

PROYECTO CUÍDATE

1. DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO.

Es preciso conocer las motivaciones que mueven al profesorado del IES Fernández Santana de los Santos de Maimona, para el desarrollo de este proyecto.

1.1. ANÁLISIS DE MEJORA O MOTIVACIONES PARA IMPLANTAR EL PROYECTO.

Uno de los grandes retos educativos a nivel nacional es mejorar la calidad de vida de los ciudadanos, a todos los niveles (físico, psíquico y social). En Extremadura están incrementándose muchas patologías asociadas a estilos de vida poco saludables: obesidad, diabetes, hipertensión, depresión, trastornos de la alimentación, alergias. Esto también ocurre en nuestro centro donde tenemos alumnado con muchas de estas patologías. Se trata de un problema muy difícil de abordar, porque afecta a múltiples sectores: alumnos, padres, profesores, administraciones, mass media, etcétera. A pesar de los muchos esfuerzos que se hacen, la realidad es que existe una descoordinación entre los sectores implicados y numerosas veces en lugar de trabajar conjuntamente, estos se culpabilizan mutuamente.

Un grupo de profesores del IES Fernández Santana pensamos que nuestra comunidad se merece un modelo educativo creativo, que facilite que cada alumno se responsabilice de su cuerpo (de su salud) y desarrolle competencias para la vida, aprendiendo a crear, transformar o añadir a su realidad nuevos valores. La importancia de proteger la salud durante la infancia y la adolescencia está en reforzar los cimientos de la salud en la edad adulta. Esto evidencia la necesidad de la adquisición de hábitos saludables.

Los profesores somos uno de los agentes de cambio más potentes de la sociedad; no sólo de forma directa mediante la educación de nuestros alumnos, sino también por las dinámicas y sinergias que podemos hacer funcionar en nuestros entornos a través de las diferentes relaciones que se establecen entre la propia comunidad educativa (alumnos, profesores, personal no docente, padres) y el entorno (administraciones, empresas, asociaciones, mass media).

El profesor ha de convertirse en guía de ese aprendizaje en hábitos saludables (cuidando la integridad del alumnado: su físico, psíquico y su componente social) y ha de hacerlo de manera multidisciplinar, es decir, cada asignatura o módulo formativo de los diferentes niveles educativos de nuestro instituto (ESO, Bachillerato, FP básica, FP de grado medio y superior) ha de interaccionar con otras disciplinas y con el entorno y la realidad del alumno. En otras palabras, pretendemos optar por la aplicación de Metodologías Activas en el aula, de manera que se integre el Aprendizaje Cooperativo y la Inteligencia Emocional. Para ello se hace obligatorio que el alumnado sea responsable y protagonista de su aprendizaje.

Pretendemos aunar el trabajo de los profesores en el proceso de implantación de diversas experiencias diseñadas desde la pedagogía activa para la mejora de las siguientes **necesidades** que se dan **en el centro** cuando se aplican metodologías tradicionales de instrucción directa:

- Alumnado con rol pasivo, mero receptor de la información transmitida por los docentes, lo que no favorece la adquisición de competencias ni su autonomía personal.
- Aprendizaje individual en lugar de colaborativo.
- Desconexión educativa de la faceta social y emocional del alumnado, lo que dificulta su inclusión y su autoestima.
- Dificultades de atención a la diversidad del alumnado en el aula.
- Trabajo rutinario, desmotivante para alumnos y profesores.
- Falta de conexión entre los contenidos curriculares que aprenden y la aplicación de estos en el mundo real.
- Se estudia para superar una prueba o examen y no para adquirir conocimientos duraderos, esto hace que rápidamente se olviden los contenidos parcialmente adquiridos.
- Escaso uso de las tecnologías y otros medios que podrían potenciar el aprendizaje y hacerlo significativo.
- Dificultad del alumnado para expresarse oralmente y por escrito, necesitan practicar la empatía, asertividad, escucha activa.

2. CARÁCTER INNOVADOR DEL PROYECTO.

Este proyecto es innovador porque la implantación de metodologías activas es en sí una innovación. Apostamos por las metodologías activas porque ayudan a la transformación del aprendizaje, pueden integrarse unas con otras y son fácilmente combinables con el uso de las TIC. Con ello queremos favorecer la generación de conocimiento y el aprendizaje autónomo del alumnado, aumentando su motivación, pasando a ser protagonista de su propio aprendizaje y responsable de sus acciones y de su cuerpo (de su salud).

Muchas de las metodologías activas que proponemos surgieron hace tiempo (Aprendizaje por Proyectos, ABP, Trabajo Cooperativo o APS), otras son más novedosas (gamificación, Flipped Classroom) pero todas ellas son minoría (frente a las tradicionales) en nuestra región y en nuestro centro educativo.

Emplearemos las herramientas TIC, estas nos ayudarán en las diferentes facetas del proyecto, en especial las funcionalidades que ofrece GAFE (Google Apps For Education), de la que existe un dominio en el centro y que emplearemos para:

- Contactar con los alumnos: Google Classroom, Gmail, Google Suite.
- Desarrollar la organización y coordinación del presente proyecto: Carpeta de Google Drive compartida, grupo de WhatsApp, lista de distribución de correo o Google Calendar.

- Generar materiales: Documentos de google, Picktochart (infografías y posters), kahoot, entre otros.
- Difusión: Redes sociales (Twitter, Facebook o Instagram), revistas y periódicos digitales, web, app del instituto y la plataforma educativa Rayuela.

Se pretende que el aula se convierta en un espacio abierto, para así conectar “los mundos” de nuestros alumnos (educativo, familiar, social), podemos decir que socializamos el aula para que los aprendizajes además de significativos, sean aplicables en el contexto real de su día a día. Para ello se establecen tres tipos de movimientos necesarios:

- Uno en el propio aula, centrado en el aprendizaje colaborativo, donde los alumnos trabajan asociados en pequeños grupos, los cuales les proporcionan un marco de trabajo, de diálogo y de cooperación.
- Otro hacia el interior del aula, para constituir "comunidad de aprendizaje" a partir de la participación de agentes externos en el proceso de aprendizaje (expertos, padres y madres, otros docentes, otros miembros de la comunidad educativa, empresas e instituciones, administraciones locales o profesionales de la comunicación).
- Y un movimiento hacia el exterior del aula, para la difusión de los conocimientos, el desarrollo de propuestas de investigación, aprendizaje servicio (APS) o el emprendimiento, en colaboración con otras instituciones de forma que además de en los alumnos haya un impacto en la sociedad (en el propio centro, la familia, el pueblo, la región, el país).

2.1. LÍNEA PRIORITARIA EN LA QUE SE ENMARCA EL PROYECTO DE INNOVACIÓN.

La línea prioritaria de este proyecto es la de las pedagogías activas, aunque con la implantación de estas en el centro, como se ha comentado en el documento, se desarrollan otras competencias muy necesarias para los ciudadanos en el mundo actual:

- Autoconfianza, que incluye aspectos como: seguridad en sí mismo, autoconocimiento, autoevaluación, autocontrol y respuesta a situaciones adversas.
- Comunicación, que engloba: comprensión y expresión, oral y escrita; comunicación no verbal.
- Cumplimiento de normas y tareas, que hacen necesario conocer: normas, tareas y elementos jerárquicos.
- Interés por aprender, que hace necesario: la motivación y la capacidad de aprendizaje.
- Orientación al logro, que busca: motivación, asunción de retos y constancia.
- Gestión de tiempo, que obliga a tener: autonomía, planificación y priorización de tareas, así como evitar la procrastinación.
- Habilidades profesionales que incluyen: trabajo en equipo; administración y gestión de recursos; pensamiento creativo y solución de problemas; autodesarrollo y conductas positivas en la actividad a desarrollar.

- Competencia social y emocional, que facilita el autocontrol de las emociones y la relación con otras personas.
- Responsabilidad sobre nuestro propio cuerpo, ya que los hábitos (saludables o no) condicionan en gran medida el estado de salud.

3. PLAN DE ACTUACIÓN.

Debemos fijar unos objetivos que sean reales o alcanzables, con los recursos disponibles.

3.1. OBJETIVOS:

El **objetivo principal** es contribuir al desarrollo óptimo del alumnado, mediante la promoción de un estado de salud adecuado que consiga elevar el nivel de bienestar y calidad de vida de la población adolescente.

Se describen a continuación **otros objetivos** y el proceso de trabajo para alcanzarlos:

- Introducir Metodologías Activas en el aula, intentando que cada docente implicado en el proyecto tenga, al menos, una experiencia de éxito en el presente curso. La metodología empleada quedará a criterio del profesor, eligiendo aquella que le sea más útil o con la que más seguro se sienta: Trabajo Cooperativo, Aprendizaje Basado en Problemas, Aprendizaje Basado en Proyectos, Gamificación, Flipped Classroom, Aprendizaje Servicio, Comunidades educativas, etcétera. Para ello, se debe redefinir el proceso de enseñanza-aprendizaje, tanto en los roles, como en las dinámicas del aula y los espacios utilizados, atendiendo a los aspectos que son propios de las Metodologías Activas:
 - El alumno toma la responsabilidad de su aprendizaje y se convierte en el protagonista de éste (ganando por tanto en autonomía), desarrollando habilidades de búsqueda, selección, análisis y evaluación que le permitan construir conocimiento, desarrollar habilidades y adquirir las competencias básicas del currículo oficial.
 - El docente planifica y diseña las distintas situaciones de aprendizaje, a través de espacios, materiales, actividades y estrategias que permitan la construcción del conocimiento de los estudiantes y del desarrollo de las competencias básicas. Será guía y mediador, por lo que debe conocer las debilidades, fortalezas e intereses de cada alumno y del grupo, y cuya función principal será “enseñar a aprender”.
 - El aprendizaje se entiende como una experiencia de socialización, tanto en sus objetivos (aprendemos a ser miembros activos de una comunidad) como en la forma de aprender (a través de la interacción con otros: docentes, discentes o agentes externos).
- Atender la diversidad y respetar los distintos ritmos y formas de aprendizaje, de manera que se contemplen las diferencias desde la igualdad de oportunidades y resultados y se atienda a las inteligencias múltiples.
- Diversificar los elementos que entran en juego en el proceso de Enseñanza-Aprendizaje:

- Actividades. Tener un amplio abanico de actividades que permitan al alumnado enfrentarse a diferentes situaciones y contextos que le supongan un reto motivante y que permitan la transferencia y generalización de conocimientos y aprendizajes de unas áreas a otras.
- Herramientas. Utilizar distintos dispositivos electrónicos (ordenador, tablets, móviles, calculadoras), programas y aplicaciones TIC.
- Espacios. Utilizar espacios alternativos tanto en el propio centro (biblioteca, laboratorios, pistas deportivas), como fuera de este (biblioteca municipal, auditorio, empresas, museos, ayuntamiento) fomentando relaciones con el entorno.
- Materiales. Crear nuestros propios materiales y productos (barajas de cartas, tableros de juegos, productos de los proyectos) tratando de utilizar materiales reciclados y reduciendo el consumo de los que causan mayor impacto para concienciar en el respeto al medio ambiente y su entorno natural.
- Mejorar el proceso de evaluación de los alumnos, de la función docente y del propio proceso educativo, introduciendo diferentes perspectivas (heteroevaluación, coevaluación, autoevaluación), diversificando los instrumentos (rúbricas, entrevistas, exposiciones orales, portafolios) y adecuándolo a los estándares y/o resultados de aprendizaje.
- Educar emocionalmente a nuestro alumnado, para que pueda gestionar eficazmente sus emociones y ponerlas a trabajar en su propio proceso de aprendizaje.
- Construir un aprendizaje que atienda a las inteligencias múltiples del alumnado (lingüístico-verbal, lógico-matemática, visual-espacial, musical, corporal-kinestésica, intrapersonal, interpersonal y naturalista) ofreciendo la posibilidad de poder desplegarlas con la máxima flexibilidad y eficacia en el desempeño de las distintas funciones que requiere el aprendizaje y en la adquisición de las competencias básicas.
- Dotar a los alumnos de técnicas y rutinas de estudio y trabajo que les ayuden en el proceso de aprender.
- Aumentar la comunicación de todos los responsables en la educación del alumnado: profesores, personal no docente, padres, representantes de la localidad,... y los propios alumnos/as.
- Favorecer el trabajo multidisciplinar de los docentes del centro educativo, para trabajar contenidos desde diferentes asignaturas o módulos formativos.
- Compartir e intercambiar experiencias, reflexiones y materiales generados con docentes de otros centros, a fin de crear sinergias que permitan replicar las buenas prácticas y enriquecerlas mediante el trabajo en red.

3.2. IMPLICACIÓN CURRICULAR.

En la **programación general anual** se detallan múltiples aspectos en consonancia con los que se pretenden en el presente proyecto. Mencionamos los más importantes:

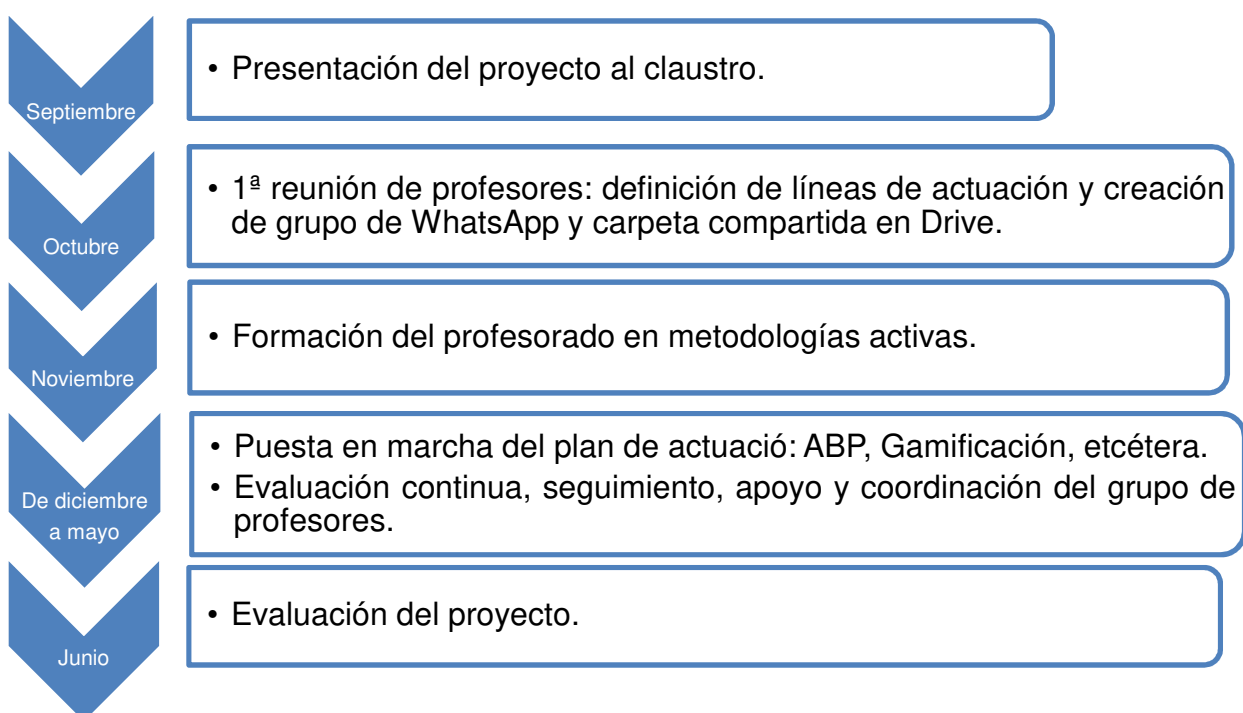
- Continuar con el fomento del uso de Rayuela como vía de comunicación entre los distintos miembros de la comunidad educativa.
- Fomentar la cooperación entre el profesorado y la realización de actividades multidisciplinares.
- Fomentar la formación del profesorado en metodologías innovadoras.
- Apoyar y animar la implantación de metodologías activas que repercutan en un proceso de aprendizaje en el que el alumno sea más protagonista.
- Generar un banco de materiales y recursos a disposición del profesorado en diferentes cursos.
- Mejora de los equipos informáticos y mayor empleo de estos por parte del alumnado para adquirir la competencia digital y ayudar a potenciar las demás competencias.

El proyecto “Cuídate” engloba a todos los **niveles educativos** que se imparten en el IES Fernández Santana: ESO, Bachillerato, FP básica, FP de grado medio y FP de grado superior.

Se trabajaran contenidos curriculares propios de los **cursos implicados** (elegidos por los profesores participantes en función de sus grupos de alumnos) desde el punto de vista de la salud del alumnado, atendiendo a su integridad, es decir a todas sus dimensiones personales.

Los **materiales curriculares** serán definidos por cada profesor en cada una de las situaciones de aprendizaje que se diseñen. Además de los preceptivos que marca la ley, los profesores tratarán de que se aborde también la dimensión social y emocional del alumnado, así como el manejo de las herramientas TIC.

La **temporalización** programada para la realización del proyecto se indica a continuación:



3.3. METODOLOGÍAS.

Como se ha comentado anteriormente, el objetivo prioritario en cuanto a metodologías activas, es que cada profesor/a implicado tenga, al menos, una experiencia en la puesta en marcha de una situación de aprendizaje diseñada con una metodología activa. Lo ideal, además es que ésta sea exitosa, para que anime al docente y a su alumnado a seguir trabajando en esta dirección.

Es imprescindible que el docente tenga cierta formación en la metodología a emplear y que conozca algunas experiencias; en este sentido, parte del profesorado ha realizado cursos presenciales, MOOCs o están documentándose al respecto. Los profesores con más recorrido en este campo, diseñarán acciones formativas a modo de ejemplo para los demás, y compartirán sus experiencias previas.

Se creará una carpeta de Drive en la que iremos compartiendo:

- Documentos con apartados para: las propuestas de los profesores, la petición de ayuda a otros docentes para ponerla en práctica y los compañeros que deseen colaborar.
- Banco de páginas Web, aplicaciones y otros recursos que puedan potenciar nuestras propuestas didácticas.
- Material formativo (vídeos, enlaces, presentaciones, artículos) en diferentes metodologías
- Materiales que se generen en cada una de las propuestas, de forma que puedan ser revisados, mejorados y reutilizados en otras actividades o en próximos cursos.
- Actividades o proyectos interesantes que encontremos en la red y que puedan ser adaptados o servir de ejemplo para otros compañeros.

Además de usar un grupo mensajería (Gmail, Rayuela), se creará un grupo de WhatsApp para que la comunicación sea más fluida.

El grupo se reunirá al menos una vez al mes para coordinarse y/o formarse, así como para revisar el funcionamiento, evaluar los pasos dados y planificar los que quedan.

3.4. ACTIVIDADES A DESARROLLAR.

Cada profesor diseñara o colaborará en una o varias situaciones de aprendizaje desde su asignatura o módulo formativo, atendiendo a que en cada una de ellas el alumno tome un papel activo, y que desarrolle habilidades de búsqueda, selección, análisis y evaluación que le permitan construir conocimiento, desarrollar habilidades y adquirir las competencias básicas del currículo oficial. Aunque muchas de las actividades aún no se han diseñado, otras ya están parcialmente definidas; las describimos aquí, de forma breve y a modo de ejemplo:

- Mensajes a lo largo del curso escolar dirigidos a la comunidad educativa: docentes, padres y alumnos empleando la plataforma Rayuela (por parte del profesorado) “Importancia del desayuno”, acompañado de enlace a vídeo corto (realizado por alumnos): Metodología

Aprendizaje basado en proyectos. Los cursos de la ESO y departamentos implicados aún por determinar.

- Trimestralmente se elaborará una “Base Mural” con temática saludable que invita a ser completado por la comunidad educativa (alumnos, profesores, personal no docente o padres): Metodología ABP. Los cursos de la ESO y departamentos implicados aún por determinar.
- Análisis de noticias de actualidad por parte del alumnado de FP de grado medio y superior, donde se detecten problemas relacionados con hábitos no deseables e investiguen cómo corregirlos para dar pautas de educación saludable a cursos de la ESO (en sesiones de 10 minutos); Departamento de Sanidad; trabajo cooperativo de APS (los cursos aún por determinar).
- Ruta cultural y solidaria en bicicleta por la vía de la plata, para educar en valores y temas transversales: educación ambiental o educación para la salud y enseñar a los alumnos, unificando contenidos de diferentes áreas (Ciencias Naturales, Historia, Educación Física, Geografía), pedaleando sobre la columna vertebral de Extremadura: alumnado de 1º de Bachillerato; Departamento de educación física.
- Creación de “tarteras individualizadas”, como alternativa al plástico y al papel de plata, para traer la merienda al centro educativo. trabajo cooperativo de APS (los cursos aún por determinar).

3.5. USO DE TECNOLOGÍAS EDUCATIVAS.

Como se ha comentado en puntos anteriores, se utilizarán las tecnologías informáticas para la organización y comunicación del propio grupo de profesores participantes en el proyecto y del profesor con el alumnado. También en cada una de las asignaturas/módulos, se emplearán diferentes páginas y aplicaciones específicas que permitirán potenciar las situaciones de aprendizaje y conseguir así mayor calidad, estética y difusión, tanto en el entorno escolar como en el ciudadano.

3.6. IMPACTO Y DIFUSIÓN.

Es importante que los proyectos y sus resultados se muestren dentro del aula, pero además, deben mostrarse a una audiencia global, de forma que se puedan relacionar contenidos diversos trabajados desde diferentes materias en entornos reales: otros profesores y alumnos/as del centro educativo (o de otros centros), los expertos que ayudaron en la investigación, el barrio o pueblo para el que se desarrolla el producto, las familias, etcétera.

Difundir el proyecto, con sus éxitos y fracasos, puede tener un gran impacto en nuestro alumnado, que lo sentirán como suyo, lo valoran, se motivan,... También para nuestro entorno, animando a otros docentes a cambiar la metodología del aula para hacer el proceso de

aprendizaje más efectivo y satisfactorio para todos. Para dar difusión a las actividades del proceso podrán emplearse múltiples vías:

- Exposiciones orales a otras clases del centro, a familias u otras instituciones.
- Vídeos explicativos o fotos que se difundan por redes sociales (youtube, Instagram, twitter, Facebook). En este sentido siempre se usarán cuentas seguras de educarex para el alumnado y se contará con las autorizaciones pertinentes.
- Página web y aplicación móvil del centro.
- Exposiciones de los productos finales de los proyectos en el instituto u otros lugares (ayuntamiento, biblioteca, museo municipal).
- Notas de prensa (periódicos digitales y gacetas locales).

4. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN.

Realizar una planificación temporal, marcar etapas y fijar hitos con fechas aproximadas (se hará de forma compartida en google calendar).

Se harán reuniones periódicas en las que se revisará el punto en el que se encuentra cada una de las actividades de los proyectos, qué se ha hecho (valorando éxitos y fracasos) y que queda por hacer. Se incluirá un análisis DAFO: para conocer las debilidades y amenazas de nuestros proyectos y así poder minimizarlos, o mejor aún, evitarlos; y también poder prever las fortalezas y oportunidades del mismo, con el objeto de potenciarlas al máximo.

Utilizar rúbricas de evaluación tanto a los profesores como a los alumnos implicados mediante un formulario de google (niveles de satisfacción, aprendizaje de contenidos, aprendizaje de habilidades) y extraer conclusiones que puedan enriquecer nuestra tarea.

Recoger evidencias (materiales didácticos generados, productos, fotos, vídeos) que supongan una muestra del trabajo realizado (se incorporarán a la memoria final) y que puedan ser analizados para: potenciar los aspectos positivos y plantear posibles mejoras para sucesivos cursos, de esta forma servirán de muestra para otros compañeros y/o centros para ser replicados y ampliados o mejorados.

4.1. PLAN DE EVALUACIÓN.

Desde cada una de los módulos formativos o asignaturas se evaluará cada una de las situaciones de aprendizaje de la forma que en su diseño se establezca, utilizando herramientas lo más diversas posibles (pruebas, exposiciones orales, formularios, rúbricas de evaluación, portfolio, productos intermedios y finales). Para ello se seleccionarán los resultados de aprendizaje o estándares de aprendizaje que serán abordados y estos se relacionarán con las competencias que se desean desarrollar. Se tendrá en cuenta que la evaluación debe ser inicial, continua, formativa e integradora.

Además de evaluar lo curricular, es imprescindible ver el impacto que cada situación de aprendizaje tiene en nuestros alumnos/as. Para ello se pasarán test de satisfacción y se trabajará (de forma oral o escrita) el aprendizaje, haciéndoles reflexionar acerca de los aprendizajes que van adquiriendo tanto en lo académico como en habilidades y competencias.

La mayor motivación por parte del alumnado y del profesorado pretendemos que tenga una correlación directa con la convivencia saludable en el centro y hacerlo un lugar que acoja a todos los individuos, que promueva la igualdad y al que guste asistir. Podremos comprobar si el ambiente del centro ha mejorado con datos cualitativos y cuantitativos (como las incidencias en clase o niveles de absentismo).

También queremos que este proyecto tenga, a corto plazo, relación con la mejora y adquisición de hábitos saludables en nuestro alumnado y entorno próximo; a largo plazo, estos hábitos saludables deben mejorar la salud de la comunidad. Podremos comprobar (a lo largo de los años) si el número de patologías ha disminuido.

Haremos una recopilación de noticias, notas de prensa, publicaciones, que muestren el impacto que ha tenido nuestra labor en la sociedad.

El impacto en la labor docente también debe evaluarse, como se ha dicho anteriormente, en cada una de las reuniones mediante la puesta en común y reflexión de los pasos dados y el análisis de éxitos-fracasos, así como mediante un formulario de google en la que se valorarán los diferentes aspectos del proyecto (satisfacción en los resultados y en la labor docente, aspectos a mejorar, impacto conseguido en alumnos, compañeros y entorno).

5. PREVISIÓN DE RESULTADOS.

Se pretende que el alumnado, además de adquirir los contenidos curriculares, desarrolle competencias clave y trabaje las inteligencias múltiples; que adquiera hábitos saludables y se responsabilice de su salud, conociendo que esta se relaciona de forma directa con su modo de actuar o proceder en todas sus dimensiones como persona.

Se espera que a final de curso todos los profesores implicados tengan, al menos, una experiencia de situación de aprendizaje diseñada con metodologías activas de forma exitosa, de manera que esto incida en una mayor motivación del alumnado (y del profesor) frente a la asignatura o módulo formativo.