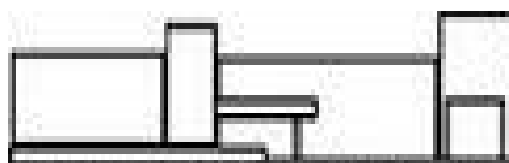


PLAN DE ACTUACIÓN
FORMA JOVEN EN EL ÁMBITO
EDUCATIVO
2016-2017



I.E.S. ALONSO CANO - DÚRCAL

ÍNDICE

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.
2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS.
 - 2.1 EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL
 - 2.2 ESTILOS DE VIDA SALUDABLE
 - 2.3 SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS
 - 2.4 PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE ALCOHOL, TABACO,
CANNABIS Y OTRAS DROGAS
3. CONTENIDOS.
4. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR.
5. ACTIVIDADES
6. RECURSOS EDUCATIVOS
7. TÉCNICAS E INSTRUMENTOS PARA LA COMUNICACIÓN Y
DIFUSIÓN
8. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.

1.1. PUNTO DE PARTIDA DEL PROYECTO TEMÁTICO DE EDUCACIÓN PROMOCIÓN DE LA SALUD.

1. Situación Actual:

Este Plan de Trabajo está ambientado en el IES Alonso Cano de la localidad de Dúrcal (Granada).

El municipio de Dúrcal se encuentra aún muy ligado a las actividades agrarias, de manera que podemos calificarlos como lugar de actividad agrícola, con los cultivos de la almendra y la aceituna.

Junto a ello, la presencia de industrias relacionadas con la construcción y con la producción de materiales para la construcción constituye la otra fuente principal de generación de riqueza y trabajo para las familias de nuestro alumnado. Actividades diversas, pero mucho menos importantes, son la hostelería (pequeños bares y restaurantes) y el turismo rural. Nos encontramos, por tanto, en un entorno socioeconómico, relativamente pobre y poco desarrollado, lo que produjo en los años 60 y 70 una fuerte emigración, que retornó a finales de los 80 y durante los 90 a sus localidades de origen.

En el IES Alonso Cano se imparte: Secundaria Obligatoria, Bachillerato, Ciclo Formativo (Explotación de Sistemas Informáticos), 1º y 2º de FPB y Educación Secundaria de Adultos; en total hay matriculados en torno a 650 alumnos, sobre 55 profesores, 1 administrativo, 1 conserjes, 3 limpiadoras.

El número de profesores/as fluctúa entre 50 y 60 en función de las necesidades de cada curso escolar. De éstos/as entre un 70 y un 75% tienen destino definitivo en el centro. El centro se halla ubicado fuera del casco urbano de la localidad pero próximo a éste, por lo que el acceso al mismo no presenta ninguna dificultad para el alumnado.

El horario es de jornada continuada de 8:00 a 14:30 horas, con un recreo de 30 minutos, entre las 11:00 y las 11:30 horas.

El Centro consta de un único edificio, cuya construcción se remonta al año 1984.

En el momento de implantar la LOGSE se cerró uno de los soportales interiores, ganando un aula de Música y un taller de Tecnología.

En el año 2005 se inició una ampliación del I.E.S. para poder albergar el primer ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria. Esta ampliación finalizó en el año 2007, con los dos laterales que posee la

edificación. Esta remodelación dejó en suspenso las pistas polideportivas cuyo estado es bastante deficiente, especialmente el antiguo campo de fútbol.

CURSOS QUE SE IMPARTEN:
1º de E.S.O.: línea 3
2º de E.S.O. línea 3
3º de E.S.O. línea 3
4º de E.S.O. línea 3
1º F.P.I.G.M. (Sistemas Microinformáticos y Redes)
2º F.P.I.G.M. (Sistemas Microinformáticos y Redes)
1º de Bachillerato (Ciencias)
1º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales)
2º de Bachillerato (Ciencias y Tecnología)
2º de Bachillerato (Humanidades y Ciencias Sociales)
Nivel II Esa Semipresencial
1º de F.P.B. (Informática y Comunicaciones)
2º de F.P.B. (Informática y Comunicaciones)

2. Grado de implicación de la comunidad educativa:

La implicación de las familias puede considerarse adecuada: asisten a reuniones con el tutor o tutora para seguir de cerca la marcha del alumno o alumna, suelen acudir al centro en caso de ocurrir alguna incidencia, participan activamente en el Consejo Escolar, y la AMPA colabora estrechamente con el centro aunque esta es poco numerosa. Todo el claustro colabora con el Programa aunque con distinto nivel de implicación, siendo los tutores/as, el Departamento de Orientación, el Equipo Directivo y el Departamento de Extraescolares los que mayor grado de implicación tiene.

El personal de administración y servicios también colabora cuando se le requiere.

Todo el alumno participa en el programa aunque el grueso de actividades va dirigido a los cursos de la ESO, además este curso se han formado tres alumnos/as como mediadores/as de salud y estamos en proceso de formación de otros tres.

3. Origen de la participación del programa:

El programa se viene desarrollando desde hace muchos años en el centro y se ha coordinado desde el departamento de orientación.

4. Programas y actuaciones relacionados con la educación para la promoción de Hábitos de Vida Saludable en cursos anteriores:

- Programa de Lectura y Bibliotecas
- Plan de Igualdad y Coeducación
- Red Andaluza: Escuela Espacio de Paz: Mediación Escolar
- Programas de Hábitos de Vida Saludable: Forma Joven
- Escuela TIC
- Programa AulaCine
- Plan de autoprotección y la prevención de riesgos laborales
- Programa "Yoga en el Aula"
- Programa Mindfulness
- Programas de modificación de conducta
- Programa "Aula Cian" Aula de reflexión y convivencia
- Programa de Mediación Escolar
- Programa "Alumno Ayudante"
- Programa "Centro limpio"
- Programa Ecoescuela
- Escuela de Familias (Fundación Diagrama)
- Programa Sociedad y Alcohol.
- Plan Director
- Colaboración con la Asociación de Voluntarios de la Prisión de Albolote.

5. Programas y actuaciones relacionados con la educación para la promoción de Hábitos de Vida Saludable que se tiene previsto desarrollar:

- Programa de Lectura y Bibliotecas
- Plan de Igualdad y Coeducación
- Red Andaluza: Escuela Espacio de Paz: Mediación Escolar
- Programas de Hábitos de Vida Saludable: Forma Joven
- Escuela TIC
- Programa AulaCine
- Plan de autoprotección y la prevención de riesgos laborales
- Programa Mindfulness
- Programas de modificación de conducta
- Programa de Mediación Escolar
- Programa "Alumno Ayudante"
- Programa "Centro Limpio"
- Programa Cantera
- Programa "Código Joven"
- Escuela de Familias (Fundación Diagrama)
- Escuela de Familias Integral en colaboración con distintas instituciones.
- Programa Sociedad y Alcohol.
- Programa Corresponsal Juvenil
- Plan Director

- Colaboración con la Asociación de Voluntarios de la Prisión de Albolote.

1.1. ANÁLISIS DE LOS RECURSOS EXISTENTES.

Dúrcal cuenta con un centro de salud cuyos profesionales colaboran activamente con el Programa en nuestro centro. Además contamos con la colaboración de: la Casa de la Juventud, el Centro de Información a la Mujer, Servicios Sociales Comunitarios, Ayuntamiento, Asociación VALE, Asociación "CÁSPER" gabinete pedagógico, IAJ, CEP de Motril y el AMPA del centro.

2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

LINEAS DE INTERVENCIÓN

El programa Forma Joven del centro va a llevar las siguientes líneas de intervención:

- Educación Socio-emocional.
- Estilos de vida saludable.
- Sexualidad y relaciones igualitarias.
- Prevención de drogodependencias

1.1. EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL

- Percibir con precisión los propios sentimientos y emociones.
- Identificar y definir los estados emocionales que experimenta la persona en distintos momentos contemplando la posibilidad de experimentar emociones múltiples.
- Reconocer la incapacidad de tomar conciencia de los propios sentimientos debido a inatención selectiva o dinámicas inconscientes.
- Percibir con precisión las emociones y sentimientos de los demás.
- Comprender las emociones de las otras personas.
- Implicarse empáticamente en sus vivencias emocionales.
- Servirse de las claves situacionales y expresivas (comunicación verbal y no verbal) que tienen un cierto grado de consenso cultural para el significado emocional.
- Aceptar que los sentimientos y emociones, a menudo, deben ser regulados. Lo cual incluye:
 - La regulación de la impulsividad (ira, violencia, comportamientos de riesgo).
 - La tolerancia a la frustración para prevenir estados emocionales negativos (ira, estrés, ansiedad, depresión).
 - Perseverar en el logro de los objetivos a pesar de las dificultades.
 - La capacidad para diferir recompensas inmediatas a favor de otras más a largo plazo pero de orden superior, etc.

- Conseguir el difícil equilibrio entre la represión o inhibición emocional y el descontrol.
- Adquirir estrategias para hacer frente a las emociones negativas, disminuyendo su intensidad y duración con el fin de atenuar el malestar que provocan.
- Afrontar retos y situaciones de conflicto y las emociones que generan con estrategias de autorregulación para gestionar la intensidad y la duración de los estados emocionales.
- Tener una imagen positiva de sí mismo.
- Adquirir una valoración de sí mismo positiva, satisfactoria y ajustada a la realidad.
- Establecer y mantener una "buena relación" consigo mismo.
- Adquirir habilidades para revisar la propia conducta y asumir las consecuencias que se derivan de ella, no culpando siempre a los demás de los propios errores.
- Responder de los propios actos.
- Asumir la responsabilidad en la toma de decisiones.
- Decidir con responsabilidad sabiendo que, en general, lo más efectivo es adoptar una actitud positiva.
- Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.
- . • Facilitar las relaciones interpersonales, fomentar actitudes y conductas prosociales y crear un clima de convivencia agradable para todos.
- Desarrollar mecanismos personales para tomar decisiones sin dilación en situaciones personales, familiares, académicas, sociales o de tiempo libre que acontecen en la vida diaria, evitando actitudes pasivas o negadoras.
- Asumir la responsabilidad por las propias decisiones, tomando en consideración aspectos éticos, sociales y de seguridad.
- Conocer los propios derechos y deberes.
- Desarrollar un sentimiento de pertenencia y cierto grado de compromiso para la participación efectiva en un sistema democrático, la solidaridad, el ejercicio de valores cívicos, el respeto por los valores multiculturales y la diversidad etc. en el grupo social en el cada alumno o alumna desarrolle su vida.

1.2. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

- Promover en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos saludables.
- Impulsar la participación del alumnado en actividades físicas motivadoras que faciliten el desarrollo de los conocimientos,

actitudes, habilidades motoras y conductuales y la confianza necesarios para adoptar y mantener un estilo de vida físicamente activo.

- Favorecer en el alumnado la adquisición de los conocimientos, habilidades y actitudes que faciliten la adopción efectiva de unos hábitos de alimentación saludables.

1.3. SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS

- Entender la sexualidad como parte de la vida.
- Fomentar actitudes de respeto a la orientación y diversidad sexual.
- Detectar situaciones de violencia y orientaciones sobre cómo actuar.
- Prevenir de ETS y de embarazos inesperados.
- Promover prácticas sexuales responsables y prevenir riesgos derivados.
- Promover relaciones igualitarias. Contribuir a la prevención de la violencia de género.

1.4. PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS

- Conocer y apreciar el propio cuerpo y contribuir a su desarrollo, adoptando hábitos de salud y bienestar y valorando las repercusiones de determinadas conductas sobre la salud y la calidad de vida.
- Proporcionar al alumnado una información adecuada a su edad y a sus características sobre las drogas legales e ilegales, como un medio que les permita la adquisición de determinados conocimientos útiles para fomentar el pensamiento reflexivo y la actitud crítica.
- Adquirir conocimientos sobre los efectos y consecuencias del consumo de alcohol, cannabis y otras sustancias adictivas, así como los factores que influyen en su consumo.
- Conocer las limitaciones legales sobre la venta y consumo de estas sustancias adictivas y su relación con la protección de la salud.
- Conocer los factores de riesgo y de protección relacionados con el consumo de estas sustancias adictivas.
- Analizar la influencia positiva y negativa del grupo de iguales en el consumo de estas sustancias.
- Conocer los beneficios de mantenerse sin fumar y de los espacios libres de humo.
- Reflexionar sobre las consecuencias y los riesgos del tabaco para la salud.
- Conocer e identificar las sustancias que componen el tabaco e identificar sus efectos, así como la composición del humo de tabaco, y relacionarlo con algunos efectos que el hábito tabáquico tiene para la salud.

- Reflexionar sobre creencias erróneas, mitos sobre el tabaco y la influencia que el mercadeo y la moda ejercen sobre nuestras conductas.
- Reflexionar sobre la capacidad adictiva del tabaco y la dificultad de abandonarlo.
- Conocer la evolución de la epidemia del tabaquismo con perspectiva de género y sensibilizar sobre los cambios que este consumo generarán en las poblaciones afectadas.
- Concienciar sobre la importancia de respirar aire sin humo, como derecho en un marco de respeto y tolerancia.
 - Sensibilizar sobre el respeto de los derechos de personas fumadoras y no fumadoras.
 - Concienciar de los riesgos del tabaquismo pasivo.
- Aprender a reconocer y afrontar las presiones sociales y del grupo de iguales en el consumo de tabaco.

3. CONTENIDOS

1.1. EDUCACIÓN SOCIO-EMOCIONAL

- Conocimiento de las propias emociones.
- Conocimiento de las emociones de los demás.
- Regulación de emociones y sentimientos.
- Habilidades de afrontamiento.
- Autoestima positiva. La autoestima, por definición, es la opinión emocional que un individuo tiene de sí mismo y que, no necesariamente, tiene que ser positiva ni racional.
- Responsabilidad. Es la intención de implicarse en comportamientos seguros, saludables y éticos.
- Habilidades sociales básicas.
- Respeto por los demás.
- Comunicación receptiva/ expresiva.
- Compartir emociones.
- Comportamiento pro-social y cooperativo.
- Asertividad.
- Prevención y solución de conflictos.
- Gestión de emociones colectivas en contextos sociales.
- Toma de decisiones responsables.
- Ciudadanía activa.

1.2. ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

- Promoción de la actividad física.
- Recursos y entornos físicos adecuados.
- Beneficios de la actividad física.
- Hábitos saludables.

- Habilidades motoras.
- Alimentación saludable.

1.3. SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS

- Concepto de sexualidad y las diferentes etapas.
- La sexualidad de los hombres y de las mujeres. Enfoque de género.
- Anatomía de la sexualidad.
- La sexualidad como vía de comunicar afecto y de obtener placer.
- Respeto a las diferencias.
- Corresponsabilidad de hombres y mujeres.
- ETS y de embarazos inesperados.
- Igualdad entre mujeres y hombres. Roles y estereotipos.
- El amor romántico y las relaciones igualitarias de pareja.

1.4. PREVENCIÓN DE DROGODEPENDENCIAS

- Hábitos que contribuyen a una Vida Sana.
- Alcohol, cannabis y otras drogas.
- Drogas: Mitos y Creencias.
- Tabaquismo.

3. ESTRATEGIAS DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

El proyecto Forma Joven se desarrollara interdisciplinariamente, se integra en el Proyecto Educativo del centro y se conecta y coordina con otros planes y proyectos del centro. Llevándose a la práctica de la siguiente forma:

- Se integra en el Plan de Orientación y Acción Tutorial , fundamentalmente a través de las tutorías, de manera que puedan desarrollarse sesiones grupales.
- Se coordina con la vicedirección del centro para su inclusión en el proyecto educativo.
- Se coordina con el resto de Planes y Proyectos del centro.
- Se integra de forma transversal desde un modelo de integración en las áreas curriculares a través de las programaciones didácticas.
- Se realiza la colaboración de las familias a través del AMPA.
- Se coordina con el resto de las instituciones implicadas en el proyecto.
- La conexión del personal sanitario con la realidad del centro en cuestión y la introducción del mismo.
- Otra de las formas de integración curricular es a través de la celebración de efemérides junto con el Departamento de Actividades Extraescolares.

4. ACTIVIDADES QUE SE REALIZARÁN

Las actividades que se realizarán para llevar a cabo el programa son las siguientes:

- Asesoría Forma Joven.
- Talleres a cargo del personal sanitario con las siguientes temáticas: Educación afectivo-sexual, ETS y prevención, Alimentación sana, Hábitos de higiene personal.
- Talleres "Código Joven" de Diputación con diversas temáticas: creatividad, igualdad de género y relaciones igualitarias, voluntariado activo, habilidades sociales, entre otros.
- Talleres del IAJ con las siguientes temáticas: sexualidad, trastornos de alimentación, resolución pacífica de conflictos y mediación, autoestima, entre otros.
- Proyecto "CANTERA I" en colaboración con la Diputación y la Casa de la Juventud.
- Programa Progresa: en colaboración con los Servicios Sociales Comunitarios.
- Programa "Centro Limpio" en colaboración con el DACE y el Proyecto Escuela: Espacio de Paz.
- Colaboración con el Ayuntamiento de Dúrcal en la campaña "Tu pueblo, tu casa".
- Programa de Mediación Escolar y Alumnado Ayudante en colaboración con el Proyecto Escuela: Espacio de Paz.
- Escuela de Familias en colaboración con la Fundación Diagrama y la Asociación "Casper" (gabinete pedagógico) de Dúrcal.
- Programa de modificación de conducta.
- Actividades de meditación y mindfulness.
- Taller de Primeros Auxilios y actuación ante enfermedades crónicas para el profesorado a través del CEP.
- Actividades de tutoría sobre distintas temáticas: autoestima, habilidades sociales, toma de decisiones, asertividad, responsabilidad, escucha activa... etc
- Programa A no fumar ¡Me apunto!
- Talleres dentro del Plan Director a cargo de la Guardia Civil.
- Talleres del Centro de Información a la Mujer.
- Charla a cargo de la Asociación de Voluntarios de Prisiones de la cárcel de Albolote.
- Talleres para alumnado y familias a cargo del Gabinete para el asesoramiento sobre Igualdad y Convivencia de la Delegación Territorial de Educación.
- Actividades integradas en las Programaciones Didácticas.
- Programa Pedagógico Alcohol y Sociedad.
- Ligas deportivas.
- Celebración de efemérides.
- Talleres a cargo del alumnado mediador en salud.

- Visionado de películas y documentales en colaboración con el Programa Aula Cine.

5. RECURSOS

• **RECURSOS HUMANOS**

Dentro de los recursos humanos podemos contar con los siguientes:

Profesionales sanitarios del centro de salud de Dúrcal que vienen al centro una o dos hora quincenalmente para impartir charlas o talleres específicos o atienden en la asesoría de forma individual/pequeño grupo a los alumnos/as que tengan inquietudes o dudas referentes al programa.

En el centro el Equipo Forma Joven va a estar constituido por: el equipo directivo, el alumnado mediador en salud, la coordinadora del programa, la orientadora, tutores y tutoras y profesorado en general.

También colaboran las familias a través de las AMPAS.

Asimismo, formarán parte del equipo todos los profesionales que, puntualmente, acudan al centro a desarrollar actividades, tales como charlas, talleres, conferencias, colaboración en celebración de efemérides... Estos profesionales pueden pertenecer a asociaciones, ayuntamientos, diputación, IAJ, CIM, Casa de la Juventud, SS CC, organizaciones no gubernamentales, etc.

• **RECURSOS MATERIALES**

Dentro de los recursos materiales podemos encontrar:

Recursos bibliográficos, como:

- "Guías Forma Joven",
- Programa de competencias sociales y emocionales de Manuel Segura.
- Programa "Aulas Felices"
- Maletín Forma Joven.

Recursos informatizados, como:

- "A no fumar, me apunto".

Recursos audiovisuales, como los siguientes:

- Anticonceptivos para todos.

- Forma joven, una estrategia de salud para adolescentes y jóvenes de Andalucía.
- Adolescentes número 3. Los mundos de chicas y chicos adolescentes: escuela, amigos y sexualidad.

Recursos en la red, como los siguientes:

- Materiales web Promueve Salud
- <http://www.formajoven.org/>
- Web Hábitos de vida saludable
- Patiojoven

6. PLAN DE AUTOFORMACIÓN

Para este curso las actividades que se van a realizar de formación son las siguientes:

- Para el profesorado: Talleres de primeros auxilios y de actuación ante enfermedades crónicas, a través del CEP de Motril y la médico del EOE de Órgiva.
- Para el alumnado: Curso y talleres de formación para el alumnado para ser mediadores/as de salud a cargo del IAJ.
- Para las familias: Escuelas de Familias.

7. DIFUSIÓN

La comunicación y difusión se llevará a cabo utilizando los siguientes instrumentos y técnicas:

- Información al profesorado y aprobación en Claustro y Consejo escolar.
- Información a las familias a través de las reuniones iniciales con los tutores/as.
- Información al alumnado a través de las tutorías y de visitas informativas de la coordinadora del programa.
- Información a la vicedirección del centro y el resto de coordinadores de planes y programas y DACE.
- Información al profesorado mediante el panel informativo de actividades de la sala de profesores, sobre los próximos talleres, charlas, etc. de profesionales externos al Centro.
- Folletos informativos.
- Tablón de Forma Joven: cartelería y murales alusivos a los temas tratados.
- Exposiciones de trabajos del alumnado.
- Reuniones de tutores/as.

- Página web del Centro: www.iesalonscano.es
- Comunidad Colabor@.
- Medios de comunicación locales.

8. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN

Las herramientas utilizadas para el seguimiento y evaluación del programa serán las siguientes:

- En algunos talleres se realizan cuestionarios al alumnado participante.
- Cuestionarios de valoración entre profesorado del Centro a para determinar líneas de actuación y seguimiento y conclusiones de las mismas.
- Registro de actuaciones llevadas a cabo.
- Cuestionarios al alumnado para determinar el grado de satisfacción en las actividades llevadas a cabo.
- Memoria final que recoja todas las actividades realizadas, así como la valoración de los resultados obtenidos.

ARACELI BUENO RODRÍGUEZ
(Coordinadora del Programa Forma Joven en el I.E.S "Alonso Cano"
de Dúrcal)