

PRÁCTICAS RELACIONADAS CON LOS PROGRAMAS DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE.

Programa Educativo: “Programa Forma Joven”.

Centro: IES. “Picos del Guadiana”.

Código: 23700682

Municipio: Huesa.

Provincia: Jaén.

SÍNTESIS:

Nuestro programa “Forma Joven” va destinado a toda la comunidad educativa, en concreto, al alumnado de nuestro centro, a las familias, al profesorado en general y en especial al profesorado tutor. Transversalmente en todas las áreas y tutorías, el profesor o profesora tutor en colaboración con la orientadora, trabajarán los temas: violencia de género, violencia entre iguales, habilidades sociales, salud mental, prevención de drogodependencias (alcohol, tabaco, marihuana, cocaína), trastornos alimentarios, alimentación y dieta sana etc.

OBJETIVOS GENERALES.

- 1) Promover y coordinar actuaciones conjuntas entre los profesionales de salud y educación.
- 2) Acercar y atraer a nuestro alumnado al “Punto Forma Joven”.
- 3) Mejorar la convivencia en nuestro centro ofertando un espacio de negociación de conflictos.
- 4) Prevenir problemas de violencia de género, entre iguales, autoestima, etc.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE CADA UNA DE LAS ÁREAS DE ATENCIÓN PREFERENTE.

Área Afectivo-Sexual.

- Concienciar y promover relaciones sanas, seguras y satisfactorias.
- Eliminar comportamientos sexistas.

Área Adicciones.

- Promover entre nuestros adolescentes estilos de vida saludables (deporte, alimentación equilibrada....).

Área Alimentación.

- Potenciar estilos de vida saludable.
- Dar a conocer la dieta mediterránea.
- Informar sobre deporte y salud.

Área Salud Mental.

- Desarrollar competencias en el alumnado para favorecer el ajuste psicosocial a través del tratamiento de temas como: autoestima, habilidades sociales, resolución de conflictos de manera pacífica y no violenta, manejo de las emociones, prevención y erradicación de la violencia de género.

ACTIVIDADES QUE REALIZAN:

- *Animación.* Buzón de sugerencias Forma Joven.
- *Charla sobre prevención de drogodependencias.* Coordinado por el Departamento de Orientación y la asociación de desarrollo rural “Sierra de Cazorla”. Se impartirán charlas para prevenir drogodependencias y fomentar hábitos saludables sobre alcohol, tabaco y otras sustancias. Dichas charlas se desarrollarán en la hora de tutoría grupal.
- *Charla sobre prevención de drogodependencias.* Coordinado por el Departamento de Orientación y la Fundación alcohol y sociedad para 2º y 4º ESO y para las familias (horario de atención a las familias, lunes de 4-5). Se llevará a cabo en la hora de tutoría grupal en el primer trimestre.
- *Prevención de drogodependencias.* Programa “A no fumar me apunto” se llevará a cabo en todos los cursos de la ESO, en la hora de tutoría grupal en el primer, segundo y tercer trimestre.
- *Programa “MIRA”.* Prevención de accidentes de tráfico. Educación Vial. Charla de un enfermero y de una persona afectada por paraplejia como consecuencia de un accidente de tráfico. Impartido por la asociación AESLEME.
- *Prevención educación vial.* Talleres impartidos por una autoescuela.
- *Charla-taller sobre drogodependencias.* Coordinado por el Departamento de Orientación y el personal sanitario. Los objetivos serán fomentar en el alumnado hábitos y estilos de vida saludable y concienciar al alumnado sobre el abandono del hábito del tabaco y dar conductas alternativas como el deporte. Se llevará a cabo durante el segundo y tercer trimestre. El alumnado podrá utilizar a la vez la asesoría individualizada.
- *Taller sobre prevención y riesgos del consumo de alcohol y otras sustancias.* Impartido por la Asociación Alcohólicos Anónimos De Úbeda.
- *Charla-proyección de cortos, prevención violencia de género y coeducación.* Coordinada por el Departamento de Orientación en colaboración con todos los tutores/as, equipo educativo y Centro de la Mujer de Huesa, se desarrollará en el primer trimestre.
- Video “ *Stop a la violencia en contra de las mujeres*”.
- *Save The Children. “Carrera kilómetros de solidaridad”.* Es llevada a cabo por toda la comunidad educativa: alumnado, profesorado y familias en el primer trimestre.

- *Charlas sobre educación afectiva sexual.* Coordinado por el Departamento de Orientación y los tutores de los cursos 3º y 4º. Dicho taller se desarrollará en las horas de tutoría grupal. Se llevará a cabo en el tercer trimestre. Dicho taller será impartido por el personal sanitario para proporcionarles información sobre los riesgos de la salud, enfermedades de transmisión sexual y métodos anticonceptivos, relaciones satisfactorias.
- *Charlas sobre alimentación saludable.* Coordinado por el Departamento de Orientación. Impartidas por Dña. M^a del Carmen Abolafia Cobaleda, profesora de Física y Química de este centro y Máster en Avances y tecnología de los alimentos. Dicha actividad se organizará en el tercer trimestre.
- *Asesoría individualizada.* Nuestro IES Picos del Guadiana en colaboración del personal sanitario (trabajadora social, DUE) del centro de salud de Peal de Becerro desarrollará una asesoría individualizada y/o en pequeños grupos en la cual podrán participar cualquier alumno/a del centro previo aviso al tutor/a y/o orientadora.

La asesoría se llevará a cabo los jueves de 10:15 a 11:15 horas durante el segundo y tercer trimestre del curso durante una hora al mes.

METODOLOGÍA.

La metodología a desarrollar en nuestro programa estará dirigida por los siguientes principios didácticos: comunicación, autonomía, individualización, intervención global, socialización, globalización, creatividad, apertura, actividad y formación integral del alumnado, flexibilidad y participación; adaptándose en todo momento a las características, intereses y demandas propias de cada alumno o alumna.

Las actividades serán realizadas en la hora de tutoría y transversalmente en todas las áreas del currículum.

Con el principio de socialización se quiere conseguir la participación conjunta de alumnado, familia y centro educativo junto al personal sanitario de la zona, a la vez que, promover actividades que faciliten la atención directa del alumnado a través de asesorías individuales orientadas por profesionales de la salud.

En todos nuestros talleres y sesiones de tutoría se entregarán a los tutores y tutoras ejercicios, actividades y tareas. Las competencias básicas requieren un aprendizaje vinculado a un determinado contexto y a unas determinadas tareas que los implicados tendrán que resolver. A lo largo de todos nuestros talleres y sesiones de tutorías se plantearán una serie de actividades individuales, grupales o por parejas que nos llevarán a la consecución de las competencias básicas o capacidades deseadas.