

# PROYECTO ESCOLAR SALUDABLE

CURSO 2023-2024





## PROYECTO ESCOLAR SALUDABLE

La escasa actividad física y los hábitos poco saludables que se observan durante la infancia y la juventud no sólo son peligrosos para la salud, sino que conllevan una baja forma física y una menor autoestima, que en edad escolar pueden derivar en un menor rendimiento académico y finalmente en el abandono educativo temprano.

Por ello, junto con la práctica regular de actividad física, debemos incorporar como hábitos saludables, entre otros: la alimentación equilibrada, la 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, la prevención en el consumo de sustancias adictivas, etc., que permitan construir unos cimientos lo suficientemente adecuados como para llegar a la vida adulta sanos y poder disfrutar de una vida plena.

**Por estas razones planteamos que el PES, forme parte de nuestro centro en el claustro extraordinario del día 10/10/23, siendo la votación favorable con más del 70% de votos positivos.**

Entre sus **objetivos** se contempla:

- a) Fomentar la educación en materia de salud.
- b) Impulsar la promoción de conductas saludables.
- c) Incrementar en el alumnado las oportunidades de realizar actividades físico-deportivas, antes, durante y después de la jornada escolar.
- d) Impulsar la implicación y participación del profesorado, familias y miembros de la comunidad educativa.
- e) Lograr que los escolares sean capaces de cambiar y/o adquirir hábitos y estilos de vida saludables que perduren en el tiempo.

Todos ellos muy importantes para el **desarrollo pleno de nuestro alumnado.**

**El Proyecto Escolar Saludable que se ha presentado se ha elaborado para el curso 2023/2024.**

En el Proyecto Escolar Saludable los centros deberán incluir **diez programas**. En algunos de ellos, la Administración será quien plantee las actividades y/o propuestas de actuación a desarrollar y, en otros, serán los propios centros quienes planifiquen y desarrollen las mismas:



- Programa I: Educación Deportiva.
- Programa II: Descansos activos.
- Programa III: Evaluación de la condición física y hábitos saludables
- Programa IV: Desplazamiento activo al centro.
- Programa V: Deporte en familia
- Programa VI: Hábitos saludables
- Programa VII: Recreos con actividad físico-deportiva organizada
- Programa VIII: Actividades físico-deportivas complementarias
- Programa IX: Actividades físico-deportivas extracurriculares.
- Programa X: Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)

Se establecerá un **plan de formación** dirigido a los centros educativos cuyos Proyectos Escolares Saludables sean seleccionados, con la finalidad de lograr una actuación sistemática y de calidad en las intervenciones a realizar, pues solo de esta forma será posible lograr cambios en los hábitos de los escolares en materia de actividad física, deporte y salud que sean perdurables en el tiempo.

El plan de formación se desarrollará a lo largo de los tres cursos durante los cuales el centro educativo esté llevando a cabo su proyecto.

La **cuantía económica** a conceder a cada uno de los cincuenta nuevos centros docentes seleccionados será de 1.500 euros. 1000 el siguiente curso y 500 el último.

Al votar en positivo nos comprometemos a la adquisición de los siguientes **compromisos**:

1. Mantener dicho proyecto un mínimo de tres cursos escolares consecutivos.
2. Incluir su desarrollo como objetivo y contenido en el proyecto educativo, en la Programación General Anual y en la Memoria Anual del Centro a partir del curso 2023/2024.
3. Constituir el Consejo Saludable de Centro. Director, coordinador del PES (docente con destino definitivo en el centro), y las personas (docentes o no) encargadas de los diferentes programas.
4. Elaborar una memoria anual.
5. Participar de las actividades de formación que de forma específica se desarrollen dentro de la Red.



6. Desarrollar aquellos programas a incluir en los Proyectos, impulsados desde la Dirección General competente en materia de deportes, de acuerdo a las características establecidas en los mismos.
7. Informar a las familias, al comienzo del curso, sobre el proyecto a desarrollar.
8. Colaborar con las Asociaciones de Padres y Madres de Alumnos.

Por lo anterior expuesto y a la espera de la resolución de la solicitud de adscripción al programa, hacemos constar nuestra participación y el compromiso de programación y puesta en marcha.

Se adjunta el proyecto de nuestro centro "ESPECIALMENTE SALUDABLES".