

**ANEXO III**  
**Pautas para la elaboración de los Proyectos Escolares Saludables.**

Un Centro Escolar Saludable debe ser aquel que impulse, fomente y aproveche todos los recursos de los que dispone para ofrecer al alumnado y, por extensión, al resto de la comunidad educativa, las máximas oportunidades antes, durante y después de la jornada escolar, para fomentar la práctica regular de actividades físico-deportivas y, además 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.

El Proyecto Escolar Saludable es, por tanto, el instrumento que nos va a permitir planificar, desarrollar y evaluar las actuaciones y/o actividades que el centro llevará a cabo para la consecución de los objetivos establecidos. Por lo tanto, debe presentarse como un documento coherente en todas sus líneas de actuación y sobre todo, adaptado a la realidad de cada centro escolar.

Todas las actuaciones y/o actividades que se planteen en el centro escolar deben estar en consonancia con el modelo educativo definido y expresado en los documentos programáticos del centro Proyecto Educativo de Centro, Programación General Anual y Memoria Anual, de acuerdo a la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa y la Ley 7/2010, de 20 de julio, de Educación de Castilla-La Mancha. En este sentido, el Proyecto Escolar Saludable no es una excepción y no solo debe articularse en base a las orientaciones de dichos documentos programáticos, sino que también debe estar recogido en estos para que tenga un significado real dentro del engranaje escolar.

Para la realización del Proyecto, el órgano instructor ha diseñado una plantilla (Anexo II), que deberá utilizarse de forma obligatoria y que pretende facilitar a los centros su elaboración y dar homogeneidad a los trabajos presentados

Este documento no pretende más que ser una guía que ayude a los centros docentes en la elaboración de los Proyectos Escolares Saludables. En este sentido, la intención es ofrecer unas pautas sencillas a tener en cuenta para cada uno de los puntos que debe contener.

## 1. Introducción.

En el primer punto del Proyecto y, a modo de introducción, debemos realizar una contextualización adecuada del Proyecto Escolar Saludable. Para ello es importante la recopilación de información referente al entorno social, cultural y económico de nuestro centro.

Ésta información versará sobre las características de los distintos sectores de la comunidad educativa con relación a la finalidad del Proyecto:

- **Alumnado:** Índice de práctica regular de actividad físico-deportiva, información sobre hábitos saludables (alimentación, 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.)
- **Familias:** aspectos socioculturales, grado de participación en la vida del centro, hábitos de salud, funcionamiento y existencia o no de oferta deportiva por parte del AMPA.
- **Centro:** organización de los recursos humanos, tanto docentes como no docentes, actuaciones educativas actuales del centro relacionadas con la adquisición de hábitos saludables tanto en horario lectivo como fuera de él, participación actual en programas locales y regionales de este ámbito, situación actual del servicio que presta la cafetería y las máquinas expendedoras del centro, recursos materiales y tipología de las instalaciones y equipamientos deportivos, horarios disponibles de utilización, etc.
- **Entorno:** oferta local de actividades y relación con el resto de agentes locales (ayuntamiento, otros centros docentes, clubes y asociaciones deportivas, centros y empresas privadas de servicios deportivos, dinamizadores juveniles,...), participación de estos en el deporte en edad escolar, instalaciones y espacios deportivos existentes, recursos sanitarios de la localidad.

Toda esta información nos permitirá poder realizar un análisis o evaluación inicial que nos desvelará las necesidades que tiene nuestro centro en lo que respecta a los hábitos de práctica de actividad físico-deportiva y otros hábitos saludables. Cuanto mejor y más exhaustivo sea este análisis o evaluación inicial mejor justificación podremos ofrecer para argumentar la necesidad de un Proyecto de estas características para nuestro centro docente.

## 2. Características del centro docente.

En este apartado se deben aportar los siguientes datos del centro: nombre, tipo de centro (C.E.I.P./C.R.A./I.E.S./I.E.S.O), código del centro, dirección, código postal, localidad, provincia, teléfono, dirección de correo electrónico, etc.

Además se deberá especificar la oferta educativa que posee, señalando los niveles, cursos y grupos que lo componen, así como el número de alumnos/as matriculados, y profesores del centro.

Por último, se deberá indicar el número y tipo de instalaciones deportivas con las que cuenta el centro, y aquellas instalaciones deportivas municipales o de titularidad privada que utiliza de forma habitual.

### 3. Objetivos generales.

En este punto se deberán plasmar los objetivos que se pretenden alcanzar con el Proyecto Escolar Saludable elaborado por el centro para los tres cursos escolares. Se deberán formular cinco objetivos que deben redactarse de forma clara y expresada en forma de infinitivo, con límites claramente definidos y que recojan todas las metas que se pretenden alcanzar.

Su redacción debe partir de la reflexión sobre la información recogida en la fase de diagnóstico, los documentos programáticos del Centro y las Competencias Básicas.

### 4. Consejo saludable de centro.

En cada centro docente deberá constituirse un equipo de trabajo, denominado Consejo Saludable de Centro. En este apartado se deberá aportar, de forma obligatoria, información sobre cada una de las personas integrantes de éste órgano, rellenando los campos habilitados a tal efecto:

- El director/a del centro. Actuará como presidente y será el encargado/a de la elección del coordinador/a del Proyecto así como de responsabilizar y motivar al profesorado, alumnado y resto de la comunidad educativa para que participen en el mismo.
- El coordinador/a del proyecto. Debe ser docente y con destino definitivo en el centro que solicite participar en esta convocatoria. Tendrán preferencia, a la hora de su elección, si así lo manifiestan, los/as maestros/as especialistas en Educación Física, en el caso de los Centros de Educación Infantil y Primaria, así como los profesores/as de Educación Física en el caso de los centros de Educación Secundaria. Será la persona responsable de: la elaboración, puesta en marcha, coordinación y evaluación del proyecto, así como actuar de nexo de unión entre la administración y el centro educativo.
- Responsables de cada uno de los programas. Habrá una persona responsable por programa, podrá ser docente o cualquier otro miembro de la comunidad educativa. Excepcionalmente, una misma persona podrá ser responsable de más de un programa diferente. Serán los encargados de desarrollar las actuaciones y/o actividades planificadas en cada uno de ellos.
- Representantes del AMPA. Habrá un máximo de dos representantes que serán elegidos por la propia Asociación y podrán colaborar en el desarrollo del proyecto asumiendo y/o formando parte de la dirección de alguno de los programas.
- Representantes del alumnado del centro. Habrá dos, un chico y una chica que serán elegidos a criterio del equipo directivo. En los centros de Educación Infantil y Primaria serán alumnos/as de 6º de Primaria y, en el caso de los centros de Educación Secundaria serán alumnos/as de 4º de E.S.O. o de Bachillerato. Serán los encargados de trasladar al Consejo Saludable de Centro sus iniciativas y/o necesidades así como colaborar para el correcto desarrollo de las actividades y/o actuaciones proyectadas.

- Representantes de las entidades colaboradoras, Habrá un representante por cada entidad colaboradora, en el caso que el centro que así lo desee, firme compromisos de colaboración con entidades públicas y/o privadas del entorno para el desarrollo de programas y/o actividades concretas del proyecto presentado.

## 5. Programas.

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.

Todas las actuaciones y/o actividades contenidas en cada uno de los programas se deben desarrollar según lo que el centro haya establecido en sus normas de convivencia, organización y funcionamiento y podrán desarrollarse en tres momentos: antes, durante y después del horario lectivo.

Para elaborar la programación de actuaciones y/o actividades es obligatorio utilizar la plantilla elaborada a tal efecto por el órgano instructor, de tal modo que éstas quedarán clasificadas en diez programas:

### ***Programas que la Administración planteará a los centros para su desarrollo y puesta en práctica:***

- *Programa I: Educación Deportiva*. A través de este programa, dirigido a un nivel educativo concreto de Educación Primaria y de Educación Secundaria Obligatoria, se desarrollará en las clases de Educación Física, un planteamiento metodológico mediante el cual ofrecer una enseñanza del Deporte que destaque sus cualidades y valores educativos y ofrezca una experiencia más auténtica del mismo.
- *Programa II: Descansos activos*. A través de este programa se pretende reducir el tiempo de sedentarismo de los alumnos durante el horario lectivo escolar, por medio de un aumento de la actividad física en el aula. Como objetivo secundario se busca mejorar el rendimiento académico del alumnado a través de la realización de actividades físicas en el aula. Las propuestas del programa irán dirigidas al alumnado de Educación Infantil y Primaria. Siendo el primer año del proyecto obligatorio desarrollarlas en la etapa de educación infantil y en el primer curso de Educación Primaria.
- *Programa III: Evaluación de la condición física y hábitos saludables*. Bajo este programa se pretende crear un registro sistemático y periódico de información con relación a los hábitos saludables de los escolares castellano – manchegos (patrones de actividad física practicada, la conducta sedentaria y el estado de condición física), así como diseñar un instrumento de registro digital para difundir y consultar los resultados obtenidos, respetando la privacidad del alumnado, siendo los destinatarios, el profesorado, las familias y la propia Administración autonómica.

*Cada programa está estructurado en cuatro puntos:*

- 1. Descripción del programa.*
- 2. Objetivos.*
- 3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear.*
- 4. Otros aspectos.*

*En los programas I, II y III solo habrá que marcar el compromiso de realización de los mismos junto con los cursos en los cuales se aplicarán en los casos que así fuese necesario.*

***Programas en los que los centros deberán plantear actividades y/o propuestas de actuación a desarrollar:***

- ***Programa IV: Desplazamiento activo al centro.*** A través de este programa el centro realizará propuestas para promocionar y facilitar el desplazamiento habitual al centro educativo caminando o con un medio de transporte activo (bicicleta, patines, patinete, etc.).
- ***Programa V: Deporte en familia.*** Bajo este programa los centros deberán realizar propuestas de práctica de actividad física y deportiva que incluyan la participación conjunta de padres/madres e hijos. (Algunas de las iniciativas que se planteen pueden estar contempladas dentro del Programa VIII y IX).
- ***Programa VI: Hábitos saludables*** Por medio de este programa los centros deberán planificar actuaciones y/o actividades dirigidas a los diferentes niveles educativos y relacionadas con los siguientes hábitos saludables: alimentación equilibrada, 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, prevención en el consumo de sustancias adictivas, etc. (Algunas de las iniciativas que se planteen pueden estar contempladas dentro del Programa VIII y IX).
- ***Programa VII: Recreos con actividad físico-deportiva organizada.*** A través de este programa los centros deberán planificar actividades físico-deportivas organizadas en el tiempo y el espacio del recreo, dirigidas a los diferentes niveles educativos, y adaptadas a las necesidades e intereses de alumnos y alumnas.
- ***Programa VIII: Actividades físico-deportivas complementarias.*** Bajo este programa, los centros recogerán todas aquellas propuestas y/o actividades físico-deportivas, dirigidas a los diferentes niveles educativos que, estando organizadas por el propio centro o mediante colaboración con otras entidades, formen parte de la Programación Didáctica y respondan a elementos marcados por el Currículo de la materia de Educación Física y constituyan un complemento al mismo. Las propuestas que se planteen en este programa deberán ser obligatorias y gratuitas para el alumnado y tendrán, además, un carácter diferenciado de las propiamente lectivas, por el momento, el espacio o los recursos que utilicen.

- Programa IX: Actividades físico-deportivas extracurriculares. Por medio de este programa los centros recogerán todas aquellas propuestas y/o actividades, organizadas por el propio centro, o mediante colaboración con otras entidades, que tengan relación con la práctica de actividad físico-deportiva y el fomento de la salud y, que favorezcan la apertura del centro a su entorno, beneficiando, de este modo, el desarrollo integral del alumnado, al completar la formación mínima que han de recibir, y el uso de su tiempo libre. Las propuestas que se planteen en este programa deberán ser voluntarias para el alumnado y no tienen por qué ser gratuitas.
- Programa X: Uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC'S)  
 A través de este programa los centros deberán difundir la finalidad del Proyecto así como las diferentes actuaciones y/o actividades desarrolladas.

*Cada programa está estructurado en cuatro puntos:*

1. Descripción del programa.

*En este punto se deberá realizar una descripción breve describiendo en que consiste el programa a desarrollar.*

2. Objetivos.

*En este apartado se deberán plasmar los objetivos que se pretenden alcanzar con el desarrollo del programa. Éstos deberán redactarse de forma clara y expresada en forma de infinitivo, con límites claramente definidos y que recojan todas las metas que se pretenden conseguir.*

3. Propuestas de actuación y/o actividades a plantear.

*En este punto se deberán concretar las actuaciones y/o actividades a plantear en cada uno de los programas.*

*Se deberán copiar tantos cuadros como actividades se propongan. Cada una de las actividades dentro del programa tiene que llevar un código asociado. Este código se debe marcar en el espacio de la parte superior derecha, incluyendo la clave del programa que comprende la actividad, junto con el número de la actividad.*

*A continuación se enumeran los programas y códigos asociados:*

Programa	Denominación	Código
IV	Desplazamiento activo	Dz
V	Deporte en familia	Df
VI	Hábitos saludables	Hs
VII	Recreos con actividad físico-deportiva organizada	Rc
VIII	Actividades físico-deportivas complementarias	Ac
IX	Actividades físico-deportivas extracurriculares	Ae
X	Uso de las tecnologías de la información y comunicación	Tic

Ejemplo: Dz1: sería el código de la actividad número uno del programa de Desplazamiento activo. Dz2 sería el código de la actividad número dos del programa de Desplazamiento activo.

4. Otros aspectos.

*En este apartado se deberán concretar aquellos aspectos concretos que se detallan en cada uno de los programas.*

*En el programa X, sobre el uso de las tecnologías de la información y la comunicación no es necesario marcar ningún código, sólo detallar que medios se utilizarán para la difusión de las actuaciones y/o actividades a desarrollar.*

### **Temporalización.**

Instrucciones para rellenar la temporalización:

1. En cada uno de los programas de la columna de la derecha se deben insertar tantas filas como actuaciones y/o actividades se vayan a realizar vinculadas al programa.
2. Cada una de las actuaciones y/o actividades que se inserte deberá ir precedida por el código de actividad, curso en el cual se lleva a cabo y denominación de la misma:
  - Ejemplo: Dz1-1ºPrimaria-AI cole patinando (es la actividad número 1 del programa de desplazamiento activo denominada "al cole patinando" para el curso 1ºPrimaria).
  - Si una actividad es puntual, en un solo día, deberá sombreadse el mes en el cual se lleva a cabo.
3. A continuación sombread las celdas que comprendan el mes o meses durante los cuales se va a desarrollar la actividad.
4. El proyecto tiene una duración de tres años, de forma inicial se debe plantear la temporalización de las actividades para los tres cursos escolares en los cuales el proyecto estará vigente.
5. Si en un curso posterior el proyecto fuese modificado, los cambios también deberán reflejarse en la temporalización.

### **6. Metodología.**

En este apartado se debe concretar la metodología de trabajo que se utilizará para el correcto desarrollo del Proyecto, teniendo en cuenta que ésta debe estar en consonancia con lo especificado en los documentos programáticos del centro, que debe ser una metodología activa y cooperativa y, que dé respuesta a la diversidad.