programa Mindfulness
- Programas de modificación de conducta
- Programa aula A.A.A.
- Programa de Mediación Escolar
- Programa "Alumno Ayudante"
- Escuela de Familias Integral en colaboración con distintas instituciones
- Plan Director
- Programa Valora
- PROA
- Huerto Ecológico
- Proyecto ERASMUS +
- Proyecto Bilingüismo.

2. EQUIPO DE PROMOCIÓN DE SALUD EN EL CENTRO

En el centro el **Equipo Forma Joven** va a estar constituido por: el equipo directivo, el alumnado mediador en salud, la técnica del centro de salud (si en alguno del curso puede volver a incorporarse), el coordinador de convivencia, la coordinadora del Programa Forma Joven, el Departamento de Orientación, el AMPA a través de la responsable del Programa Valora, el técnico de juventud y los/as tutores y tutoras. Este curso, se incluye la figura del coordinador COVID-19 del centro y del coordinador del Plan de autoprotección y la prevención de riesgos laborales de Además, con distintos niveles de implicación participará el profesorado en general y personal de administración y servicios.

3. INVESTIGACIÓN Y ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN ACTUAL.

Para este punto se ha tenido en cuenta lo siguiente:

- La evaluación final y propuestas de mejora recogidas en el Plan de Actuación del curso anterior y Rúbrica de Valoración Plan de Actuación HHVS.
- El análisis del entorno incluido en el Proyecto Educativo del centro del que se habla en el apartado anterior.
- La detección específica de necesidades del alumnado a través de los tutores/as y la junta de delegados.
- Los activos en salud comunitarios (físicos como: pabellón deportivo de Dúrcal, instalaciones del centro, espacios verdes de la zona, Casa de la Juventud, espacios cedidos por el ayuntamiento etc... Los sociales como: profesorado, alumnado, y familias con intereses, experiencia y formación en la temática).
- Las orientaciones de distintos profesionales del ámbito educativo y socio-sanitario: profesorado, departamento de orientación, profesionales socio-sanitarios de referencia, SS CC.
- Las necesidades e intereses manifestados por las familias.

1. PROPUESTAS DE MEJORA DEL CURSO ANTERIOR.

- Mejorar la Evaluación y seguimiento del Programa.
- Mejorar la coordinación con otros Planes y programas.
- Mejorar la integración curricular del Programa.
- Potenciar la labor y formación del alumnado mediador en salud.

2. NECESIDADES Y DEMANDAS.

- Línea Educación Socio-emocional: Necesidad de mejorar el conocimiento y gestión de emociones por parte de toda la comunidad educativa. Necesidad de mejorar el conocimiento y desarrollo de la empatía en nuestro alumnado. Necesidad de aprender a gestionar y resolver situaciones conflictivas para toda la comunidad educativa. Necesidad de mejorar la autoestima de nuestro alumnado. Necesidad de potenciar la autonomía y responsabilidad de nuestro alumnado. Necesidad de potenciar la toma de decisiones autónoma y responsable por parte de nuestro alumnado. Necesidad de mejorar las habilidades sociales de nuestro alumnado. Esta línea se hace especialmente relevante este curso escolar, dada la situación vivida y que está viviendo el alumnado y toda la comunidad educativa, como consecuencia de la pandemia.
- Línea Estilos de vida saludable: Necesidad de inculcar en el alumnado hábitos de vida saludable en relación al descanso, la alimentación y la actividad física. Esta línea se hace especialmente relevante este curso escolar, dada la situación vivida y que está viviendo el alumnado y toda la comunidad educativa, como consecuencia de la pandemia, en lo referente a medidas sanitarias de seguridad y de prevención frente al COVID-19.
- Línea Sexualidad y relaciones igualitarias: Necesidad de promover relaciones igualitarias y contribuir a la prevención de la violencia de género y orientar en cómo se puede actuar si se produjera. Necesidad de promover prácticas sexuales responsables y prevenir riesgos derivados. Necesidad de fomentar actitudes de respeto a la orientación y diversidad sexual.
- Línea Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación: Necesidad de prevenir, proteger y atender a chicos y chicas en este ámbito; necesidad de proporcionar información, así como, estrategias y habilidades cognitivas, psicológicas y afectivas que permitan un uso positivo y

responsable basado en el respeto y en la promoción de la dignidad humana y de la integridad física y psicológica de las personas adolescentes.

3. ACTIVOS QUE FAVORECEN LA SALUD.

Dúrcal cuenta con un centro de salud cuyos profesionales han colaborado activamente con el Programa en nuestro centro hasta este curso, en el que, debido a la actual situación de pandemia, su colaboración se ve limitada a la coordinación en el desarrollo y puesta en práctica del protocolo COVID-19. Además, contamos con la colaboración de: la Casa de la Juventud (aún por determinar este curso, de nuevo, debido a las limitaciones ocasionadas por la pandemia), el Centro de Información a la Mujer, Servicios Sociales Comunitarios, Ayuntamiento, Asociación VALE, IAJ, CEP de Motril y el AMPA del centro.

4. OBJETIVOS GENERALES DE PROMOCIÓN DE LA SALUD PARA EL CURSO ESCOLAR 20/21.

Promover aptitudes que permitan tomar conciencia de las emociones propias y de los demás, así como aprender a regularlas, mediante estrategias que favorezcan el desarrollo personal y social.

Desarrollar habilidades que potencien la autonomía emocional, una actitud positiva hacia uno mismo y hacia los demás, así como estrategias que permitan afrontar los retos de la vida de forma sana y equilibrada.

Sensibilizar sobre la importancia de realizar actividad física y llevar una alimentación variada y equilibrada basada en la dieta mediterránea, haciendo especial énfasis en el aumento del consumo de frutas y hortalizas y en la disminución del consumo de bebidas azucaradas. Especialmente, si se da la situación de cuarentena o confinamiento.

Promover la adquisición de hábitos relacionados con la higiene y el autocuidado.

Facilitar el intercambio, el diálogo y la discusión productiva entre los grupos de iguales, dotando de estrategias de difusión de las opiniones.

Establecer redes de colaboración interprofesional (interdisciplinar e interinstitucional).

Mejorar el entorno del centro en su dimensión medioambiental (física y social) mediante estrategias de estudio, valoración y actuación para la promoción de la salud y el bienestar general de la comunidad, de cara a incrementar los activos que protegen y mejoran la salud: espacios verdes, reciclado y eliminación de residuos.

Promover Estilos de Vida Saludable en una Sociedad Digital, dotando al alumnado de herramientas para que realice un uso adecuado de las T.I.C, así como, prevenir las adicciones a las TIC.

5. LINEAS DE INTERVENCIÓN QUE SE DESARROLLAN

El programa Forma Joven del centro va a llevar las siguientes líneas de intervención:

- Educación Socio-emocional.
- Estilos de vida saludable.
- Sexualidad y relaciones igualitarias.
- Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación

Estas líneas se han elegido en función de las necesidades detectadas, tal y como se refleja en el apartado correspondiente 3.2 de este plan.

1. EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL

BLOQUES TEMÁTICOS:

- Conciencia Emocional.
- Regulación Emocional.
- Autonomía Emocional.
- Competencia Social.
- Competencias para la Vida y el Bienestar.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Percibir con precisión los propios sentimientos y emociones.

- Identificar y definir los estados emocionales que experimenta la persona en distintos momentos contemplando la posibilidad de experimentar emociones múltiples.
- Reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.
- Percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás.
- Comprender las emociones de las otras personas.
- Implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales.
- Servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.
- Aceptar que los sentimientos y emociones, a menudo, deben ser regulados. Lo cual incluye:
 - La regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo).
 - La tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión).
 - Perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades.
 - La capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo, pero de orden superior, etc.
- Conseguir el difícil equilibrio entre la represión o inhibición emocional y el descontrol.
- Adquirir estrategias para hacer frente a las emociones negativas, disminuyendo su intensidad y duración con el fin de atenuar el malestar que provocan.
- Afrontar retos y situaciones de conflicto y las emociones que generan con estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.
- Tener una imagen positiva de sí mismo.
- Adquirir una valoración de sí mismo positiva, satisfactoria y ajustada a la realidad.
- Establecer y mantener una "buena relación" consigo mismo.
- Adquirir habilidades para revisar la propia conducta y asumir las consecuencias que se derivan de ella, no culpando siempre a los demás de los propios errores.
- Responder de los propios actos.
- Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.
- Decidir con responsabilidad sabiendo que, en general, lo más efectivo es adoptar una actitud positiva.
- Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.
- Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.

- Desarrollar mecanismos personales para tomar decisiones sin dilación en situaciones personales, familiares, académicas, sociales o de tiempo libre que acontecen en la vida diaria, evitando actitudes pasivas o negadoras.
- Asumir la responsabilidad por las propias decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad.
- Conocer los propios derechos y deberes.
- Desarrollar un sentimiento de pertenencia y cierto grado de compromiso para la participación efectiva en un sistema democrático, la solidaridad, el ejercicio de valores cívicos, el respeto por los valores multiculturales y la diversidad etc. en el grupo social en el cada alumno o alumna desarrolle su vida.

CONTENIDOS:

- Conocimiento de las propias emociones.
- Conocimiento de las emociones de los demás.
- Regulación de emociones y sentimientos.
- Habilidades de afrontamiento.
- Autoestima positiva. La autoestima, por definición, es la opinión emocional que un individuo tiene de sí mismo y que, no necesariamente, tiene que ser positiva ni racional.
- Responsabilidad. Es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos.
- Habilidades sociales básicas.
- Respeto por los demás.
- Comunicación receptiva/ expresiva.
- Compartir emociones.
- Comportamiento pro-social y cooperativo.
- Asertividad.
- Prevención y solución de conflictos.
- Gestión de emociones colectivas en contextos sociales.
- Toma de decisiones responsables.
- Ciudadanía activa.

2. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

BLOQUES TEMÁTICOS:

- Actividad Física.
- Alimentación Equilibrada.
- Educación Vial. Prevención de Accidentalidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables.
- Impulsar la participación del alumnado en actividades físicas motivadoras que faciliten el desarrollo de los conocimientos, actitudes, habilidades motoras y conductuales y la confianza necesarios para adoptar y mantener un estilo de vida físicamente activo.
- Favorecer en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos de alimentación saludables.

CONTENIDOS

- Promoción de la actividad física.
- Recursos y entornos físicos adecuados.
- Beneficios de la actividad física.
- Hábitos saludables.
- Habilidades motoras.
- Alimentación saludable.

3. SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS

BLOQUES TEMÁTICOS:

- La Sexualidad como parte de la Vida.
- Orientación y Diversidad Sexual.
- Prácticas Sexuales Responsables y Prevención de Riesgos Derivados.
- Relaciones igualitarias. Prevención de la Violencia de Género.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Entender la sexualidad como parte de la vida.
- Fomentar actitudes de respeto a la orientación y diversidad sexual.
- Detectar situaciones de violencia y orientaciones sobre cómo actuar.
- Prevenir de ETS y de embarazos inesperados.
- Promover prácticas sexuales responsables y prevenir riesgos derivados.
- Promover relaciones igualitarias. Contribuir a la prevención de la violencia de género.

CONTENIDOS

- Concepto de sexualidad y las diferentes etapas.
- La sexualidad de los hombres y de las mujeres. Enfoque de género.

- Anatomía de la sexualidad.
- La sexualidad como vía de comunicar afecto y de obtener placer.
- Respeto a las diferencias.
- Corresponsabilidad de hombres y mujeres.
- ETS y de embarazos inesperados.
- Igualdad entre mujeres y hombres. Roles y estereotipos.
- El amor romántico y las relaciones igualitarias de pareja.

4. USO POSITIVO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y DE LA COMUNICACIÓN.

BLOQUES TEMÁTICOS:

Estilos saludables en la sociedad digital.
Adicción al móvil
Buenas prácticas y recomendaciones

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Analizar cómo ha cambiado la forma de relacionarse y socializarse.
- Promover hábitos saludables en el uso de las TIC.
- Conocer los principios en que debe basarse el uso de las TIC.

CONTENIDOS

- Uso adecuado de las TIC (principios)
- Peligros derivados del uso de las TIC.
- Grooming, nomofobia, ciberacoso, cibercontrol, adicción, sexting, ciberdelitos, ciberseguridad.

6. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

El proyecto Forma Joven se desarrollará interdisciplinariamente, se integra en el Proyecto Educativo del centro y se conecta y coordina con otros planes y proyectos del centro. Llevándose a la práctica de la siguiente forma:

- Se integra en el Plan de Orientación y Acción Tutorial, fundamentalmente a través de las tutorías, de manera que puedan desarrollarse sesiones grupales.
- Se coordina con la vicedirección del centro para su inclusión en el proyecto educativo.
- Se coordina y se integra en la programación del Departamento de Actividades Complementarias y Extraescolares y de otros Planes y Programas del centro.
- Se integra de forma transversal desde un modelo de integración en las áreas curriculares desde las programaciones didácticas, a través del Departamento de Formación, Evaluación e Innovación y del ETCP. Este curso se ha elaborado un documento donde queda reflejada esta integración: Se ha onfeccionado una plantilla para que el profesorado de cada departamento haga propuestas de actividades. El objetivo es contar con una batería de actividades organizada por departamentos, consiguiendo que las actividades relacionadas con Forma Joven no sean un añadido sino que formen parte integrada del desarrollo del currículo. El resultado ha sido el siguiente:

Departamento	Propuestas de actividades	Línea de actuación
Lengua Castellana y Literatura	Concienciar sobre la importancia de mantener las normas sanitarias fuera del instituto.	Estilos de Vida Saludable
Inglés	“REAL FOODING” Propuesta de realización de recetas y hábitos de alimentación saludable. Comida real, no procesada.	Estilos de Vida Saludable
Geografía e Historia	Trabajos de creación y exposición en formato digitales (canvas, genially, prezi,y publicación en Instagram y padlet cooperativo) en Arte y Patrimonio.	Buen uso de las TIC y TAC
Latín	Actividad relacionada con la alimentación saludable: elaborar un menú romano de época clásica, se puede consultar el libro de Apicio “ De re coquinaria”, elaborar un menú apropiado a nuestro tiempo y compararlo: horario de comidas, número de comidas diarias, ingredientes, elaboración de los platos...y extraer conclusiones.	Estilos de Vida Saludable

Religión		
Filosofía	<p>La educación emocional, los estilos de vida saludable, la sexualidad y las relaciones igualitarias, el uso adecuado de la nuevas tecnología, así como la prevención del consumo de sustancias adictivas, forman parte del currículo oficial de las materias que imparte este Departamento en todos los cursos de la ESO: Valores éticos (de 1º a 4º) y Educación para la ciudadanía y los Derechos humanos (3º). Así pues, estos temas serán tratados en clase, trabajados con los alumnos mediante las actividades correspondientes a la unidad didáctica en las que aparezcan, y evaluado su aprendizaje conforme aparece en la programación del Departamento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Educación Emocional • Estilos de Vida Saludable (actividad física, alimentación sana, prevención...) • Sexualidad y Relaciones Igualitarias • Uso positivo de las T.I.C. • Prevención de Consumo de Sustancias Adictivas
Ed. Plástica y Visual	Técnicas de meditación, Mindfulness, control de la mente/ ansiedad/estres.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación Emocional
Ed. Física	<p>Actividad física y Salud : Hábitos de vida saludables: alimentación(cálculo de gasto calórico, metabolismo basal, principios inmediatos y sus necesidades, enfermedades de la alimentación..), ejercicio físico: (características de ejercicio saludable,cálculo de su condición física, métodos de entrenamiento,...hábitos no saludables(alcohol, drogas, sedentarismo), higiene postural: (al sentarse, al dormir, transporte de objetos) . Métodos de relajación y estiramiento</p>	<p>Tema transversal: uso de la tecnología responsable y educación emocional (sentir mi cuerpo, relacionarme con él..)</p>

Física y Química	<p>Los aspectos relacionados con el programa Forma Joven relacionados con estilos de vida saludable, higiene, salud, uso positivo de las TIC, prevención de consumo de sustancias adictivas, etc., relacionados con nuestras materias de Física y Química se trabajan integrados en las actividades de clase. Asimismo se trabajan también estos aspectos en las clases de tutoría, siguiendo las actividades propuestas por el Departamento de Orientación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Educación Emocional • Estilos de Vida Saludable (actividad física, alimentación sana, prevención...) • Sexualidad y Relaciones Igualitarias • Uso positivo de las T.I.C. • Prevención de Consumo de Sustancias Adictivas
Orientación Educativa	<p>Desde la acción tutorial y las actividades complementarias y extraescolares del Departamento se van a trabajar todas las líneas de actuación. Además, desde el Aula Específica se lleva a cabo un taller de alimentación sana y cocina.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Educación Emocional • Estilos de Vida Saludable (actividad física, alimentación sana, prevención...) • Sexualidad y Relaciones Igualitarias • Uso positivo de las T.I.C. • Prevención de Consumo de Sustancias Adictivas
Tecnología	<p>-Uso responsable de las redes sociales y detección de peligros en la red.</p> <p>-Prevención del ciberacoso.</p>	<p>-Uso positivo de las T.I.C.</p> <p>-Educación emocional</p>

BIOLOGÍA Y GEOLOGÍA	Dietas equilibradas, hábitos saludables tanto de alimentación como en la actividad diaria, y medidas de prevención de enfermedades derivadas de malos hábitos que comprometen la salud física y mental.	<ul style="list-style-type: none">• Educación Emocional• Estilos de Vida Saludable (actividad física, alimentación sana, prevención...)
---------------------	---	--

- De igual forma, se quiere elaborar un padlet Forma Joven donde queden recogidas todas éstas y todas actividades relacionadas con el Programa Forma Joven.
- Se realiza la colaboración de las familias a través del AMPA.
- Se coordina con el resto de las instituciones implicadas en el proyecto.
- La conexión del personal sanitario con la realidad del centro en cuestión y la introducción del mismo.
- Otra de las formas de integración curricular es a través de la celebración de efemérides junto con el Departamento de Actividades Extraescolares, así como del resto de Planes y Programas del centro.
- Desde el Departamento de EF se va a puntuar con un positivo al alumnado mediador de salud, en reconocimiento a su labor.

7. PLAN DE AUTOFORMACIÓN

Para este curso las actividades que se van a realizar de formación son las siguientes:

- Para el profesorado: aún por determinar.
- Para el alumnado: Curso y talleres de formación para el alumnado para ser mediadores/as de salud a cargo del IAJ, Talleres a cargo del Centro de Información a la Mujer, talleres dentro del marco del Programa Valora
- Para las familias: Escuelas de Familias: Plan Director.

*Todas estas actividades están condicionadas este curso por el cumplimiento de las medidas sanitarias de seguridad por lo que aún están por confirmar y no se puede asegurar su realización.

8. CRONOGRAMA

En este apartado se recogen las actuaciones que se llevarán a cabo durante el curso escolar con el objetivo de promover Entornos Sostenibles y Saludables y dirigidas al alumnado, al profesorado y a las familias: Las actividades programa son las siguientes:

- Asesoría Forma Joven: por el momento no se lleva a cabo por parte del profesional sanitario del centro de salud debido a la actual situación de pandemia, durante este curso, la realizará la orientadora, la técnica del Programa Valora, la psicóloga de SSCC y las técnicas del CIM, dentro de sus posibilidades.
- Talleres a cargo del personal sanitario con las siguientes temáticas: Educación afectivo-sexual, ETS y prevención, Alimentación sana, Hábitos de higiene personal. igualdad de género y relaciones igualitarias, voluntariado activo, habilidades sociales, pensamiento crítico, entre otros. Por ahora esta actuación se ha suspendido debido a la situación de pandemia.
- Talleres del IAJ con las siguientes temáticas: sexualidad, trastornos de alimentación, resolución pacífica de conflictos y mediación, autoestima, entre otros. Aún por determinar los que va a poder llevarse a cabo cumpliendo con las medidas sanitarias de seguridad.
- Campaña para la promoción de las normas de seguridad sanitaria en los recreos.
- Campaña para promocionar la biblioteca de igualdad.
- Colaboración con el Programa Progresar: en colaboración con los Servicios Sociales Comunitarios, aún por determinar.
- Colaboración con el Ayuntamiento de Dúrcal y la Casa de la Juventud en diversas actividades: aún por determinar.
- Colaboración con el Programa de Mediación Escolar, Voluntariado y Alumnado Ayudante en colaboración con el Proyecto Escuela: Espacio de Paz.
- Programa de modificación de conducta: "ponme un seguimiento"
- Actividades de meditación y mindfulness.
- Programa de mindfulness para 2º y 3º de PMAR.
- Programa Ulises de control y gestión de emociones para 2º PMAR.
- Taller Interactivo de Gestión Emocional para el profesorado a través del CEP. Aún por determinar si se podrá llevar a cabo.
- Actividades de tutoría sobre distintas temáticas: autoestima, habilidades sociales, toma de decisiones, asertividad,

- responsabilidad, uso responsables de las TIC, acoso, escucha activa... etc (Ver Plan de Acción Tutorial)
- Actividades dentro del Programa A no fumar ¡Me apunto!
 - Talleres dentro del Plan Director a cargo de la Guardia Civil.
 - Colaboración con el Plan de Igualdad y Coeducación: Talleres del Centro de Información a la Mujer (CIM)
 - Charla a cargo de la Asociación de Voluntarios de Prisiones de la cárcel de Albolote. Aún por determinar si se podrá llevar a cabo debido a la actual situación de pandemia.
 - Colaboración con el Actividades integradas en las Programaciones Didácticas.
 - Programa Pedagógico Alcohol y Sociedad.
 - Celebración de efemérides.
 - Talleres a cargo del alumnado mediador en salud.
 - Visionado de películas y documentales en colaboración con el Programa Aula Cine.
 - Programa Valora: Atención individualizada a alumnado seleccionado, talleres (autoestima, educación sexual, entre otros).
 - PROA
 - Colaboración con el Programa de Lectura y Bibliotecas
 - TALLERES ARTÍSTICOS con el artista Michael John Koftinow. Durante este curso Michael John Koftinow desempeña el puesto de Asistente lingüístico en el IES Alonso Cano y contamos con su estimable colaboración en el programa ALDEA: reciclaje, eliminación de residuos, prevención de la obesidad y arte.
 - Asociación VALE: charla a cargo del fundador, talleres en la asociación, taller navideño. Aún por determinar si se podrá llevar a cabo dado el actual estado de pandemia que vivimos.
 - Intervención en casos de drogodependencias: Psicóloga de SSCC.
 - Coordinación y seguimiento de alumnado con problemas de salud en colaboración con el Servicio de Pediatría.
 - Coordinación y seguimiento de alumnado con problemas de salud mental en colaboración con el Servicio de Salud Mental.
 - Programa iToc, Toc! Buenos tratos.
 - Carrera Solidaria, aún por determinar si se podrá llevar a cabo debido a la actual situación de pandemia.
 - Premios Vida Sana
-
- Formación profesorado y familias (ver apartado correspondiente del Plan).
 - Curso de formación de alumnado en salud: IAJ, Ayuntamiento, CIM, orientadora.
 - Colaboración con el ECOHUERTO El huerto escolar constituye un recurso educativo para transmitir al alumnado la importancia de

las técnicas productivas con la alimentación, en relación con los ciclos naturales y el respeto al medio ambiente. Alimentos ecológicos y beneficios

CRONOGRAMA

ACTIVIDADES	RESPONSABLES	TEMPORALIZACIÓN	DESTINATARIOS
Prevención SIDA	Tutores/as	Primer Trimestre	4º ESO
Campaña promoción normas seguridad sanitaria en los recreos	Mediadores/as de salud y Orientadora	Primer trimestre	Toda la comunidad educativa
Uso responsable TIC	Tutores/as	Primer Trimestre	Todo el centro
Cuidado e higiene personal	Tutores	Primer Trimestre	1º ESO y 2º FPB
Taller Igualdad	Educadores y tutores/as	Primer Trimestre	3º Y 4º ESO
Taller autoestima	Responsable Programa Valora	Primer Trimestre	Alumnado seleccionado
Plan Director	Guardia Civil	Segundo trimestre	1º, 2º, 3º, 4º ESO Y FPB y Familias
Programa ¿Toc, Toc! Buenos Tratos	Coordinadora Igualdad, orientadora, tutores/as	Segundo trimestre	ESO y FBO
Alimentación sana	Tutores/as	Segundo Trimestre	2º ESO
Carrera Solidaria	Coordinador Convivencia	Segundo trimestre	Toda la comunidad educativa
Premios Vida Sana	Coordinador convivencia y coordinadora FJ	Segundo Trimestre	
E.T.S.	IAJ	Segundo y Tercer Trimestre	3º ESO, 1º FPB

Prevención conductas riesgo	Asociación de Voluntarios de Prisiones	Tercer Trimestre	3º ESO
Talleres	Alumnado Mediador/a en salud	Tercer Trimestre	1º, 2º, 3º, 4º ESO
Educación Emocional	Responsable programa Valora	Todo el curso	Alumnado Seleccionado
Programa PROGRESA	Servicios Sociales Comunitarios	Todo el curso	1º y 2º de la ESO
Asesoría	CIM, de SSCC y orientadora	Todo el curso	Comunidad Educativa
Mediación en Salud	Alumnado Mediador en Salud/Coordinadora FJ	Todo el curso	Todo el centro
Mediación en Conflictos	Alumnado Mediador/ Coordinador Convivencia	Todo el curso	Todo el centro
Voluntariado	Alumnado Voluntario/ Coordinador Convivencia	Todo el curso	Todo el centro
Alumnado Ayudante	Alumnado Ayudante/ Coordinador Convivencia	Todo el curso	Todo el centro
Seguimientos	Coordinador Convivencia/ Orientadora/Tutores	Todo el curso	ESO
Mindfulness en el aula	Profesorado interesado	Todo el curso	Alumnado
Programa Ulises	Orientadora	Todo el curso	2º PMAR
Actividades Tutoría Lectiva	Orientadora y tutores/as	Todo el curso	ESO, FPB
Talleres CIM	Coordinadora Igualdad	Todo el curso	Alumnado
Programaciones	Jefes/as Departamentos	Todo el curso	Alumnado
Celebración de Efemérides	Coordinadores/as Planes y Programas	Todo el curso	Comunidad Educativa
Aula Cine	Coordinador Programa	Todo el curso	Alumnado
P. Valora	AMPA	Todo el curso	Alumnado seleccionado
Intervención drogodependencia	Psicóloga SSCC	Todo el curso	Alumnado seleccionado
Problemas de Salud	Pediatría/Orientadora/ Tutores/as	Todo el curso	Alumnado seleccionado

Problemas de Salud Mental	Servicio de Salud Mental / Orientadora/Tutores/as	Todo el curso	Alumnado seleccionado
Curso Mediación Salud	Coordinadora Programa y otros	Todo el curso	Alumnado Mediador en Salud
Ecohuerto	Coordinador Convivencia	Todo el curso	ESO, FPB, FBO
Campaña Biblioteca de Igualdad	Mediadores/as de salud y Orientadora	Todo el curso	Toda la comunidad educativa

9. RECURSOS EDUCATIVOS

• **RECURSOS HUMANOS**

Dentro de los recursos humanos podemos contar con los siguientes:

En el centro el **Equipo Forma Joven** va a estar constituido por: el equipo directivo, el alumnado mediador en salud, la técnica del centro de salud (si en alguno del curso puede volver a incorporarse), el coordinador de convivencia, la coordinadora del Programa Forma Joven, el Departamento de Orientación, el AMPA a través de la responsable del Programa Valora, el técnico de juventud y los/as tutores y tutoras. Este curso, se incluye la figura del coordinador COVID-19 del centro y del coordinador del Plan de autoprotección y la prevención de riesgos laborales de Además, con distintos niveles de implicación participará el profesorado en general y personal de administración y servicios.

Los Profesionales sanitarios del centro de salud de Dúrcal vienen al centro una o dos horas quincenalmente para impartir charlas o talleres específicos y/o atienden en la asesoría de forma individual/pequeño grupo a los alumnos/as que tengan inquietudes o dudas referentes al programa. Esta actuación está temporalmente suspendida debido a la actual situación de pandemia.

También colaboran las familias a través de las AMPAS.

Asimismo, colaborarán todos los profesionales que, puntualmente, acudan al centro a desarrollar actividades, tales como charlas, talleres, conferencias, colaboración en celebración de efemérides... Estos profesionales pueden pertenecer a asociaciones, ayuntamientos, diputación, IAJ, CIM, Casa de la Juventud, SS CC, organizaciones no gubernamentales, etc.

- **RECURSOS MATERIALES**

Dentro de los recursos materiales podemos encontrar:

Recursos bibliográficos, como:

- "Guías Forma Joven",
- Programa de competencias sociales y emocionales de Manuel Segura.
- Programa "Aulas Felices"
- Maletín Forma Joven.

Recursos informatizados, como:

- "A no fumar, me apunto".

Recursos audiovisuales, como los siguientes:

- Anticonceptivos para todos.
- Forma joven, una estrategia de salud para adolescentes y jóvenes de Andalucía.
- Adolescentes número 3. Los mundos de chicas y chicos adolescentes: escuela, amigos y sexualidad.

Recursos en la red, como los siguientes:

- Materiales web Promueve Salud
- <http://www.formajoven.org/>
- Web Hábitos de vida saludable
- Patiojoven
- Padlet

10. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y DIFUSIÓN

La comunicación y difusión se llevará a cabo utilizando los siguientes instrumentos y técnicas:

- Información al profesorado y aprobación en Claustro y Consejo escolar.
- Información a las familias a través de las reuniones iniciales con los tutores/as.
- Información al alumnado a través de las tutorías y de visitas informativas de la coordinadora del programa y los/as mediadores/as de salud.

- Información a la vicedirección del centro y el resto de coordinadores de planes y programas y DACE.
- Información al profesorado mediante el panel informativo de actividades de la sala de profesores y de la aplicación iPasen, sobre los próximos talleres, charlas, etc. de profesionales externos al Centro.
- Folletos informativos.
- Tablón de Forma Joven: cartelería y murales alusivos a los temas tratados.
- Exposiciones de trabajos del alumnado.
- Reuniones de tutores/as.
- Página web del Centro: www.iesalonscano.es y redes sociales del centro.
- Comunidad Colabor@.
- Medios de comunicación locales.
- Padlet Forama Joven del IES "Alonso Cano".

11. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Las herramientas utilizadas para el seguimiento y evaluación del programa serán las siguientes:

- En algunos talleres se realizan cuestionarios al alumnado participante.
- Cuestionarios de valoración entre profesorado del Centro para determinar líneas de actuación y seguimiento y conclusiones de las mismas.
- Registro de actuaciones llevadas a cabo.
- Cuestionarios al alumnado para determinar el grado de satisfacción en las actividades llevadas a cabo.
- Memoria final que recoja todas las actividades realizadas, así como la valoración de los resultados obtenidos.
- Rúbrica.
- Formularios de seguimiento.

ARACELI BUENO RODRÍGUEZ

(Coordinadora del Programa Forma Joven en el I.E.S "Alonso Cano" de Dúrcal)