



samaniego.
centro concertado de enseñanza

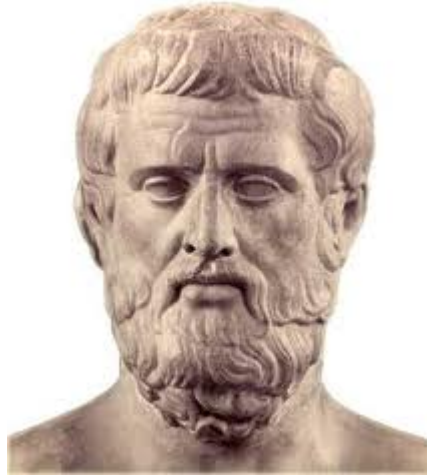
**COMPROMETIDOS CON
ESTILOS DE VIDA SALUDABLES**



Índice

- Introducción
- Objetivos
- Metodología
- Talleres
- Evaluación
- Resultados
- Conclusiones
- Agradecimientos

INTRODUCCIÓN



Decía Séneca:

“A veces no intentamos las cosas porque nos parecen difíciles, pero son difíciles porque no las intentamos”.

Equipo de trabajo:

“SANOTES MEJORABLES”

- Reuniones periódicas cada 15 días.
- Intercambio de ideas y propuestas vía e-mail y WhatsApp.



Eslogan:

“COMPROMETIDOS CON ESTILOS DE VIDA SALUDABLES”.

OBJETIVOS

- Formar AGENTES de SALUD.
- Fomentar ESTILOS DE VIDA SALUDABLES.
- Reforzar la adquisición de Competencias Básicas.

METODOLOGÍA

- Utilizar el trabajo en equipo como herramienta imprescindible para aprender a aprender.
- Dar protagonismo al alumnado.
- Utilizar las actividades complementarias y extraescolares para integrar nuestros objetivos saludables.

METODOLOGÍA

- El equipo de SANOTES ha tomado decisiones en base a criterios democráticos planificados trimestralmente:
 - Días mundiales para la OMS.
 - Charlas.
 - Actividades programadas en el Centro. Ejemplo: Semana de las Ciencias y de las Matemáticas.
 - Propuestas de los alumnos.



TALLERES

Música en el Recreo

El Aula de música ha permanecido abierta a disposición de los alumnos de 2º Ciclo de E.S.O. como un recurso frente al estrés y como herramienta para favorecer su autoestima.



“CORO SAMANIEGO”, que ha ido eligiendo las distintas melodías del resto de nuestras actividades saludables.

TALLERES

Ajedrez en el Recreo: “Aprende a pensar”

La S.E.N.: “UN CEREBRO SALUDABLE”.



“Tu cerebro es vida, cuídalo”.



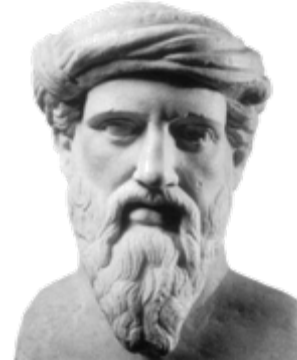
Sumar una actividad motora con otra mental:
Gymkana matemática
Olimpiada de química
Pruebas de ingenio: Juegos de NIM,
AJEDREZ

TALLERES

Fútbol en el Recreo

Decía Pitágoras:

“La música es para el alma, lo que la actividad física para el cuerpo”.



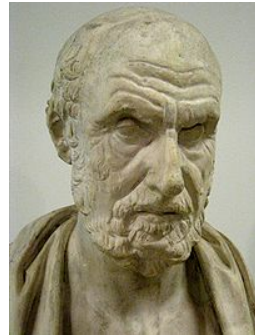
La S.E.N.: “La actividad física es el mejor antidepresivo y ansiolítico que existe”.

- Actividades deportivas extraescolares por la tarde: CEPAFD
- Torneos y competiciones.
- Senderismo.
- Descenso del Río Segura.
- Salidas varias.
- “SUPERVIVIENTES SALUDABLES”.



TALLERES

Desayuno Saludable



Decía Hipócrates:
“Que tu alimento sea tu medicina y
tu medicina tu alimento”.

Eslogan: **“Aprende a desayunar correctamente y mejorarán tus notas”.**



- Tour: “EL GUSTO ES NUESTRO”.
- Pabellón Gastronómico (Salón de Actos):”Stands saludables”: Bufets (160 personas).
- 14 de Noviembre: “DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES”.
- DIETA MEDITERRÁNEA:
“Un poco de todo y un mucho de nada
El placer de comer despacio, dormir la siesta, pasear y
bañarnos en las cálidas aguas del mar mediterráneo”.

TALLERES

Teatro Saludable

Gran estreno del musical

“LA DOCTORA JUGUETES EN EL PAÍS DEL RATÓN DON PÉREZ”.

- Intérpretes: Alumnos de 4º E.S.O. y C.A.E.
- Autora, montaje y dirección: Profesora Fuensanta Pravia Gómez.
- Público: Niños de Infantil 5 años.
- Objetivo: Promoción de higiene bucodental.



TALLERES

PREMIOS MAX SALUDABLES

- Mejor Mural por la Tolerancia: 3º/4º E.S.O. y C.A.E.
- Mejor Cartel contra la violencia de género: C.A.E.
- A las “Requete-reporteras” más saludables, por la mejor Entrevista en inglés y francés: 3º E.S.O.
- Mejor MÁSTER CHEF JUNIOR: Postre más saludable de Santo Tomás de Aquino: “Melón relleno de frutas”: 2º E.S.O.



- Al grupo de alumnos más implicado en el Proyecto: 4º de Diversificación.

TALLERES

Tolerancia, empatía y solidaridad

- Mejor Mural por la Tolerancia: 3º/4º E.S.O. y C.A.E.
- Mejor Cartel contra la violencia de género: C.A.E.
- A las “Requete-reporteras” más saludables, por la mejor Entrevista en inglés y francés: 3º E.S.O.
- Mejor MÁSTER CHEF JUNIOR: Postre más saludable de Santo Tomás de Aquino: “Melón relleno de frutas”: 2º E.S.O.
- Al grupo de alumnos más implicado en el Proyecto: 4º de Diversificación.

TALLERES

Tolerancia, empatía y solidaridad

- Aula Hospitalaria de Atención Educativa del Hospital Virgen de la Arrixaca de Murcia.



TALLERES

Tolerancia, empatía y solidaridad



TALLERES

Tolerancia, empatía y solidaridad

- Donaciones varias al COMEDOR SOCIAL DE ALCANTARILLA.
- Jornada de “Acompañamiento a nuestros Mayores”: “Pero que no estamos solos”.
- AFADE.

**Los Mayores de AFADE
estamos impacientes,
sin sosiego,
esperando con esmero,
la visita de los alumnos de
Samaniego.**



EVALUACIÓN

- Creado un equipo de trabajo:
“SANOTES MEJORABLES”.
- Utilizado Los recursos materiales previstos.
- Cuestionario sobre hábitos saludables.

RESULTADOS Y CONCLUSIONES

RESULTADOS

- Alta implicación del Equipo Directivo / Profesorado / AMPA / Alumnos / Personal no docente.
- Ambiente de trabajo más positivo.
- Familias enriquecidas por la experiencia integradora.
- Alumnos fortalecidos en su desarrollo personal: solidaridad, tolerancia, trabajo en equipo, pertenencia a un grupo, compañerismo...
- Grupo de Montañismo / Senderismo (Profesores, alumnos y familias).

CONCLUSIONES

- Promocionar Salud es “REQUETESALUDABLE”.

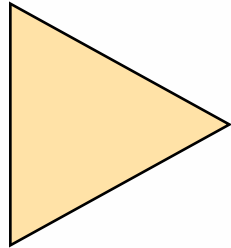
AGRADECIMIENTOS

- A.E.C.C.: Doctor Don Agustín Navarrete.
- A.F.A.D.E.
- A.M.P.A.
- Atención Primaria de Salud.
- Ayuntamiento de Alcantarilla.
- Comunidad Autónoma: Doña Cristina Garvia (Jefa de la Unidad de Coordinación de Violencia contra la Mujer de la Delegación del Gobierno).
- Equipo Directivo Samaniego.
- Comedor Social de Alcantarilla.
- Cruz Roja.
- O.N.C.E.
- Doctor Don Gonzalo Pagan Acosta (Jefe de la Unidad de Trastornos del Comportamiento Alimentario del Hospital Reina Sofía de Murcia).
- Don José Antonio Caride Griñan (Farmacéutico jubilado de Alcantarilla).
- Promoción C.A.E. 2014/2015.

AGRADECIMIENTOS

- A todos los profesores del CES Samaniego que han participado en éste Proyecto:

- Sara Alfonso.
- Javier Bermejo.
- Isidro Carrillo.
- Fernando Domínguez.
- Conchi Espejo.
- Roberto Franco.
- Lydia Gabaldón.
- Encarnación García.
- Román González.
- María Jesús López.
- Irene Manresa.
- Juan Martínez.
- Jesús Menor.
- Eulalia Reyes.
- Pablo Riquelme.
- Juan Rosell.
- Javier Vila.



Gracias.