

## A LO LARGO DEL CURSO:

- Gabinete de asesoramiento: Formado por la responsable de la coordinación del centro de salud de Bornos.

## ACTIVIDADES CONCEPTUALES:

- 1º CICLO ESO: Educación Postural, dieta equilibrada y hábitos saludables.

- 2º CICLO ESO: Malos hábitos para la salud y sus efectos (tabaco, alcohol, malos hábitos posturales y sedentarismo).

- BACHILLERATO: Concepto de diferentes patologías y prescripción del tipo de ejercicio ante la misma. Prevención de lesiones y enfermedades y Primeros Auxilios.

En todos los cursos: Análisis de artículos de salud y comentarios sobre los mismos. Hábitos perjudiciales para la salud, patologías como consecuencia de malos hábitos, consejos útiles, etc.

## MES DE LA SALUD

**ORGANIZA Y COORDINA el IES El Convento: PARTICIPANTES DEL PROGRAMA FORMA JOVEN y Departamentos de Orientación, Matemáticas, Física-Química, Ciencias de la Naturaleza, Inglés, Francés y Educación Física.**

## **COLABORAN:**

- AMPA *El Claustro del Convento*.
- Centro de Tratamiento Ambulatorio de Villamartín.
- Centro de Salud de Bornos.
- Club Deportivo de Vela Lago de Bornos.
- Federación Andaluza de Vela.
- Gimnasio Kurara Dojo de Bornos.
- Granja Madrigueras S.L. de Algodonales.
- CEIP San Fernando de Bornos
- CEIP San Juan Ribera de Bornos.
- CEIP San Isidro Labrador de Coto de Bornos.
- Dña. Paqui Astacio Gutiérrez. Técnica en Bailes y Danzas.



Imagen obtenida de [elcuerpo.es](http://elcuerpo.es)

## **I MES DE LA SALUD**



Imagen obtenida de [dreamstime.com](http://dreamstime.com)

Del 6 de abril al 18 de mayo de 2015

## **LUNES, 6 de abril:**

- 9-10 h.: Taller de Educación Nutricional. Dña. Encarnación. Enfermera del Centro de Salud de Bornos. 3º de E.S.O. B.

## **MIÉRCOLES 8 de abril:**

- 12,30-14,30 h.: Recreación histórica. 4º, 1 BACH, 19 alumnos/as de 2º Bach. A. Actividad subvencionada por completo por el AMPA *El Claustro del Convento*.

## **MIÉRCOLES y JUEVES, 8-9 de abril:**

- 9,00-10,30 h: Elaboración de Quesos. Duración 1,30 h. 3º ESO. Coordinado por los Departamentos de Matemáticas, Física-Química y Ciencias de la Naturaleza.

## **VIERNES, 10 de abril:**

- 9,00-10,00: Los efectos de las drogas en el cerebro. D. Pedro Seijo Ceballos. Dr. y Director del Centro de Tratamiento Ambulatorio de Villamartín. PCPI y FPB.

- 13,30-14,30 h.: Taller de Educación Nutricional. Dña. Encarnación. Enfermera del Centro de Salud de Bornos. 3º de E.S.O. A.

## **LUNES, 13 de abril:**

- 13,30-14,30 h.: Taller de Educación Nutricional. Dña. Encarnación. Enfermera del Centro de Salud de Bornos. 3º de E.S.O. C.

## **MARTES 14 de abril:**

- 11,00-11,30 h.: ¡Baila Aerobic- Zumba! Dirigido a todo el alumnado motivado.
- 11,30-12,00 h: Baila Zumba! Dña. Paqui Astacio Gutiérrez. Técnica de Bailes y Danzas. 2º E.S.O. A



### **MIÉRCOLES, 15 de abril:**

- 8,00-9,00 h.: Técnica de Relajación Progresiva de Jacobson. 1º Bach. Tecn. Departamento de Educación Física.
- 10,30-11,30 h.: Elaboración y degustación de productos ingleses. 3º ESO. Coordinado por el Departamento de Inglés.
- 10,30-11,30 h.: Elaboración y degustación de productos franceses. 4º ESO. Departamento de Francés.

### **JUEVES 16 de abril:**

- 12,30-13,30 h.: Técnica de Relajación Progresiva de Jacobson. 1º Bach. Hum. B. Departamento de Educación Física.
- 13,30-14,30 h.: Técnica de Relajación Progresiva de Jacobson. 1º Bach. Hum. B. Departamento de Educación Física.

### **LUNES, 20 de abril:**

- 12,30-14,30 h.: Visita y Práctica de Fitness en el Gimnasio *Kurara Dojo* de Bornos. 4º E.S.O. B

### **MIÉRCOLES, 22 de abril:**

- 8,00-10,00 h: Visita y Práctica de Fitness en el Gimnasio *Kurara Dojo* de Bornos. 1º Bach. TECN.
- 10,00-11,00 h: Trastornos alimentarios, cómo y cuándo detectar que tienes un problema. Dra. Mª José Gallego Aguilar. Centro de Salud de Bornos. 3º E.S.O. B
- 11,00-11,30 h.: Exhibición de deportes de combate desarrollado por deportistas del Gimnasio *Kurara Dojo*.

### **JUEVES, 23 abril:**

- 12,30-14,30 h.: Visita y Práctica de Fitness en el Gimnasio *Kurara Dojo* de Bornos. 1º Bach. HUM. A-B.

### **VIERNES, 24 de abril:**

- 9,00-10,00 h.: Los efectos de las drogas en el cerebro. D. Pedro Seijo Ceballos. Dr. y Director del Centro de Tratamiento Ambulatorio de Villamartín. Nivel 1º Bachillerato.
- 10,00-11,00 h: Un mal fácil de corregir: Educación Postural. D. Juan Carrero Jiménez. Fisioterapeuta Titular del Área Sanitaria de Villamartín. 3º E.S.O. A-B-C
- 11,30-12,30 h: Trastornos alimentarios: cómo y cuándo detectar que tienes un problema. Dra. Mª José Gallego Aguilar. Centro de Salud de Bornos. 3º E.S.O. A-C

### **LUNES, 27 de abril:**

- 12,30-14,30 h.: Visita y Práctica de Fitness en el Gimnasio *Kurara Dojo* de Bornos. 4º E.S.O. A

### **MIÉRCOLES, 29 de abril:**

- 8,00-9,00 h.: Técnica de Relajación: Masaje Relajante. 1º Bach. Tecn. Departamento de Educación Física.

### **JUEVES, 30 de abril:**

- 12,30-13,30 h.: Técnica de Relajación: Masaje Relajante. 1º Bach. B. Departamento de Educación Física.

- 13,30-14,30 h.: Técnica de Relajación: Masaje Relajante. 1º Bach. A. Departamento de Educación Física.

### **MIÉRCOLES, 6 de mayo:**

- 11,30-14,30 h.: Yincana Saludable: 1º ESO- Colegios de Educación Primaria San Fernando y San Juan Ribera de Bornos y San Isidro Labrador de Coto de Bornos

### **VIERNES, 8 de mayo:**

- 10,00-11,00 h: Obesidad infantil y/o Alergias Alimentarias. Dra. Mª José Gallego Aguilar. 2º E.S.O. A-C.

### **VIERNES, 15 de mayo:**

- 10,00-11,00 h: Obesidad infantil y/o Alergias Alimentarias. Dra. Mª José Gallego Aguilar. Centro de Salud de Bornos. 2º E.S.O. B-D.

### **ACTIVIDADES AUDIOVISUALES CON TEMÁTICA SALUD:**

- CURSOS: 1º de la E.S.O. Película: Soul Surfer (106 minutos)
- CURSOS: 2º de la E.S.O. Película: Soul Surfer (106 minutos)
- CURSOS: 3º de la E.S.O. Película-Documental: Super Size Me (100 minutos)
- CURSOS: 4º de la E.S.O. Película-Documental: EL Deporte para un Cerebro más Sano (29 min.)
- CURSOS: PCPI y FPB Película-Documental: Super Size Me (100 minutos)

### **PONENCIAS-CHARLAS SOBRE LA PREVENCIÓN DE LA DROGADICCIÓN:**

- Efectos negativos de las drogas I. 1º-2º E.S.O.
- Efectos negativos de las drogas II: Mitos y Realidades. 3º de E.S.O.
- ¿De qué van la drogas? ¿De qué van los jóvenes? 3º-4º E.S.O.

### **ACTIVIDADES**

#### **COMPLEMENTARIAS:**

- 1º CICLO ESO: Jornadas Náuticas en el Lago de Bornos. Entre el 6 de abril y el 18 de mayo.

#### **EXPOSICIONES-EXHIBICIONES-RECREACIONES:**

##### **20-24 de abril:**

- “Cuando la belleza atenta contra la salud” Exposición de Carteles elaborados por los alumnos/as de 3º E.S.O. Dña. Raquel Blas. Coordinadora del Programa de Igualdad de Género. Reflexiones y Debate con los alumnos/as del Programa de Diversificación.
- EXPOSICIÓN DE PANELES: ¿De qué van la drogas? ¿De qué van los jóvenes? (3º-4º E.S.O y 1º Bach.).

#### **ESCUELA DE PADRES y ASESORAMIENTO:**

##### **4 sesiones en Mayo:**

- Escuelas de Padres: Con distintos cursos monográficos de formación y asesoramiento para los padres sobre cómo tratar y prevenir el consumo de drogas, cómo fomentar una educación para la salud en el hogar, fomentar la igualdad entre hijos y alumnos, etc.