



Galiniana Presenta 201.9 ESCUELA ACTIVA Y SALUDABLE - Toledo -

FICHA TÉCNICA DEL PROYECTO

CATEGORÍA: Categoría B (Ed. Secundaria)

TEMÁTICAS: Hábitos saludables / Prevención, Interculturalidad / At. diversidad, Creatividad e Innovación

Centro educativo: IES PRINCESA GALIANA (TOLEDO)

Tipología: Público

Enseñanza: Educación Secundaria

Localidad: Toledo

Provincia: Toledo

Docente representante: Alberto Dorado Suárez

Género del autor: Masculino

¿Se ha presentado más veces al premio?: No

FICHA DESCRIPTIVA DEL PROYECTO

1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO

A. Desarrollo de competencias

El Proyecto se ha desarrollado teniendo en cuenta la Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación primaria, la educación secundaria obligatoria y el bachillerato. Se desarrollan las 7 competencias clave desde las materia referente: Educación Física en interdisciplinariedad con: Lengua y Literatura, Biología y Geología, Plástica, Música, Matemáticas, Emprendimiento, Geografía e Historia, Inglés, Francés, Latín, Departamento de Orientación El trabajo que se presenta desarrolla las competencias clave, tal y como se detalla en la memoria técnica, teniendo en cuenta el currículo para la ESO y Bachillerato (Real Decreto 1105/2014 y Decreto 40/2015 de Castilla-La Mancha).

B. Sostenibilidad del proyecto

El Proyecto "Galiana Presenta..." es una seña de identidad del IES "Princesa Galiana" y define una línea de trabajo y una forma de entender la educación por parte de los profesores, los padres y los alumnos, ya que lo prioritario es contribuir a la mejora social del entorno. El origen del proyecto se encuentra en el curso 2010/2011 y busca un cambio en el proceso de enseñanza-aprendizaje basado en nuevas metodologías, teniendo como principales protagonistas a los propios alumnos del centro. El objetivo de esta experiencia es fomentar en los alumnos la creatividad, la inquietud, la curiosidad y el espíritu innovador y emprendedor, conseguidos a través del esfuerzo, el talento y la integración. Desde el origen del proyecto en el curso 2010/2011, adoptando diferentes temáticas, se han obtenido 13 premios. En el curso escolar 2018-2019, se ha aprobado que el título de la acción educativa sea "Galiana Presenta 201.9. Escuela Activa y Saludable" y el coordinador sea D. Alberto Dorado Suárez, Jefe del Departamento de Educación Física del centro. La previsión de continuidad del Proyecto para el



curso escolar 2019-2020 es 100% segura puesto que el claustro elegirá una temática y coordinación del Proyecto, siendo los recursos necesarios la participación de todos los docentes, alumnos y familias además de las relaciones de colaboración que se establezcan. Además se cuenta con cartas de compromiso de colaboración de 23 entidades públicas y privadas para apoyar el proyecto y la línea de trabajo para el próximo curso escolar. Ver en: <https://drive.google.com/file/d/1ZHCfT3zp9Xxeb0RWTI7EgOliwLDNyZng/view?usp=sharing>

C. Originalidad y creatividad

El Proyecto "Galiana Presenta 201.9. Escuela Activa y Saludable" continua la línea de trabajo que se viene desarrollando en el IES "Princesa Galiana" desde el curso 2010/2011, cuando el conjunto de profesores del centro apuesta por el aprendizaje basado en competencias, dando prioridad a la práctica. Este curso el Proyecto "Galiana Presenta 201.9. Escuela Activa y Saludable" ha consistido en llevar a cabo desde septiembre a mayo: 55 actividades que giran en torno a la adquisición de hábitos de vida activa y saludable. Lo que le hace al Proyecto ser creativo, innovador y generador de impacto social educativo: es ser capaz de producir una conciencia colectiva que mejora los resultados académicos, el ambiente del centro, la satisfacción de los alumnos, profesores y padres y sobre todo la creación de una identidad de centro que construye una nueva sociedad vinculada a un interés por el aprendizaje si la metodología es activa referente de la enseñanza basada en las competencias. Han participado alumnos, profesores y familias del IES Princesa Galiana, Profesores y alumnos del Máster de Secundaria de la UCLM, entidades locales de Toledo: Ayuntamiento, clubes deportivos, asociaciones, la Diputación Provincial de Toledo, Centro de salud de Atención Primaria, Asociación de Hosteleros de Toledo, Onda Polígono, Centro del Agua, Fundaciones a nivel nacional (SIAD, Yeduhi Menuhin) o el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (en total, más de 45 entidades públicas y privadas). Problemática del contexto del alumnado: Las familias se corresponden con sectores sociales bajos en contraste con otros de nivel medio y tan sólo un sector minoritario podría incluirse como desestructurado o marginal. Con distintas estrategias se tratan de corregir los cambios que en las últimas décadas en los estilos de vida están ligados al sedentarismo y a los factores nutricionales y que han dado lugar a un aumento de las enfermedades crónicas y sus factores de riesgo, entre los que el sobrepeso, obesidad, sedentarismo o abuso de los dispositivos móviles, adquieren un papel que es preciso abordar de manera urgente con el objetivo de invertir la tendencia actual.

D. Fundamentación y referentes teóricos

El Proyecto que se presenta fundamenta su trabajo en el paradigma constructivista (Ausubel, 1976; Bruner, 1973, 1980, 1984; Coll, 1992; De Bono, 1994; Del Val, 1992; Dewey, 1958; Freire, 1970; Gardner y Hatch, 1989; Gerver, 2010; Piaget, 1954, 1973; Swartz y Parks, 1994; Vygotski, 1964, 1978), que desde 1990 con la LOGSE se aboga en educación por un aprendizaje significativo que debe partir del conocimiento previo y que tiene que llegar a generar conceptos en los alumnos y en la enseñanza por competencias (Zabala y Arnau, 2007; Garagorri, 2007; Escamilla, 2008; Polo, 2010; Moya y Luengo, 2011; Vázquez y Ortega, 2011), que desde 2006 se implanta en la LOE

E. Evaluación del proyecto

Se ha evaluado a los alumnos, profesores y familias. Respecto a los alumnos, se ha llevado a cabo un análisis cualitativo y cuantitativo. Se han utilizado diferentes cuestionarios validados como Alpha Fitness para medir la Condición Física. Cuyo resultado incide significativamente en la mejora de la resistencia, velocidad y fuerza del tren inferior generando beneficios funcionales y psicológicos en los alumnos. Todo ello sumado a que reduce el tanto por ciento de grasa sobre el peso. Aspecto crucial para tener mayor calidad de vida y asegurar una vida más longeva. El cuestionario de hábitos saludables y alimentación EYHS (European Youth Heart Study), cuyo resultado muestra que hay una tendencia clara a la adquisición de compromiso con ser activo, reducir el consumo de comida basura y el sedentarismo jugando al ordenador o viendo la tv después del instituto. El cuestionario de



intencionalidad de ser activo MIFA observándose la intencionalidad de ser activo y por tanto la capacidad de hacerlo realidad y una encuesta “ad hoc” de satisfacción con el proyecto y la técnica retrospectiva de “estrella de mar” que ratifica el éxito del proyecto.

https://docs.google.com/forms/d/14ULCY4W5Ztnsrydf6ai1XkiAlia_jz27Is2jbmzXjGI/edit

https://docs.google.com/forms/d/14ULCY4W5Ztnsrydf6ai1XkiAlia_jz27Is2jbmzXjGI/edit?ts=5c434f80 A los profesores se les ha pasado una encuesta “ad hoc” donde se puntúa la idoneidad, el aprendizaje de los alumnos, la satisfacción con el proyecto, obteniendo resultados significativos. A las familias se les ha pasado la técnica retrospectiva de “estrella de mar” que ratifica lo significativo que es trabajar en familia la necesidad de seguir haciendo actividad física y llevar a cabo una buena alimentación.

F. Actuaciones en condiciones especiales

El primer trimestre, ha sido el más complicado. Durante los meses de septiembre y octubre ha sido necesaria la coordinación entre el profesorado del Instituto, que aunque se tenía de antemano muy claro el objetivo a conseguir, al ponerlo en funcionamiento para generar un buen diseño de actividades, podría haber existido algún desajuste en las diferentes materias para hallar índices de interdisciplinariedad. A su vez llevar a cabo reuniones de los profesores del Departamento de Educación Física (responsables del Proyecto), con los profesores de la Universidad de Castilla-La Mancha, lo que conllevó buscar horas de trabajo fuera de la jornada laboral en pos del objetivo que se pretendía. En definitiva producir sinergias entre todo el Instituto y con la Universidad para conseguir la máxima coordinación. Afrontar los nuevos escenarios en los que se movían, profesores y alumnos, en cada una de las asignaturas a través de las metodologías activas. El trabajo para la necesaria colaboración con Instituciones locales para el desarrollo de las actividades. El uso de todas las infraestructuras del centro donde la prioridad era las que llevaban a cabo el Proyecto y los temas propios de autorregulación del Proyecto según se iba desarrollando.

G. Transformación del entorno

Conciencia social sobre la importancia de adquirir hábitos de vida activa y saludable tanto en los alumnos, padres y profesores. Se han mejorado los datos de estudios existentes sobre los problemas de exceso de peso que encontramos en el IES “Princesa Galiana”, alumnos de clase media-baja, con porcentajes “muy altos” de obesidad, que evidenciaban un mal estado de salud general. De ahí que consideremos acertada atender a la necesidad a través de la temática del Proyecto que se presenta. Lo novedoso ha sido concienciar de la necesidad de tener hábitos de vida activos y saludables repercutiendo en más actividad física y mejor alimentación para vivir más y en mejores condiciones y se ha comprobado mediante el análisis de datos que así ha sido. La finalidad se ha basado en sensibilizar y prevenir hábitos nocivos, sedentarios y poco saludables e incrementar los niveles de práctica. También destacan cambios en el entorno físico.

H. Beneficiarios del proyecto

Los beneficiarios directos del Proyecto son: Los alumnos y alumnas de la ESO y Bachillerato del IES “Princesa Galiana” de Toledo. Los beneficiarios indirectos del Proyecto son: Los profesores y profesoras del IES “Princesa Galiana.”, los padres y madres de los alumnos del IES “Princesa Galiana.”; los profesores y alumnos del Máster de Secundaria de la UCLM y todos los centros educativos, asociaciones, clubes, federaciones y entidades que han participado. Las características que presenta el alumnado es bajo interés por el estudio, desmotivación, clase social media baja pertenecientes a un barrio del extrarradio de Toledo, familias con poco nivel cultural, edades de 12-18 años, con pocos hábitos saludables ya que en la familia no hay una preocupación manifiesta al respecto. Además se han beneficiado distintas entidades (más de 45) con las que se han establecido sinergias y distintas colaboraciones para el desarrollo de actividades. Un indicador de que dichas entidades también se han beneficiado y les resulta de interés seguir colaborando en la línea de trabajo propuesta es su valoración y el

compromiso estable de seguir trabajando de manera conjunta con el Instituto.

2. POBLACIÓN PARTICIPANTE Y DESTINATARIOS DEL PROYECTO

A. Descripción y grado de implicación de las familias

Infantil	Primaria	E. Especial	ESO- Bachillerato	CFGM	FPB	PTVA	P. de apoyo
0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	94 de 363 (25.9%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	12 de 28 (42.9%)

La colaboración que prestan las familias se representa a través de su AMPA. La contribución al Proyecto siempre ha sido favorable, implicándose en todo lo que se le ha pedido. Es muy heterogéneo el compromiso en la adquisición de hábitos saludables. Por las situación socioeconómica de las familias no es tan fácil que se fomente la autonomía plena en una alimentación adecuada, la higiene corporal o la prevención de hábitos nocivos. Temas en los que se ha focalizado el Proyecto.

B. Descripción y grado de implicación del equipo docente

Infantil	Primaria	E. Especial	ESO- Bachillerato	CFGM	FPB	PTVA	P. de apoyo
0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	43 de 43 (100.0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	3 de 3 (100.0%)

En el Claustro final del curso académico 2017-2018, votaron por unanimidad el Proyecto y coordinación; contando a su vez con el apoyo del Consejo Escolar y la Consejería de Educación, Cultura y Deportes. La implicación ha sido máxima ya que la embergadura del Proyecto así lo necesitaba, aportando su creatividad, capacidad de adaptación a las necesidades del Proyecto y predisposición para sumar. También hemos contado con profesores de la UCLM, para el diseño y puesta en marcha de distintas actividades.

C. Descripción y grado de implicación del alumnado

Infantil	Primaria	E. Especial	ESO	Bachillerat o	CFGM	FPB	PTVA	P. de apoyo
0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	287 de 287 (100.0%)	76 de 76 (100.0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	0 de 0 (0%)	39 de 40 (97.5%)

El grado de implicación ha sido muy grande, han participado en todas las actividades con una motivación muy elevada, han manifestado reflexiones y se han concienciado de la importancia que tiene generar hábitos de vida activos y saludables. De hecho tras realizar distintas actividades hemos conseguido ofrecer un abanico amplio de posibilidades de realizar ejercicio físico, para que puedan adherirse a él. Una muestra de su satisfacción e implicación se puede observar en los vídeos y fotografías que se muestran.

D. Descripción de implicación de otro personal del centro escolar



El personal de administración y servicios, los conserjes han estado participando de forma activa colaborando en las distintas actividades (teléfono, fotocopias, prestar material de oficina). Abrir el centro en horas fuera de la jornada lectiva. El personal de limpieza que ha tenido que cambiar el horario de limpieza. El personal de la cafetería ha facilitado que la cafetería sea un espacio más (decoración). El Departamento de Orientación ayudando a ACNEE a realizar las actividades. Gran implicación de profesionales no docentes.

E. Descripción de implicación de otras organizaciones

El grado de implicación de distintas entidades, públicas, privadas, asociaciones, clubes, asociaciones, etc. vinculadas a la temática del proyecto es uno de sus puntos fuertes ya que han intervenido una gran diversidad y a distintos niveles (local, provincial, autonómico y nacional) que le han dado una importante dimensión e impacto de los realizado. Asimismo, la colaboración directa con la Universidad de Castilla-La Mancha ha facilitado el rigor y la metodología para el diseño, seguimiento y evaluación de todo lo realizado.



3. PLANIFICACIÓN DEL PROYECTO

A. Actividades

1. Evaluación de la condición física saludable de todo el Instituto.

Descripción: Se han obtenido los datos del Índice de Masa Corporal, alumnos con obesidad y/o sobrepeso, etc. a través de una TANITA, los niveles de actividad física y práctica deportiva del alumnado a través de la batería AlphaFitness y los hábitos deportivos y de alimentación a través del cuestionario EHYS.

Recursos: Tanita. Dinamómetro. Cinta métrica. Equipo de música.

Resultados: IMC de 335 alumnos del centro (todos menos 2ºBach.). Estado de condición física de todos los alumnos del centro. % masa magra, masa grasa y agua

2. Realización de calendario 2019 con los ejes y temas del proyecto.

Descripción: Por clases y tutores se eligió un tema para realizar la foto de una de las hojas del calendario 2019 y se trabajó en las tutorías durante cuatro sesiones con clase. También se hizo una página del calendario con todo el profesorado del centro.

Recursos: Vestimenta y material para la foto. Cámara.

Resultados: Foto de grupo y frase representativa de la misma.

3. Agenda Escolar 2019-2020.

Descripción: En cada clase se elaboró una serie de mensajes correspondientes al tema de la foto que se eligió y que servirán para personalizar con los temas trabajados la agenda escolar para el curso académico 2019-2020.

Recursos: Agendas de cursos anteriores.

Resultados: Borrador de la agenda escolar 2019-2020.

6. Descansos activos.

Descripción: Desde distintas asignaturas (matemáticas, lengua, inglés, música, etc.) se han llevado a cabo descansos activos (pausas en clase con actividades propuestas) con un resultado satisfactorio.

Recursos: Material deportivo para las distintas actividades (petos, música, balones, etc.).

Resultados: Mejora en el rendimiento académico y en el control de la clase en las asignaturas en las que se ha llevado a cabo.

7. Guión para obra de teatro “Historias breves para salir del sofá” sobre el tema del proyecto.

Descripción: Desde el departamento de música se les propuso al alumnado de 3ºESO y 4ºESO elaborar un guión sobre “Historias breves para salir del sofá” que se representará por los alumnos.

Recursos: Guiones de obras de teatro. Papel y boli.

Resultados: Guión de obra de teatro.

8. Representaciones de la obra de teatro “Historias breves para salir del sofá”.

Descripción: Representaciones del alumnado de la obra de teatro “Historias breves para salir del sofá” en distintos lugares: Talavera de la Reina (4 de abril), IES Princesa Galiana (30 de abril) y Almagro (8 de mayo).

Recursos: Vestimenta, escenografía y material para la representación de la obra de teatro.

Resultados: Participación de 35 alumnos de 1ºESO y 4ºESO en tres obras de teatro (representación y montaje).



11. Recreos Activos.

Descripción: Organización de Recreos Activos para todo el alumnado del centro. Lunes: Fútbol-Sala (1º y 2º ESO) y FunkyHip-hop (impartido por dos alumnos del centro de 2º ESO C y 2º Bach.). Martes: Voleibol (mixto). Miércoles: Baloncesto 3x3 (mixto). Jueves: Balonmano (mixto). Viernes: Fútbol-Sala (3º y 4º ESO y 1º Bach.) y Bachata y Merengue (impartido 4º ESO).

Recursos: Material deportivo para las distintas actividades (petos, música, balones, etc.).

Resultados: Mayor actividad física del alumnado gracias a su participación activa en los recreos. Reducción de los conflictos y mejora de la convivencia entre el alumnado

12. Día “D” el gusto 1 (8 de noviembre).

Descripción: Diez cocineros de la Asociación de hosteleros de Toledo realizaron distintos talleres para el alumnado del centro (realización de brochetas de fruta, degustación de aceite, etc.).

Recursos: Mesas, gorros de cocineros, frutas, aceite, frutos secos, etc.

Resultados: Mejora en el conocimiento de los alimentos saludables a través de talleres sobre la dieta mediterránea.

13. Día “D” la discapacidad (3 de diciembre).

Descripción: Desde distintos departamentos (aula TEA, Orientación, Educación Física, etc.), se llevaron a cabo distintos talleres y charlas para todo el alumnado del centro (tenis y baloncesto en silla de ruedas, Goalball, juegos de orientación para discapacitados visuales, etc.).

Recursos: Sillas de ruedas, antifaces, bastones, balones de goalball, balones de baloncesto, raquetas de badminton, redes, volantes, mesas de tenis de mesa, boccia, etc.

Resultados: Jornada de sensibilización hacia las personas con discapacidad y conocimiento de nuevos deportes y actividades.

14. Señalética del centro.

Descripción: Desde el departamento de plástica se llevó a cabo la señalética de todo el centro (entrada, aula de convivencia, escaleras, cafetería, etc.).

Recursos: Vinilos, libros, carteles, frutas, material para decorar, cartulinas, fotos, etc.

Resultados: Campaña de concienciación con los mensajes sobre los temas del proyecto por los distintos espacios del Instituto. Señalización de todo el Instituto (edificio saludable).

15. Concurso de retos (Acumula “Sanitos”).

Descripción: Desde distintas materias se propusieron retos para lograr el aprendizaje del proyecto Galiana Presenta 201.9 que permitieran a los alumnos adquirir los conocimientos y competencias que considere el profesorado de cada grupo. Se indicó que, siempre que fuera posible, que se pudieran vincular a las áreas del proyecto.

Recursos: Sanitos (monedas) y materiales para los retos diarios y semanales. Mural de 2x5 para el ranking semanal (ubicado en el pabellón polideportivo del Instituto).

Resultados: Sensibilización y conocimiento en: Alimentación equilibrada vs obesidad, actividad física vs sedentarismo, hábitos saludables (hábitos higiénicos, nocivos y posturales) y determinantes del entorno: familia, barrio, ciudad.

16. Día “D” Runners (Escape Room).

Descripción: Con dos cajas de 1x1 se caracterizaron dos aulas y se llevaron a cabo 6 pases de una Escape Room organizados por el Ministerio de Sanidad y Asuntos Sociales y SIAD para todos los alumnos de 3º y 4ºESO.
Recursos: Trajes, máscaras, cajas con el cerebro de Konrad, Planos, etc. Guía didáctica.
Resultados: Experiencia de un Escape Room (130 alumnos) y cuatro sesiones de trabajo sobre conductas adictivas.

18. Día “D” Runners y de la Educación Física en la calle (2 de mayo de 2019).

Descripción: Actividades con distintos talleres y exhibiciones de Parkour, Kin-Ball, Spinnig, Capoeira, Funky, Hip-Hop, Zumba, Baile contemporáneo, Patines en la Estación de Tren de Toledo. Los talleres estuvieron impartidos por especialistas, por alumnos de 1ºBachillerato y por alumnos de la UCLM. Colaboración de 39 alumnos del Master de Educación Secundaria UCLM.
Recursos: Mapas, tarjetas de control. Material para talleres de spinnig (25 bicis), parkour (potro, plinto, colchonetas, mintramp, etc.) patinaje (patines, conos), capoeira, zumba, funky, etc. (música).
Resultados: 335 alumnos (todos excepto 2ºBach). 39 alumnos Máster Educación de la Facultad de Ciencias del Deporte de la UCLM.

19. Flashmob “Yulie” (19 noviembre de 2018).

Descripción: Participación en el Festival CIBRA con un Flashmob relativo a los contenidos del proyecto Galiana Presenta 201.9 Escuela Activa y Saludable.
Recursos: Vestimenta, pinturas y música para el Flashmob.
Resultados: Participación de 28 alumnos de 4ºESO y 1ºBach. En el CIBRA con un Flashmob sobre el proyecto.

20. Exposición de Buenas Prácticas y metodología de trabajo en la UCLM (9 enero de 2019).

Descripción: Exposición de los alumnos de 1ºBach de la forma y metodología de trabajo a los alumnos del Master de Educación de la Universidad de Castilla-La Mancha.
Recursos: Ropa de teatro, guiones y música.
Resultados: Participación de 17 alumnos de 1ºBach y 2 profesores del Instituto en unas Jornadas de Innovación Educativa en la UCLM.

22. Charlas sobre Alimentación Saludable (20 de marzo 2019).

Descripción: Exposición de distintas familias al alumnado sobre alimentación saludable y recetas saludables.
Recursos: Alimentos y recetas para los talleres.
Resultados: Participación de familias en distintos talleres sobre alimentación saludable dirigidas a los alumnos.

24. Carrera Solidaria (alimentos para Amigos de los Pobres). (26 de octubre de 2018),

Descripción: Los alumnos de 1º y 2ºESO participaron junto con otros seis Institutos más de la ciudad de Toledo en una carrera solidaria para recaudar fondos para personas en problemas de exclusión social.
Recursos: Arco de meta, petos, equipo de sonido, fruta, zumos, trofeos, etc. Voluntarios.
Resultados: Participación en carrera solidaria Intercentros (participación de alumnos de 1º y 2º ESO). Recaudación del IES Princesa Galiana 412 € a favor de la causa

28. Organización de Encuentro Intercentros Rugby 2º y 3º ESO (4 de abril de 2019).



Descripción: Torneo de Rugby para el alumnado de 2º y 3º ESO. Participación junto a dos Institutos de la ciudad (IES Alfonso X el Sabio y el IES Juanelo Turriano de Toledo).

Recursos: Campo de Fútbol del Arroyo de Santa Bárbara (Toledo) y material para la actividad (balones, petos, etc.) y para el Tercer tiempo (fruta, sandwich, refrescos, agua).

Resultados: Organización y participación de 75 alumnos de 2º y 3º ESO del Instituto en la actividad deportiva. en la que participaron 169 alumnos más.

32. Iniciación Deportiva a la Escalada

Descripción: Jornada de iniciación a la escalada con talleres y actividades.

Recursos: Rocódromo Puente de Roca (Toledo).

Resultados: Participación de 75 alumnos de 2º ESO del Instituto en la actividad deportiva.

36. Concurso de cuentos.

Descripción: Desde el departamento de Lengua y Literatura se llevó a cabo un concurso de cuentos relacionado con la temática del proyecto.

Recursos: Aula y material para diseño de cuentos.

Resultados: Participación de 60 alumnos de 3º ESO del Instituto en la actividad.

37. Concurso de Cortos.

Descripción: Desde el departamento de Plástica (Educación audiovisual) se realizó un concurso de cortometrajes sobre la actividad física, el deporte y la salud.

Recursos: Cámaras, móviles y material para los cortometrajes.

Resultados: Participación de 30 alumnos de 1º Bachillerato Artes en la realización de 12 cortos de los cuáles se eligieron los 4 mejores por votación popular.

44. Recorrido y representación teatralizada de las rutas saludables diseñadas (11 de mayo de 2019).

Descripción: Recorrido de rutas urbanas y periurbanas para el barrio desde el IES Princesa Galiana. La actividad se llevó a cabo con alumnos de 3º y 4º ESO como guías de las mismas y en la Jornada participaron 6 centros de Úbeda, Baeza, Alcalá de Henares y Toledo.

Recursos: Recorrido por las rutas del casco histórico de Toledo.

Resultados: Jornada para mostrar las rutas a 5 IES en las que participaron 111 alumnos como guías de las mismas (mezclando contenidos patrimonio, alimentación y actividad física).

48. Programa de radio semanal.

Descripción: Grabación de una sección semanal de quince minutos en el programa Onda Polígono 101.7 FM (desde enero a mayo de 2019).

Recursos: Equipo de grabación. Guinotes.

Resultados: Realización del programa de unos 50 alumnos del centro explicando las distintas iniciativas del proyecto. 14 programas de radio.

49. Healthy Wenesday (22 de mayo).

Descripción:



Desde el departamento de Economía con los alumnos de Emprendedores de 4ºA y 4ºC, se trató de convertir el centro en un gran espacio para la salud a través de siete talleres (higiene postural, alimentación saludable, reciclado, hábitos diarios, alcohol, tabaco y drogas, escucha tus latidos y mide tus isquios).

Recursos: Material para el desarrollo de distintos talleres.

Resultados: Participación de todo el Instituto. Toma de conciencia de la importancia de llevar una dieta equilibrada, hacer ejercicio físico y tener unos hábitos saludables.

56. Creación de la Red de opiniones.

Descripción: Entrevista y grabación de las 4 mismas preguntas a distintos agentes de la comunidad educativa y entidades locales con la que se está creando una plataforma a través de videos con distintos testimonios sobre los temas tratados en el proyecto.

Recursos: Cámara. Fotocall. Croma. Ordenadores.

Resultados: Se están grabando distintos testimonios de todos los grupos de interés hasta alcanzar las 100 entrevistas y mostrar una visión holística de la comunidad educativa.

B. Cronograma por meses

Curso escolar 2018/2019										
ACT	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
1. Evaluación de la condición física saludable de todo el Instituto.										
2. Realización de calendario 2019 con los ejes y temas del proyecto.										
3. Agenda Escolar 2019-2020.										
6. Descansos activos.										
7. Guión para obra de teatro "Historias breves para salir del sofá" sobre el										



Curso escolar 2018/2019										
ACT	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
tema del proyecto.										
8. Representaciones de la obra de teatro "Historias breves para salir del sofá".										
11. Recreos Activos.										
12. Día "D" el gusto 1 (8 de noviembre).										
13. Día "D" la discapacidad (3 de diciembre).										
14. Señalética del centro.										
15. Concurso de retos (Acumula "Sanitos").										
16. Día "D" Runners (Escape Room).										
18. Día "D" Runners y de la Educación Física en la calle (2 de mayo de 2019).										



Curso escolar 2018/2019										
ACT	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
19. Flashmob "Yulie" (19 noviembre de 2018).										
20. Exposición de Buenas Prácticas y metodología de trabajo en la UCLM (9 enero de 2019).										
22. Charlas sobre Alimentación Saludable (20 de marzo 2019).										
24. Carrera Solidaria (alimentos para Amigos de los Pobres). (26 de octubre de 2018),										
28. Organización de Encuentro Intercentros Rugby 2º y 3º ESO (4 de abril de 2019).										
32. Iniciación Deportiva										



Curso escolar 2018/2019										
ACT	SEP	OCT	NOV	DIC	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
a la Escalada										
36. Concurso de cuentos.										
37. Concurso de Cortos.										
44. Recorrido y representación teatralizada de las rutas saludables diseñadas (11 de mayo de 2019).										
48. Programa de radio semanal.										
49. Healthy Wednesday (22 de mayo).										
56. Creación de la Red de opiniones.										

C. Observaciones



3. COHERENCIA DEL PROYECTO

A. Coherencia del proyecto

Objetivo general: Educar en hábitos de vida activa y saludable para generar mayor calidad de vida que transforme la sociedad, repercutiendo en más actividad física y una mejor alimentación para vivir más y en mejores condiciones. Justificación: el índice tan elevado de obesidad, mala alimentación y no llevar una vida activa, sobre todo en las edades de la adolescencia, basado en estudios reales como los que nos indica la OMS. Objetivos específicos: • Educar en el desarrollo de talentos y el emprendimiento donde la creatividad juega un papel fundamental, implicando la dimensión interna de los alumnos (conjunto de potencialidades, capacidades, habilidades, etc.) como en la dimensión externa (conjunto de oportunidades que tiene la persona de interactuar en diferentes escenarios socio-culturales: familia, centro educativo, barrio, redes sociales), proporcionando una transferencia del aprendizaje competencial, respecto a los hábitos activos y saludables. • Poner en marcha las estrategias didácticas y los procedimientos de aprendizaje activos propios de la enseñanza por competencias, para que tanto profesores, alumnos, padres y entidades locales, puedan compartir los aprendizajes, para la transformación de la sociedad, en la temática que nos ocupa. • Mejorar las relaciones entre todos los miembros de la Comunidad Educativa y establecer relaciones estrechas con las entidades del entorno del centro educativo, focalizando la atención en la importancia de construir una “Escuela más Activa y Saludable”. El desarrollo total y la coherencia del proyecto se puede ver en su Memoria técnica:

https://drive.google.com/file/d/1ZKpmaC0uyopvFcY90HM_L6G9K6bwPxZD/view?usp=sharing

4. MATERIAL COMPLEMENTARIO

A. Material audiovisual

<https://www.youtube.com/watch?v=l2AOzpO5HiY>

B. Fotografías

[Ver fotografía 1 del proyecto](#)
[Ver fotografía 2 del proyecto](#)
[Ver fotografía 3 del proyecto](#)
[Ver fotografía 4 del proyecto](#)
[Ver fotografía 5 del proyecto](#)
[Ver fotografía 6 del proyecto](#)
[Ver fotografía 7 del proyecto](#)
[Ver fotografía 8 del proyecto](#)
[Ver fotografía 9 del proyecto](#)
[Ver fotografía 10 del proyecto](#)
[Ver fotografía 11 del proyecto](#)
[Ver fotografía 12 del proyecto](#)
[Ver fotografía 13 del proyecto](#)
[Ver fotografía 14 del proyecto](#)
[Ver fotografía 15 del proyecto](#)
[Ver fotografía 16 del proyecto](#)
[Ver fotografía 17 del proyecto](#)
[Ver fotografía 18 del proyecto](#)
[Ver fotografía 19 del proyecto](#)
[Ver fotografía 20 del proyecto](#)



- [Ver fotografía 21 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 22 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 23 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 24 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 25 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 26 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 27 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 28 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 29 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 30 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 31 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 32 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 33 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 34 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 35 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 36 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 37 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 38 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 39 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 40 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 41 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 42 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 43 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 44 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 45 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 46 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 47 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 48 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 49 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 50 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 51 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 52 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 53 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 54 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 55 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 56 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 57 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 58 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 59 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 60 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 61 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 62 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 63 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 64 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 65 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 66 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 67 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 68 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 69 del proyecto](#)



- [Ver fotografía 70 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 71 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 72 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 73 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 74 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 75 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 76 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 77 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 78 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 79 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 80 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 81 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 82 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 83 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 84 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 85 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 86 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 87 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 88 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 89 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 90 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 91 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 92 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 93 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 94 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 95 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 96 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 97 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 98 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 99 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 100 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 101 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 102 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 103 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 104 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 105 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 106 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 107 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 108 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 109 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 110 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 111 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 112 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 113 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 114 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 115 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 116 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 117 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 118 del proyecto](#)



- [Ver fotografía 119 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 120 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 121 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 122 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 123 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 124 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 125 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 126 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 127 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 128 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 129 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 130 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 131 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 132 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 133 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 134 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 135 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 136 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 137 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 138 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 139 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 140 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 141 del proyecto](#)
- [Ver fotografía 142 del proyecto](#)

C. Enlaces relacionados

- <https://drive.google.com/file/d/19W1yBKmuiHKBcSY0MNjoxfwUkQTf5kcl/view?usp=sharing>
- <https://www.youtube.com/watch?v=HOPnXzpvSEM>
- <https://www.youtube.com/watch?v=DK8vY1HP7mM&feature=youtu.be>
- <https://drive.google.com/file/d/1uHEp0NLEJHAAaMFWAQuo4KvAH1JTgZje/view>
- <https://www.youtube.com/watch?v=dMgXS3lc6hw>
- https://drive.google.com/file/d/1pTjdQePbhfH-padfJ78Oo4aj7_DF7bfB/view
- <https://www.youtube.com/watch?v=AAAa5X8VsA8>
- <https://www.youtube.com/watch?v=SJwLBRMxhAw>
- <http://www.galianapresenta.com/2019/05/resumen-fotografico-del-dia-healthy.html>
- <http://www.iesprincesagaliana.com/2019/01/onda-poligono-en-el-galiana.html>
- <https://www.youtube.com/watch?v=CBomrfD4kY>
- <https://www.youtube.com/watch?v=F8-IStLp060>
- <https://www.youtube.com/watch?v=f8JwTdgAgD0>
- <https://drive.google.com/file/d/1rqxLLwO5GRyKw1TaJ2iimZZqyb6JGEZV/view>
- https://drive.google.com/file/d/1ZKpmaC0uyopvFcY90HM_L6G9K6bwPxZD/view?usp=sharing
- <https://drive.google.com/file/d/116opSHAEQoEt3O4OWKC7pvqc1x9KwZJa/view?usp=sharing>
- <https://drive.google.com/file/d/1psmwbJs8dfowv8YnQrF3UsKOFkw--gnl/view?usp=sharing>
- <https://drive.google.com/file/d/1pPBltNUHDILGGOWEozxcWlJ0bKig-aZD/view?usp=sharing>