

# FORMA JOVEN EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

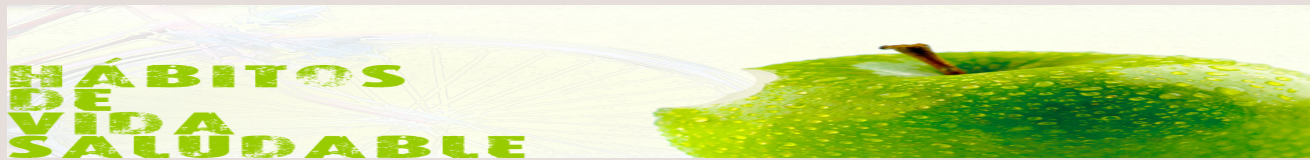
2015/2016

PLAN DE ACTUACIÓN FORMA JOVEN IES  
VICENTE ESPINEL



RAQUEL IBAR JIMÉNEZ

COORDINADORA FORMA JOVEN



## INDICE

1. ANÁLISIS DEL ENTORNO
2. COMPOSICIÓN Y LÍNEAS DE INTERVENCIÓN
  - 2.1 Composición de la comisión de seguimiento del programa Forma Joven
  - 2.2 Líneas de Intervención
3. OBJETIVOS GENERALES
4. PROGRAMAS DE ACTUACIÓN
  - 4.1 Programa de Educación socioemocional
  - 4.2 Programa de Estilos de vida Saludable
  - 4.3 Programa de sexualidad y relaciones igualitarias
  - 4.4 Programa de prevención de drogodependencias
5. ASESORÍA FORMA JOVEN
6. COORDINACIÓN
7. FORMACIÓN
8. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

## 1. ANÁLISIS DEL ENTORNO.

El IES “Vicente Espinel” está situado en la calle Gaona, en la esquina norte del perímetro del casco histórico de Málaga, delimitado en este punto por las calles Álamos y Carretería. Es el instituto de mayor antigüedad y prestigio de nuestra ciudad. Ubicado en un magnífico conjunto monumental del siglo XVIII en el que se integra la Iglesia de San Felipe Neri, articula una parte muy importante de esa área de la ciudad.

El factor económico y cultural del contexto familiar de nuestro alumnado incide de forma clara en los aspectos sociales, pero también en los educativos. Así, la situación social, económica y cultural de las familias y la composición social del centro al que asiste el alumnado tienen una clara incidencia sobre los logros escolares. La realidad del entorno queda reflejada en las propias aulas.

Como descripción general del alumnado hay que señalar la diversidad socio-cultural, aunque predomina la clase media-baja, y su diferente nivel de competencia curricular. Contamos con un nutrido grupo de alumnos con necesidades de compensación educativa, que presenta un importante desfase curricular, tiene bajas expectativas de éxito escolar y con gran riesgo de abandono del sistema educativo antes de acabar la Educación Secundaria Obligatoria. Por este motivo, en el IES “Vicente Espinel” desarrollamos un Plan de Compensatoria que pretende ofrecer una serie de respuestas educativas a este tipo de alumnado.

Otro dato a tener en cuenta es que un porcentaje importante es inmigrante, de origen sudamericano, marroquí y asiático. En los últimos años el número de alumnado inmigrante es decreciente, aunque sí es reseñable el incremento de alumnos/as que proviene de países del este de Europa y también de otros estados de la Unión Europea (Italia o Alemania). En total contamos con 27 nacionalidades distintas en nuestro centro.

En cuanto a los principales problemas de nuestro alumnado, se encuentran:

- Bajos niveles de instrucción y culturales, con importante presencia del analfabetismo funcional. Ello repercute en los menores que presentan importante retraso escolar que les limita la integración normalizada en los colegios de la zona.
- Altos índices de abandono y fracaso escolar
- Problemas de convivencia por la carencia de habilidades para la resolución de conflictos.

- Incidencia especialmente alta del desempleo provocado por la actual crisis, que hace que un importante número de familias tengan a todos sus miembros en paro y que vivan de las redes familiares, de las ayudas sociales y de la economía sumergida.
- Importante consolidación de conductas sociales disfuncionales.
- Estilos de vida poco saludables.
- Presencia del fenómeno de las drogas

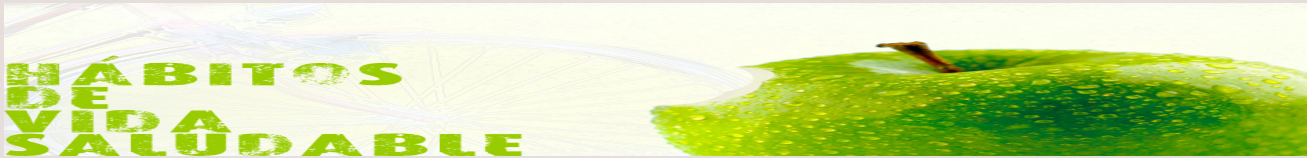
Toda esta problemática, hace ver la importancia y necesidad de poner en marcha el programa Forma Joven en nuestro centro, con el objetivo de promover, entrenar y capacitar al alumnado para el desarrollo de habilidades cognitivo-conductuales que, de forma adaptada a cada edad, les permitan el desarrollo de estilos de vida saludables, mediante la toma de decisiones razonadas y desarrolladas en el marco de entornos no siempre favorables a la protección y al fomento de la salud y permitiendo el logro de una educación integral, que comparte y se asienta en los cuatro pilares educativos que propone la UNESCO:

- Aprender a ser.
- Aprender a convivir.
- Aprender a conocer.
- Aprender a hacer.

## **2. COMPOSICIÓN Y LÍNEAS DE INTERVENCIÓN**

### **2.1 Composición de la comisión de seguimiento del programa Forma Joven**

Aunque el programa lleva desarrollándose durante varios cursos en nuestro centro, este es el primero que se forma la comisión de seguimiento del mismo, motivado por las recomendaciones de los responsables de los Programas de Hábitos de Vida saludable de la CEJA y también por el interés propio del centro en que dicho programa tenga un mayor calado para su implementación y una mayor implicación y participación de toda la Comunidad Educativa.



Los integrantes de esta comisión son:

**Jefe de estudios y orientador del centro, D. Juan Manuel Rodríguez Cáceres**  
**Coordinadora del programa y orientadora del centro, D<sup>a</sup>. Raquel Ibar Jiménez**  
**Responsable socio sanitario, D<sup>a</sup> Emilia Fernández Fernández**  
**Participantes: Tutores de la ESO**

Las funciones de esta comisión serán:

- Desarrollar en el Proyecto Educativo de Centro prácticas escolares que fortalezcan la educación para la salud.
- Fomentar la participación de la Comunidad (comunidad educativa, servicios sociosanitarios y otros agentes comunitarios).
- Crear un entorno físico y psicosocial de apoyo a los contenidos curriculares
- Velar por el desarrollo de los programas recogidos en el plan de actuación
- Llevar a cabo el seguimiento del plan y las propuestas de mejora del mismo.
- Llevar a cabo las reuniones de coordinación de los agentes implicados.

## **2.2 Líneas de Intervención**

Líneas de Intervención para la promoción y educación para la salud que llevaremos en nuestro centro durante el curso 2015-2016, serán:

- Educación Socio-emocional.
- Estilos de Vida Saludable.
- Sexualidad y Relaciones Igualitarias.
- Prevención de Drogodependencias: Alcohol, Tabaco, Cannabis y otras Drogas

Aunque trabajaremos todas las líneas de intervención, nos centraremos y priorizaremos solo unos pocos contenidos y objetivos de cada una.

### 3. OBJETIVOS GENERALES

- Contribuir al desarrollo de competencias y capacidades que permitan al alumnado afrontar los riesgos para la salud más frecuentes en estas edades favoreciendo la elección de conductas saludables.
- Promover aptitudes que permitan tomar conciencia de las emociones propias y de los demás, así como aprender a regularlas, mediante estrategias que favorezcan el desarrollo personal y social.
- Desarrollar habilidades que potencien la autonomía emocional, una actitud positiva hacia uno mismo y hacia los demás, así como estrategias que permitan afrontar los retos de la vida de forma sana y equilibrada.
- Sensibilizar sobre la importancia de realizar actividad física y llevar una alimentación variada y equilibrada basada en la dieta mediterránea, haciendo especial énfasis en el aumento del consumo de frutas y hortalizas y en la disminución del consumo de bebidas azucaradas.
- Progresar en la adquisición de hábitos relacionados con el sentido vial (observación visual, auditiva, noción espacial, prudencia y pronta decisión...) utilizando adecuadamente y con sentido de la responsabilidad los transportes particulares y colectivos.
- Promover un conocimiento de la sexualidad como parte del desarrollo personal; las relaciones saludables, seguras y satisfactorias; la igualdad entre hombres y mujeres; la eliminación de comportamientos sexistas; y la prevención de los riesgos derivados como embarazos no planificados y de infecciones transmisibles sexualmente.
- Evitar el consumo y/o retrasar la edad de inicio de consumo de sustancias adictivas, incidiendo en los factores de riesgo y de protección que se relacionan con la probabilidad de uso de tabaco, de alcohol y de otras sustancias o conductas adictivas.



## HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

- Facilitar el intercambio, el diálogo y la discusión productiva entre los grupos de iguales, dotando de estrategias de difusión de las opiniones.
- Hacer partícipes a las familias fomentando su colaboración en la promoción de la salud y la prevención de adicciones.
- Mejorar el entorno del centro, en su dimensión física y social, mediante estrategias de estudio, valoración y actuación para la promoción de la salud y el bienestar general de la comunidad de cara a incrementar los activos que protegen y mejoran la salud de toda la comunidad educativa.

El objetivo último que persigue el programa Forma Joven en el Ámbito Educativo es capacitar al alumnado para la elección de conductas que favorezcan su salud y bienestar, mediante la adquisición de conocimientos y habilidades en cuestiones relacionadas con las competencias socio-emocionales, la alimentación y la actividad física, las relaciones saludables e igualitarias, el uso positivo de las tecnologías de la información y la comunicación y la prevención de drogodependencias: alcohol, tabaco, cannabis u otras sustancias adictivas.



## 4. PROGRAMAS DE ACTUACIÓN

### 4.1. Programa de Educación socioemocional

<p><b>Responsables</b></p> <p>Raquel Ibar Jiménez (coordinadora)</p> <p>Prácticas del CFGS de Integración social (colaboradoras)</p> <p><b>Participantes</b></p> <p>Alumnado de Primer curso de la ESO</p>
<p><b>Bloques temáticos</b></p> <p>Conciencia emocional</p>
<p><b>Objetivos</b></p> <p>Reconocer las propias emociones o atención a las mismas cuando se presentan, sabiendo reconocer los sentimientos y siendo consciente de ellos.</p> <p>Tener claridad en la percepción de nuestras emociones.</p> <p>Reconstruir las emociones, manejar y gestionar los sentimientos, disminuyendo la angustia, la ansiedad o la depresión.</p>
<p><b>Actividades</b></p> <p>Las diferencias individuales del alumnado del grupo</p> <p>Las habilidades personales y sociales del alumnado</p> <p>Las limitaciones propias de todo ser humano.</p> <p>El conocimiento de las emociones como un elemento integrante del ser humano y necesario para el desarrollo.</p> <p>La expresión de las emociones como elemento integrante y de desarrollo del ser humano.</p> <p>La ira y el manejo de los comportamientos que la provocan.</p> <p>Las diferentes opiniones ante un mismo hecho o circunstancia</p>
<p><b>Temporalización</b></p> <p>Segundo trimestre</p>
<p><b>Recursos materiales</b></p> <p>Fichas</p> <p>Películas</p> <p>Cuestionario de evaluación</p>





## 4.2 Programa de Estilos de vida Saludable

### Responsables:

Raquel Ibar Jiménez (coordinadora)

Emilia Fernández Fernández (responsable socio sanitaria)

Virginia Guerra Parrado (Presidenta de la AMPA y colaboradora)

### Participantes:

Alumnado de Primer y segundo curso de la ESO

Tutor de primero de la ESO

### Bloques temáticos:

Actividad Física

Dieta equilibrada

Prevención de accidentalidad

### Objetivos:

- Participar en el programa PIOBIN: Prevenir la obesidad y fomentar la actividad física
- Fomentar y concienciar de la importancia de una alimentación equilibrada y saludable.
- Prevenir los accidentes en el ámbito doméstico y fomentar la educación vial

### Actividades

- Realizar salidas con el alumnado, haciendo un registro de los pasos con un podómetro y utilizando la hoja de seguimiento para el mismo.
- Organizar un desayuno mediterráneo al ahora del recreo para los alumnos con el contenido de una buena alimentación equilibrada. Buscar proveedores de alimentos que quieran participar para darle contenido
- Talleres de actividad física.
- Talleres de alimentación saludable
- Contactar con la Policía Nacional de Tráfico para talleres de educación vial.
- Talleres de prevención de accidentes

### Temporalización

A lo largo del curso escolar

### Recursos materiales

Hoja de Adhesión al Programa PIOBIN

Registro actividad del alumnado

Podómetro

Diploma



### 4.3 Programa de sexualidad y relaciones igualitarias

**Responsables:**

Raquel Ibar Jiménez (coordinadora)

Emilia Fernández Fernández (responsable socio sanitaria)

**Participantes:**

Todo el alumnado de la ESO

**Bloques temáticos:**

Prácticas sexuales responsables y prevención de riesgos derivados

Relaciones igualitarias. Prevención de la violencia de género

**Objetivos:**

- Concienciar de la importancia de las prácticas sexuales responsables.
- Informar sobre los diferentes métodos anticonceptivos.
- Prevenir las enfermedades de transmisión sexual y los embarazos no deseados.
- Fomentar la corresponsabilidad de Hombres y mujeres en prácticas sexuales responsable, en la prevención de enfermedades de transmisión sexual y en los embarazos no deseados.
- Detectar situaciones de violencia y orientaciones sobre cómo actuar
- Igualdad entre mujeres y hombres. Roles y estereotipos.
- El amor romántico y las relaciones igualitarias de pareja.

**Actividades**

- Talleres de sexo seguro y prevención de enfermedades.
- Visita al centro de orientación sexual
- Asesoría y derivación de casos que lo requieran.
- Taller sobre violencia de género (Orientadora).

**Temporalización**

Relaciones igualitarias y violencia de Género en el primer trimestre

Prácticas sexuales responsables y prevención de riesgos en el segundo trimestre

**Recursos materiales**

Video fórum

Debates

Talleres



#### 4.4 Programa de prevención de drogodependencias

**Responsables:**

Raquel Ibar Jiménez (coordinadora)

Emilia Fernández Fernández (responsable socio sanitaria)

**Participantes:**

Todo el alumnado de la ESO

**Bloques temáticos:**

Hábitos que contribuyen a una vida sana

Consumo de Alcohol, Cannabis y Otras Drogas

Drogas: mitos y creencias

Prevención del Tabaquismo

**Objetivos:**

- Retrasar la edad de inicio del consumo de alcohol, tabaco, cannabis y otras sustancias adictivas.
- Evitar el consumo de sustancias psicoactivas.
- Potenciar factores de protección y reducir factores de riesgo.
- Generar aprendizajes que lleven a la formación de competencias que permitan al alumnado enfrentarse a situaciones de riesgo y de conflicto, plantear soluciones a situaciones adversas, asumir consecuencias y actuar con seguridad y autonomía.
- Fomentar estilos de vida saludables.

**Actividades:**

-Programa de juego de Llaves de Proyecto Hombre. Se realizarán actividades de este programa en las sesiones de tutoría.

-Se realizará 31 de Mayo del 2015 “Día Mundial sin Tabaco” un encuentro en el IES para es trabajar con los alumnos sobre la importancia de no fumar, ni realizar el inicio del hábito. Se realizará una Gymkhana.

- Taller para la prevención de consumo de alcohol por la Fundación Alcohol y Sociedad con 1 y 3 de la ESO.

**Temporalización**

Segundo y tercer trimestre

**Recursos materiales:**

Fichas de trabajo

## **5. ASESORÍA FORMA JOVEN**

Este curso 2015-2016 contaremos con la atención y colaboración de la trabajadora Social de nuestro distrito sanitario y con la colaboración de un médico residente, que además de llevar a cabo junto con la coordinadora los programas de actuación, también se ocupará de la asesoría para el alumnado que lo requiera. Los días de atención serán los jueves en la hora del recreo a demanda del alumnado previa cita a la coordinadora del Programa.

Será por tanto la coordinadora la que llevará a cabo el registro de citas del alumnado, también se encargará de difundir el Programa y la Asesoría a toda la Comunidad Educativa.

## **6. COORDINACIÓN**

Se llevarán reuniones de coordinación de la comisión del programa para el seguimiento y valoración del mismo y para coordinar las diferentes actuaciones del programa. Se realizará como mínimo una reunión mensual, coincidiendo con la reunión semanal de tutores. (Los lunes a segunda hora).

## **7. FORMACIÓN**

### **Jornadas Provinciales de carácter obligatorio:**

Objetivos:

- Propiciar un punto de encuentro para los docentes que desarrollan el programa Forma Joven en el Ámbito Educativo de la misma provincia, favoreciendo así el trabajo colaborativo.
- Orientar el Plan de Actuación de cada centro y la puesta en marcha del programa.
- Apoyar a los centros en el seguimiento y desarrollo de las propuestas de actuación.
- Facilitar las herramientas y los recursos didácticos para la promoción de la salud en el marco curricular.
- Generar un espacio de comunicación e intercambio de experiencias entre el profesorado participante.

Características:

- Dirigida al profesorado que coordina el programa en el centro desarrollando cualquiera de las líneas de intervención: Educación Socio-emocional, Estilos de Vida Saludable,

Sexualidad y Relaciones Igualitarias, Uso Positivo de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación, y Prevención de Drogodependencias: Alcohol, Tabaco, Cannabis y Otras Drogas.

- De carácter obligatorio para los coordinadores y las coordinadoras del programa Forma Joven en el ámbito educativo.
- Se celebrará una actividad formativa en cada provincia. En función del número de centros participantes se realizarán agrupamientos atendiendo a la ubicación geográfica de los mismos.
- La actividad formativa tendrá una duración de 8 horas distribuidas en dos sesiones de mañana que se celebrarán en el mes de noviembre y mayo respectivamente.

#### **De carácter voluntario:**

Dependiendo de la demanda de los centros educativos y de la programación de actuaciones formativas acordada por las comisiones técnicas provinciales de formación de este ámbito, se podrán ofertar: cursos on line, talleres o curso con seguimiento para la línea de educación socioemocional.

## **8. EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO**

### **Evaluación Inicial.**

Imprescindible para detectar las necesidades del centro con objeto de definir el proyecto de intervención para la promoción de la Salud, así como las líneas estratégicas de desarrollo. Se tendrá en cuenta el análisis del entorno, las características y necesidades del alumnado, los activos en salud propios del centro, la implicación de la familia, los recursos comunitarios disponibles, etc. Seguimiento del programa. Con objeto de reconducir las actuaciones o procesos de intervención adaptando el programa a las necesidades y recursos disponibles.

- Interna: por parte del profesorado participante y durante todo el curso escolar se realizarán las sesiones de valoración continua que se estimen necesarias para el óptimo desarrollo del programa en el centro.
- Externa: por parte de la persona que coordina el programa en el centro y a través del formulario de seguimiento alojado en el Sistema Séneca (durante el mes de febrero).

# HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

## Evaluación Final.

Al término del programa se realizará un análisis de la consecución de objetivos propuestos, dificultades encontradas y propuestas de mejora para el curso próximo.

- Interna: por parte del profesorado participante.
- Externa: por parte de la persona que coordina el programa en el centro y a través de la memoria de valoración alojada en el Sistema Séneca (a partir de la primera semana de junio y hasta el 31 de agosto).

