

CEIP ANDRÉS BAQUERO



EXPERIENCIAS EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD
EN LA ESCUELA



“ERES DUEÑO DE TU CUERPO Y TUS EMOCIONES,
NUNCA LO OLVIDES”



Marisol Atiénzar Martínez

INDICE

- 1.El centro: ubicación, características
- 2.Trayectoria en Educación para la Salud
3. Proyectos implantados
4. Organización y planificación. Difusión
5. Experiencias curso 2021-22

1. EL CENTRO

CARACTERÍSTICAS

UBICACIÓN



- Nuestro colegio se encuentra situado frente al Museo de Bellas Artes de esta capital (Murcia). En el centro de la ciudad.
- El Claustro de profesores formado por: 19 maestros.
- El centro está formado por 3 aulas de infantil y 6 de primaria, con una ratio de 20 por aula debido a las características particulares del edificio. Tenemos alumnado de ACNEE y ACNEAE en todos los niveles.
- Actualmente, el número de alumnos del Centro es de 160.
- La población escolar está formada por alumnado: un 45 % de estos son hijos de familias procedentes de: China, Ucrania, Rusia, Marruecos, Ecuador, Bolivia, Brasil, y de otros países de la UE y de África. Pertenecen a distintas etnias y culturas con hábitos y costumbres diferentes. Su diversidad es una de nuestras señas de identidad. El 55 % restante lo forman alumnos y alumnas de nacionalidad española. La etnia gitana es minoritaria.

2. TRAYECTORIA EN EDUCACIÓN PARA LA SALUD

- ❖ Adscrito al Plan de Educación para la salud en la Escuela desde el año 2006.
- ❖ Un antes y un después en el enfoque de la educación para la salud en nuestro colegio, a raíz de hacer el curso de educación para la salud en el entorno escolar, nivel básico.
- ❖ En estos últimos 5 años no han concedido dotación económica presentando y desarrollado proyectos en la convocatoria de la Consejería de Salud, por la que se establecen las bases reguladoras para la concesión de subvenciones para la puesta en marcha de programas de educación para la salud Centros Docentes no Universitarios Privados-Concertados de la Región de Murcia.
- ❖ Otros proyectos concedidos por los que hemos recibido dotación económica: Aire limpio.
- ❖ Este curso hemos solicitado la concesión del sello de vida saludable.

3. PROYECTOS IMPLANTADOS

- **Escuela saludable, escuela feliz (2017-18).** Alimentación.
- **Escuela saludable, escuela feliz (2018-19).** Emociones.
- **Era digital- era de la salud (2019-20).** Uso Tics.
- **Uno para todos y todos para uno (2020-21).** Prevención de infecciones en el entorno escolar.
- **Eres dueñ@ de tu cuerpo y de tus emociones. Nunca lo olvides (2021-22).**
- **Distintivo de calidad sello de vida saludable.**

CEIP ANDRÉS BAQUERO



HEALTHY SCHOOL
ESCUELA SALUDABLE

HAPPY SCHOOL
ESCUELA FELIZ



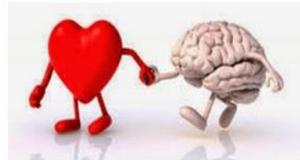
PROYECTO DE SALUD 2017/18

CEIP ANDRÉS BAQUERO



HEALTHY SCHOOL
ESCUELA SALUDABLE

HAPPY SCHOOL
ESCUELA FELIZ



PROYECTO DE SALUD 2018/19

CEIP ANDRÉS BAQUERO



ERA DIGITAL - ERA DE LA SALUD



CEIP ANDRÉS BAQUERO

UNIDAD DIDÁCTICA SALUD:
PREVENCIÓN DE INFECCIONES
EN EL ENTORNO ESCOLAR



"UNO PARA TODOS Y TODOS PARA UNO"

CURSO 2020-2021

HIGIENE Y CUIDADO PERSONAL.

PREVENCIÓN DE INFECCIONES EN EL ENTORNO ESCOLAR



1.- TÍTULO:



"ERES EL DUEÑO DE TU CUERPO Y TUS EMOCIONES, NUNCA LO OLVIDES"

OTROS PROYECTOS Y PROGRAMAS

- ❖ Programa de Consumo de Fruta y Hortalizas en Escuelas de la Región de Murcia.
- ❖ Plan socio-emocional “volvamos más cercanos”.
- ❖ Programa E-BUG (del MEC).
- ❖ Proyecto Aire limpio.
- ❖ Plan Director para la convivencia y mejora de la seguridad de los centros educativos y su entorno.
- ❖ Deporte en edad escolar.
- ❖ Programa de isquios.
- ❖ Programa “la ciudad también enseña”.
- ❖ Patios coeducativos.
- ❖ Programa: “en la huerta con mis amigos” y “la aventura de vivir”.
- ❖ Proyecto Huerto Urbano; proyecto medioambiental del Ayuntamiento de Murcia y Asociación La Casica “Vivimos la Paz”.

4. ORGANIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN

ORGANIZACIÓN PROFESORADO

- Coordinador de Salud (nombramiento). Debe IMPULSAR.
- Equipo de Salud: coordinador, maestro de educación física, coordinadores de tramo de primaria y equipo de infantil, responsable de riesgos laborales.
- Equipo Directivo
- Reuniones de tramo, CCP.

ORGANIZACIÓN FAMILIAS

- Información. Recogida de datos. Colaboración. Compromiso

FUNCIONES DEL EQUIPO DE SALUD

- Realizar un análisis de la situación actual del centro efectuando un diagnóstico de los aspectos saludables y no saludables detectados.
- Concretar los objetivos relacionados con la EpS que se quieren conseguir.
- Incluir los objetivos seleccionados en los documentos del centro (PGA, Programaciones, PEC, plan de acción tutorial, plan de convivencia).
- Planificar las actividades de EpS que se van a desarrollar en el centro educativo.
- Evaluar el desarrollo del plan de salud.

PLANIFICACION

- Los proyectos de Salud son globalizadores, con eso queremos decir que el profesorado lo implementa en todas sus áreas a lo largo de todo el curso.
- La primera semana de septiembre: se pasará a todos los alumnos del centro un test de alergias e intolerancias a los alimentos. También, se realizarán las encuestas iniciales (alumnado, padres y profesores) para ver el punto de partida y junto a las propuestas de mejora del curso anterior se elabora el proyecto.
- Durante la primera quincena de mayo se realizarán las encuestas finales que nos ayudarán a analizar los logros y propuestas de mejora.
- La evaluación del proyecto es esencial para el desarrollo de la educación y promoción de hábitos de salud. Con ello, y con los resultados se pueden hacer propuestas que retroalimenten el propio proyecto.

- 1. Justificación y/o necesidades resultantes del análisis de situación del centro.
- 2. Plan de acción:
 - Objetivos.
 - Contenidos o temas de EpS contemplados en el proyecto
 - Actividades.
 - Metodología.
 - Temporalización (elaboración de horarios, calendario y horas estimadas para su realización).
 - Indicadores y procedimiento de evaluación.
 - Responsables de elaboración, desarrollo y evaluación.
 - Persona responsable como coordinador del proyecto.
- 3. Participantes

EJEMPLOS DE HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN:

ENCUESTA PARA LAS FAMILIAS

Estimadas familias:

Necesitamos vuestra colaboración para desarrollar un programa de mejora del estado de salud en nuestra comunidad educativa. La encuesta es anónima.

Para ello necesitamos que contestéis con sinceridad al siguiente cuestionario relacionado con los alimentos que toman vuestros hijos/as en el desayuno y almuerzo.

PARA EL DESAYUNO:	SIEMPRE	NUNCA	A VECES
¿Viene al colegio sin desayunar?			
¿Toma leche?			
¿Toma fruta o zumo?			
¿Toma galletas, cereales o magdalenas?			
¿Toma tostadas?			
Si toma otros alimentos, escríbalos.			
PARA EL ALMUERZO EN EL COLEGIO:	SIEMPRE	NUNCA	A VECES
¿Lleva zumo?			
¿Lleva productos lácteos?			
¿Lleva bocadillo?			
¿Lleva galletas, cereales o magdalenas?			
¿Lleva bollería industrial?			
Si lleva otros alimentos, escríbalos.			
¿Con qué frecuencia toma chucherías?			

ENCUESTA PARA LAS FAMILIAS

Estimadas familias:

Este curso desarrollamos un proyecto para educar en el uso de las nuevas tecnologías y los dispositivos (móviles, ordenadores, tabletas, video consolas...). Pedimos vuestra ayuda, rellenando esta encuesta anónima. Os agradecemos de antemano la colaboración.

- ¿Cuántos dispositivos tienes en casa? Marca.
- móviles - ordenadores - tabletas - video consolas
- ¿Cuáles de ellos utiliza vuestro hijo/a? Marca.
- móviles - ordenadores - tabletas - video consolas
- ¿Para qué los usa? Marca.
- Consultar y buscar información
- Jugar
- Redes sociales (whatsapp, instagram, facebook)
- Correos electrónicos.
- ¿Utiliza todos los días los dispositivos?
- ¿Controla el tiempo de uso?
- Cuando está con los dispositivos, ¿Sabe a qué juega y a qué páginas accede?
- ¿Le ha enseñado cómo utilizar los dispositivos?
- El uso de los dispositivos ¿en qué le afectan?
- Cambios de humor:
- Descanso y sueño:
- Relaciones sociales:
- ¿Cuántas veces a la semana hace deporte o ejercicio o juego en el jardín?

ENCUESTA PARA EL ALUMNADO DE INFANTIL

¿Te sientes feliz en casa?		
¿Te encuentras mal en casa a veces?		
¿Te sientes querido por tu familia?		
¿Te sientes a gusto en clase?		
¿Te sientes seguro y feliz en el patio?		
¿Te enfadas mucho en la clase?		
¿Te enfadas en el recreo?		

¿CÓMO ERES TÚ?

	Tímido		Extrovertido
	Tranquilo		Nervioso
	Agresivo		Conciliador
	Expresivo		Poco expresivo
	Reservado		Hablador

ENCUESTA PARA EL ALUMNADO DE PRIMARIA

¿Te sientes feliz en casa?	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
¿Hay situaciones en las que te encuentras mal en casa? Cuales:	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
¿Te sientes valorado por tu familia?	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
¿Te sientes a gusto en clase?	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
¿Te sientes seguro y feliz en el patio?	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
¿Tienes conflictos en la clase?	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca
¿Tienes conflictos en el recreo?	<input type="radio"/> Siempre <input type="radio"/> A veces <input type="radio"/> Nunca

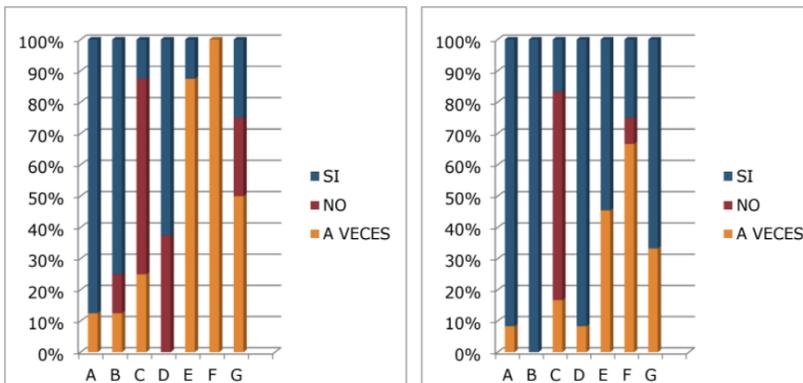
Marca, cómo te definirías:

<input type="radio"/> Tímido	<input type="radio"/> Extrovertido
<input type="radio"/> Tranquilo	<input type="radio"/> Nervioso
<input type="radio"/> Agresivo	<input type="radio"/> Conciliador
<input type="radio"/> Expresivo	<input type="radio"/> Poco expresivo
<input type="radio"/> Reservado	<input type="radio"/> Hablador

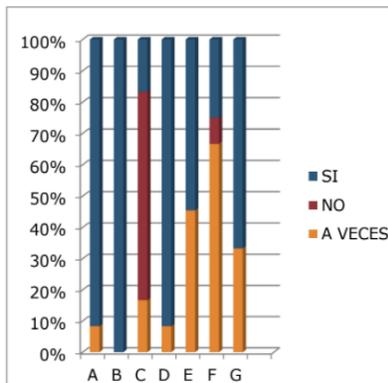
EVALUACIÓN DE PROFESORES: INTELIGENCIA EMOCIONAL

- A- ¿Dedicas tiempo en tu clase a la mediación de conflictos?
- B- ¿Dedicas tiempo en clase a trabajar las emociones?
- C- ¿Existe un mediador de conflictos en clase?
- D- ¿Tenéis una forma establecida para resolver los conflictos en el aula?
- E- ¿Consideras que tus alumnos saben reconocer sus emociones y expresarlas?
- F- ¿Son capaces de ponerse en el lugar del otro?
- G- ¿Consideras que es un grupo empático, tienen conciencia de grupo?

EVALUACIÓN INICIAL

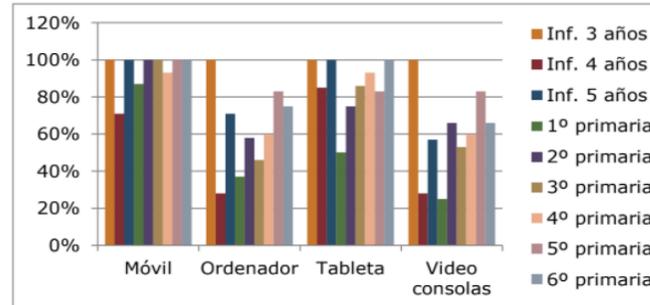


EVALUACIÓN FINAL

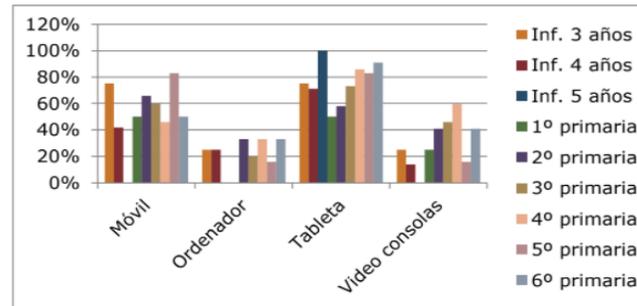


EVALUACIÓN DE LAS FAMILIAS. USO DE LAS TICS

DISPOSITIVOS QUE TIENEN EN CASA



DISPOSITIVOS QUE UTILIZAN



Enlace al cuestionario de infantil:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScfrsYubic3EcqxAUFIjfsKSfpni81kFSnhe4wNqYhq89vOIQ/viewform?usp=sf_link

Enlace al cuestionario 1º tramo de primaria:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSeDLIuejKsvsX3C_DLJZDjuZPC9qqwz1j7ztqWWZJOXqP9d9g/viewform?usp=sf_link

DIFUSIÓN

ÓRGANOS COLEGIADOS: CLAUSTRO Y CONSEJO ESCOLAR



Otras estrategias y herramientas para difundir las buenas prácticas y experiencias

 @CEIPABaquero100

 CEIP ANDRÉS BAQUERO

 @ceipandresbaquero

Página web <https://www.murciaeduca.es>cpandresbaquero>sitio>

5. EXPERIENCIAS CURSO 2021-22

Desarrollar las medidas adecuadas de prevención, protección y bienestar para conseguir un Centro más resiliente, sostenible y seguro.

ALIMENTACIÓN Y
NUTRICIÓN

SALUD MENTAL

“ERES DUEÑ@
DE TU CUERPO Y
TUS EMOCIONES.
NUNCA LO
OLVIDES”

ACTIVIDAD FÍSICA

MEDIO AMBIENTE

PROMOCIÓN DE LA SEGURIDAD Y PREVENCIÓN



ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN: ACTUACIONES:.

- Desayunos saludables (SERUNION).
- Registro de almuerzo saludable.
- Pirámide de alimentación (inglés).
- Participación en el programa de fruta y hortalizas.
- Los cumpleaños saludables.
- Tren de los alimentos.
- Realización de recetas saludables, experimentos, etc.
- Visita al Centro de Artesanía de Murcia Exposición. Taller creativo de pan.
- Degustación de frutas y frutos secos típicos de la estación. Actividad de aula de los niveles de infantil.
- Charla y talleres de alimentación por parte de personal especializado del centro de salud y Concejalía.
- Micro proyectos relacionados con temas de alimentación y nutrición. Al final de curso se exponen para que toda la Comunidad Educativa pueda verlos.
- Visita al aula de los sentidos del mercado de Verónicas.
- Talleres y charlas para padres: alimentación saludable de 3 a 11 años.





SALUD MENTAL: ACTUACIONES:

- Trabajo a nivel de aula la identificación y gestión de las emociones.
- Para trabajar la relajación: después del recreo, poner unos minutos de música de relajación, técnicas de mindfulness, yoga infantil.
- Entre clases poner en funcionamiento las técnicas de: DAME10.
- Realizar una actividad llamada: cadena de favores
- Lectura de cuentos y libros.
- Actividades del programa “volvamos + cercanos”.
- Charlas: impartidas por: enfermero escolar, FAMDIF, ASTRADE, etc.
- Taller: gestión de emociones en tiempo de COVID. (Concejalía de Salud).
- Talleres de juegos cooperativos: dirigidos por la ONG INTER –RED.
- Teatro en inglés.
- Familias: intervención en la decoración y elaboración de murales para teatros y actividades. Charlas informativas.

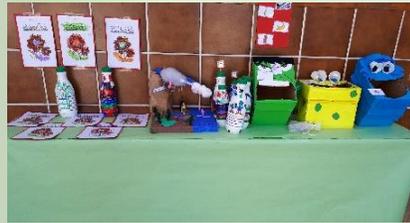




ACTIVIDAD FÍSICA: ACTUACIONES:

- Psicomotricidad en la etapa de infantil.
- Promoción del deporte: competiciones internas; participación en el programa de deporte escolar y Cross escolar del Ayuntamiento de Murcia; “Jugando al atletismo”; Orientación en la naturaleza (jardines de la ciudad), bolos huertanos.
- Carrera solidaria (el beneficio va a la investigación contra la leucemia infantil).
- Actividades extraescolares (AMPA).
- Charlas impartidas por médicos, deportistas, policía, nutricionistas.
- Desarrollar el programa de recreos activos, inclusivos y ajedrez en los recreos, taller de danzas del mundo.
- Creación de retos de actividades físicas.
- “Kilómetro Saludable”.
- “10.000 pasos saludables”.

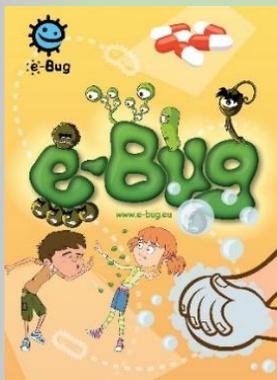




MEDIO AMBIENTE: ACTUACIONES:

- Actividades para concienciar de la importancia de proteger y cuidar el Mar Menor: murales, dibujos, cuenta cuentos (Gato Pez y la laguna del Mar Menor) contado por su autora y compañera Ángeles Mondejar, actividades del cuento.
- Reciclaje: patrulla de reciclaje en el recreo. Talleres de reciclaje.
- Guía de salud medio ambiental: desarrollo de pautas a seguir por parte de las familias, el alumnado y el profesorado para llevar una vida saludable en sintonía con nuestro entorno.
- Talleres del programa de educación ambiental “Murcia ecología de una ciudad”.
- Acampada a Sierra Espuña.
- Huerto urbano.
- Proyecto Vivamos la Paz.
- Excursiones y salidas a Fuente Columbares, al Aula de la Naturaleza de Los Urrutias, Majal Blanco...
- Actividades con entidades como: Ecoespuña, CESP, ANSE, Ecoaula.





PROMOCIÓN DE LA SEGURIDAD Y PREVENCIÓN : ACTUACIONES:

- Visionado de presentaciones, vídeos, cuentos...
- Investigación sobre los contenidos a trabajar. Elaboración de carteles y murales.
- Charlas y talleres por parte de: especialistas en salud, profesionales del Plan Director (policías, etc).
- Talleres de literatura infantil y de dibujo: expresarse a través de producciones escritas o a través del dibujo.
- Realización de producciones escritas (cuentos, redacciones, comics...)
- Juegos interactivos de la APLICACIÓN E-BUG (propuesta del MEC).
- Trabajos en equipo de manera online, con aplicaciones que lo permitan.
- Elaboración de fichas y actividades para encuadernarlos a final de curso.
- Participación en “el taller de prevención en el uso de las TIC”, organizado por el Servicio Municipal de Salud de Murcia.
- Charla a familias : internet seguro para niños (FAPMI)



SEMANA CULTURAL 2022

“Por un colegio saludable y sostenible”

<https://view.genial.ly/62447577f6f0a100136e94c9/presentation-semana-cultural-2022>

Semana Cultural ✨

“Por un colegio saludable y sostenible”

CEIP ANDRÉS BAQUERO CEM

CEIP ANDRÉS BAQUERO

del 4 al 8 de abril de 2022

The infographic is a vertical layout. At the top, a blue banner contains the text 'Semana Cultural' with a yellow star. Below this, a white banner features the slogan 'Por un colegio saludable y sostenible' in italics. The central green panel contains four images: a photograph of the school building, the school's crest, a plate of food with a fork and knife, and a food pyramid diagram. At the bottom, a brown banner displays the dates 'del 4 al 8 de abril de 2022'. The entire central panel is flanked by stylized human figures composed of geometric shapes in red, yellow, and blue, with a white heart icon at the top of each figure.

PROGRAMA

LUNES

- Infantil: Talleres de MAPFRE, "Vivir en salud".
- . Primaria (3º, 4º, 5º y 6º): Yoga.
- Taller de ajedrez: 4º, 5º y 6º de primaria.
- AMPA: Exposición de las recetas traídas por los alumnos de casa.

MARTES

- Infantil: Charla "Me divierto al sol". Impartida por una dermatóloga.
- Primaria Charla "Me divierto al sol". Impartida por una dermatóloga.
- Primaria (1º, 2º y 3º): Talleres de MAPFRE, "Vivir en salud".
- Primaria (4º, 5º y 6º): entrega de premios por traer almuerzo saludable (desayuno saludable: batido).

MIÉRCOLES

- Infantil: Yoga.
- Primaria (1º y 2º): Yoga
- Primaria (4º, 5º y 6º): Talleres de MAPFRE, "Vivir en salud".

JUEVES

- Infantil: Visita al Museo de Bellas Artes (MUBAM).
- Primaria (1º, 2º y 3º): Charla "Cuido mis dientes" impartida por una odontopediatra.
- Primaria (4º, 5º y 6º): Itinerario a pie con ECOAULA. "Me muevo contigo".
- FAMILIAS: Charla sobre a las 9,00 en el colegio, impartida por FAPMI.
- Infantil y primaria (1º y 2º): entrega de premios por traer almuerzo saludable.

VIERNES

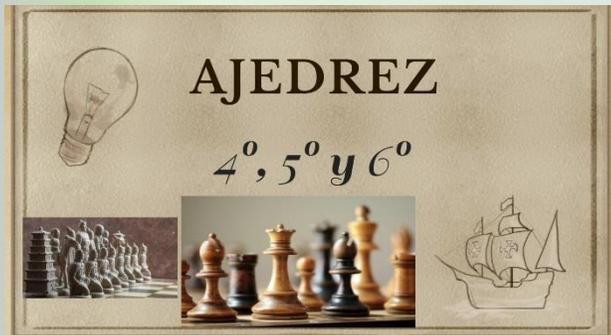
- Todo el centro (infantil y primaria): Carrera Solidaria con UNICEF. "Gotas"



ENTIDADES Y PERSONAS QUE PARTICIPAN:

- ❖ AMPA CEIP ANDRÉS BAQUERO
- ❖ FUNDACIÓN MAPFRE: Talleres educativos “Vivir en salud”.
- ❖ YOGA INFANTIL (yoga maya kids): María Nicolás (fundadora y directora de la escuela).
- ❖ DERMATÓLOGA: Dra. Eugenia Cutillas Marco.
 - Presidenta de la Sección Murciana de la Academia Española de Dermatología.
 - Dermatóloga del Hospital General Universitario Reina Sofía.
 - Responsable de la Unidad de Dermatología del Hospital Quirón Salud de Murcia.
- ❖ ODONTOPEDIATRA: Dra. Ana Hernández Fernández.
 - Doctora en Odontología. Universidad de Murcia Especialidad en Odontología Infantil, Estética Dental e Implantes.
Profesora de la Universidad de Murcia.
- ❖ MUBAM: Director, Juan García Sandoval.
- ❖ ECOAULA: Charlas medioambientales e itinerario a pie (Sergio y Jesús).
- ❖ UNICEF: Carrera solidaria “Gotas”.
- ❖ FAPMI: Federación de Asociaciones para la Prevención del Maltrato Infantil. Charla a familias para ayudarles a gestionar el uso de redes sociales con sus hijos.

¡Gracias!



GRACIAS

**“Una vez que te subas al barco,
no querrás bajar.
Disfruta de la travesía.”**

¡ÁNIMO!

30005454@murciaeduca.es
msoledad.atienzar@murciaeduca.es