

PROGRAMA DE BIENESTAR Y SALUD DEL ALUMNADO

Tipo de plan o proyecto	Programa Apertura de centros a la comunidad		
Año	Anual	Año	Anual
Alumnado al que se dirige	Todo el centro		

Coordinadora: Fátima Durán

1.INTRODUCCIÓN

Es en la Orden ECD/2475/2015, de 19 de noviembre cuando se crea el distintivo de calidad «Sello Vida Saludable», con el propósito de fomentar los hábitos que permitan desarrollar una vida saludable en todas sus vertientes y reconocer públicamente a aquellos centros docentes, tanto públicos como privados, que fomenten el aprendizaje de la salud en el ámbito educativo, así como asumir prácticas de vida saludable y una educación física que permita el adecuado desarrollo personal y social a lo largo de la escolarización del alumnado. El *colegio público Río Piles* de Gijón (Asturias) presentó su candidatura como centro para ser distinguido en la Convocatoria del Curso 2020, con el Sello de Calidad de Vida Saludable, instituido por el MECD. Este sello supone un reconocimiento a Centros públicos, privados y/o sostenidos con fondos públicos que trabajen con calidad en el campo de la Salud.

Dado que en la Circular de inicio de curso 2022-2023, en el apartado 3.7.6.5. *Sello de vida saludable*, se recoge la importancia de asentar este proyecto, desde nuestro centro *CP Río Piles* las medidas que queremos adoptar para el presente curso son las siguientes:

- APERITIVO SALUDABLE EN LOS RECREOS DEL COLE (PROPUESTA):

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
<i>Libre</i>	<i>Lácteo</i>	<i>Fruta</i>	<i>Bocadillo (no bollo industrial)</i>	<i>Libre</i>

- CUMPLEAÑOS:

El centro no repartirá revoltijos que contengan “chucherías”, ofreceremos la posibilidad del alumnado que quiera, pueda traer un bizcocho, galletas... evitando productos industriales o con muchos azúcares. De esta manera, estamos fomentando la implicación de toda la comunidad ya que para nuestro centro ha sido y será una meta esencial la práctica de una vida saludable, donde la educación física y el deporte en general, permitan un adecuado desarrollo integral (personal y social), a lo largo de toda la escolaridad del alumnado.

2. PATIOS AFAYAIZOS

Organizar los RECREOS DINÁMICOS, para fomentar la participación de todo el alumnado del centro en varios torneos con balón, como, por ejemplo: *Ultimate, Floorball, Balón prisionero, football, etc.* Se propone un día a la semana y por niveles.

Otras posibilidades es trabajar con la colaboración del alumnado de 5º y 6º, con la formación del alumnado en mediación. Sería interesante recuperar estas prácticas.

Colegio Público De Infantil y Primaria Río Piles

Documentos PGA

De la misma manera, trabajar en “PATIOS AFAYAIZOS” basados en los *patios dinámicos* de Gey Lagard y en propuestas de juego. Esta docente especializada en el *Trastorno del Espectro Autista* y madre de un niño con el mismo trastorno. Desde su libro y proyecto “*Parques y patios dinámicos*”, ha creado toda una filosofía del juego inclusivo. Es una metodología que tiene un marcado enfoque hacia el trabajo con el alumnado TEA (Trastorno del Espectro Autista) por tener éste unas características específicas, que necesitan de una atención especializada en las relaciones sociales. Sin embargo, como toda herramienta inclusiva, su empleo favorecerá que las relaciones del alumnado normotípico también se optimicen, consiguiendo alcanzar objetivos relacionados con el ámbito de los valores y de los contenidos transversales en el recreo.

Por otro lado, para los días de LLUVIA, se propone invertir en juegos tradicionales (ajedrez, parchís, cartas...) y todas aquellas propuestas que puedan resultar motivadoras también para el alumnado con AACC.

PROPUESTA SEMANAL:

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES
	“Patios afayaizos” definir niveles		“Patios afayaizos” definir niveles	
	3º football	4º football	5º football	6º football

3. MENOS PANTALLA, MÁS VIDA

Desde la consejería de Educación invitan a los centros educativos a participar en la campaña de prevención de adicciones.

El primer tema propuesto para los meses de octubre y noviembre se titula *Salud y vida* y se referenciará con la etiqueta #VoyAClaseEnBici.

Esta propuesta trata de fomentar hábitos saludables, como el deporte, la buena alimentación o el disfrute de la naturaleza.

En diciembre y febrero se trabajará en el tema Uso seguro de la tecnología, con el lema #CuandoHacesClicPierdesElControl, en referencia a la necesidad de protegerse del ciberacoso.

En primavera (marzo-abril) se abordará el Ocio saludable, con la etiqueta #LasCosasBuenasPasanEnLaVidaReal, sobre acciones que favorecen el desarrollo personal sin necesidad de usar dispositivos o redes sociales.

Finalmente, en mayo y junio se propondrá el asunto Tecnología, vida y familia, con el lema #¿HacemosUnPacto?, que incidirá en la relevancia de dedicar tiempo a las relaciones con la familia y las amistades.

Además de esas propuestas bimestrales, la campaña presentará un tema general para desarrollar durante todo el curso, titulado El futuro, con el lema #MiMundoDentroDe20Años, que emplaza a la comunidad educativa a reflexionar sobre la evolución del mundo tecnológico y analizar, en términos hipotéticos, cómo será la vida del alumnado dentro de dos décadas.

4. PROPUESTAS PARA TRABAJAR EL BULLYING ESCOLAR Y EL CIBERACOSO/ CIBERBULLYING (trasladar y adaptar por ciclos)

EJEMPLOS PARA TRANSMITIR LOS EFECTOS DEL BULLYING

EJEMPLO MANZANA:



La educadora británica [Rosie Dutton](#) le mostró dos manzanas a sus estudiantes de entre 10 y 11 años de edad. Le pidió al grupo insultar a una y halagar a la otra. Más tarde la maestra partió las manzanas a la mitad. La que había recibido cumplidos mantuvo buen aspecto, pero la que había recibido insultos presentaba manchas y magulladuras. “Los niños estaban asombrados por lo que había pasado”. “Inmediatamente comenzaron a discutir los efectos que habían provocado sus insultos. Más tarde, les expliqué que en realidad había golpeado a la manzana antes de mostrarla, pero primero quería que hicieran la reflexión”.

“Nuestras heridas interiores empeoran cuando nadie hace nada para detener el bullying. Debemos crear una generación de niños amables y considerados. La lengua no tiene huesos, pero es lo suficientemente fuerte para romper un corazón. Ten cuidado con las palabras”.



EJEMPLO BILLETE:

Reflexionar sobre el bullying usando un billete de 50 euros.

Coincidiendo con la celebración del Día del Acoso Escolar, este profesor asturiano, quería transmitir a sus alumnos de 9 y 10 años, que valen mucho y que nunca debían permitir que nadie dijera lo contrario. Y para que grabaran a fuego la lección usó el billete en un ejercicio tan fácil como efectivo para los estudiantes.

«Les mostré el billete y les pregunté si lo querían», cuenta. Obviamente todos respondieron al unísono que sí, como era de esperar. Acto seguido y para el asombro de los niños, el docente arrugó los 50 euros, los tiró al suelo, los pisó y les advirtió entonces que el billete era inútil, que no valía nada y que daba pena verlo. «Estaban asombrados, desconcertados», reconoce. Entonces volvió a preguntarles si seguían queriéndolo. La respuesta, de nuevo, fue afirmativa: «Entonces les expliqué que ese billete era cada uno de ellos. Y que cuando les insultan, menosprecian o les tratan mal, nunca pierden lo que de verdad valen, al igual que el billete sigue valiendo 50 euros». «La idea original no es mía, la vi y decidí usarla en clase».

«A día de hoy creo que nos falta diálogo y habilidades sociales para resolver conflictos y eso es precisamente lo que intento trabajar en clase para que en el futuro mis alumnos apuesten por la convivencia».

“Trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti”.

Respecto al ciberbullying, el 7 de octubre se publica en Educatur, tras unas reuniones con los equipos directivos, las conductas constitutivas de ciberacoso y establece el procedimiento para los centros docentes:

https://www.educastur.es/documents/34868/40654/2022_10_04+NP+Protocolo+ciberacoso.pdf/2248cc6c-1fc0-9b43-6e32-6fdd839c0273?t=1664888174985

Las nuevas tecnologías no suponen un riesgo o una amenaza en sí mismas. Nuestro alumnado las

Colegio Público De Infantil y Primaria Río Piles

Documentos PGA

considera básicas y su utilización está perfectamente integrada en su vida cotidiana.

Desde el CP Río Piles, se hace necesario prevenir situaciones de riesgo a través de la información y la educación. Si los menores conocen los riesgos y las consecuencias de hacer un mal uso de las TIC, y saben también cómo actuar y a quién dirigirse en caso de necesidad, la navegación por internet será tan satisfactoria como cualquier actividad saludable.

Es por ello, que consideramos importante realizar desde el centro, una hoja de ruta para abordar el ciberbullying.

Educación define las conductas de ciberacoso y establece el procedimiento que deben seguir los centros docentes:

Los profesores que hayan observado o tenga conocimiento de un posible caso de acoso escolar transmitirá esa información a la dirección del centro. Si lo detecta otro miembro de la comunidad educativa, hará lo propio con el docente más cercano a la presunta víctima o la dirección del centro, que se ocupará de desarrollar los pasos establecidos en el protocolo, desde convocar a la familia de la víctima hasta constituir un equipo de seguimiento del caso.

En los supuestos de ciberacoso, la información recibida deberá incluir evidencias electrónicas y, en su caso, pruebas de la situación para su análisis. Se entiende por evidencia cualquier tipo de archivo en formato electrónico, que permita almacenar y reproducir la palabra, el sonido, la imagen o datos de cualquier otro tipo. Se considera prueba todo dato o información que pueda utilizarse para constatar o demostrar la autenticidad de los hechos o conductas denunciados.

