

Sesión Buenas Prácticas Madrid 2019-2020

ISI (Itinerario Saludable Integral)
Elaborado por: Chemi Alonso Fuente
Colegio CEIP FRAY JUAN DE LA CRUZ-ANEJA
Segovia
<http://aneja.magix.net/>

Introducción

La educación hoy día precisa de nuevas estrategias, renovadas expectativas, innovadoras metodologías que promuevan la participación activa de nuestros alumnos, como protagonistas de su propio aprendizaje y agentes de la transformación social, quienes trabajando en grupos cooperativos y con la participación de toda la comunidad educativa, desarrollen proyectos entroncados en los principios educativos, el mapa de valores y las señas de identidad que entretejen un Proyecto Educativo de centro que, con adaptación a su entorno y a su contexto educativo y social específico, debe caracterizarse fundamentalmente por la promoción de la salud integral de nuestros escolares.

En el CEIP FRAY JUAN DE LA CRUZ estamos convencidos de que la finalidad primordial de nuestro modelo de enseñanza es la formación de personas felices, comprometidas con el cambio social, creativas, críticas y lúdicas, afectivamente competentes y emocionalmente estables, con habilidades sociales y capacidad para las relaciones interpersonales; es decir personas íntegras, sanas en todos sus ámbitos, tanto físico, como psíquico, social, emocional, e incluso cultural y artístico.

Para ello, nuestro centro ha tomado la decisión de desarrollar un plan estratégico de salud que abarca desde la promoción de la actividad física y deportiva saludable hasta la implantación de un conjunto de procesos para el tratamiento de los aspectos cognitivos, emocionales, físicos y sociales de la sexualidad, pasando por el despliegue de programas para promover la alimentación variada y equilibrada; prevenir las drogodependencias; fomentar el respeto, cuidado y protección de nuestro medio ambiente, así como potenciar el desarrollo sostenible; promover los derechos de la infancia y de la ciudadanía global; formar en el uso seguro y responsable de las nuevas tecnologías;... El Plan Estratégico ESCUELA PROMOTORA DE SALUD ANEJA ha sido la decisión más trascendente tomada por el centro a lo largo de su historia y ha marcado las pautas y líneas de actuación para las próximas décadas y de cara a la educación de las futuras generaciones de alumnos.

La Educación para la Salud en el CEIP FRAY JUAN DE LA CRUZ está conformada como un plan integral, que atiende a todas las dimensiones y manifestaciones de la personalidad de

nuestros alumnos, que forma parte del proyecto educativo de centro, constituyéndose en una de sus señas fundamentales de identidad, que implica a toda la comunidad educativa en la promoción y desarrollo de los planes de acción y programación de actividades, que dota al centro de un potente instrumento que puede contribuir a una educación transformadora, formando a los alumnos como agentes activos de su propia salud, capaces de estar a la altura de los compromisos que nos hemos impuesto como sociedad y que, finalmente, promueve la investigación y la reflexión para dar solución a los problemas existentes.

Precisamente partiendo de este impulso innovador y experimentador que fundamenta nuestra planificación educativa actual y del análisis de las posibilidades que ofrece nuestro privilegiado entorno educativo, surgen en el curso 2019-2020 los ITINERARIOS SALUDABLES INTEGRALES (ISIS), como una de las acciones educativas encaminadas al desarrollo de nuestro plan estratégico de salud y enfocadas al aprovechamiento de los recursos didácticos que nos ofrece nuestra propia ciudad, Patrimonio Universal de la Humanidad.

Descripción

Los Itinerarios Saludables Integrales (ISI) son básicamente salidas fuera del aula, recorridos por el entorno natural de nuestro colegio y de nuestra ciudad, que se estructuran como estrategias didácticas para el desarrollo práctico de los planes de acción de centro, promoviendo situaciones pedagógicas que permiten un proceso de enseñanza y de aprendizaje altamente significativo, que favorece en los alumnos el pensamiento crítico y la vinculación de los nuevos conceptos con la realidad social.

Las salidas pedagógicas, se presentan como una metodología activa en la que se prima el aspecto vivencial y el protagonismo del alumno, generando una dinámica diferente por la que éste es el actor principal y no un ente pasivo de la enseñanza. Las salidas del aula permiten realizar un proyecto integral, agrupando los diferentes programas vinculados al proyecto educativo de centro en un recorrido de actividades muy dinámico, con diversos guiños lúdicos y una apuesta singular por la identidad cultural, paisajística y social de nuestra ciudad. Con esta metodología, además, se potencia la capacidad de trabajo en equipo, y de adaptación, ya que los alumnos cambian su forma de mirar los entornos naturales, favoreciendo el paso de una visión estática y fragmentada a una dinámica y sistémica, en un marco de aprendizaje colaborativo, donde se priorizan los procesos de interacción y cooperación para adquirir los objetivos comunes.

Los ISIS deben considerarse primordialmente como una iniciativa en el campo de la activación física de nuestros alumnos, con base en el *Programa de Actividades Deportivas Educativas y Saludables* (PADES), un plan de acción de los más veteranos de nuestro centro, autentico santo y seña de nuestro Plan Estratégico de Salud y del Proyecto Educativo de Centro, que aprovecha y toma en especial consideración la situación privilegiada de nuestro colegio, en pleno espacio verde del casco antiguo de la ciudad, contiguo a su muralla y muy cercano al entorno natural que nos rodea (ríos, valles, riberas, huertas, laderas, montañas, páramos, lastras...), que aportan a la ciudad no sólo valor

estético, sino también medioambiental. Segovia es, a diario, una ciudad especialmente tranquila y habitable, con un ambiente atractivo y acogedor, que ofrece una gran calidad de vida, fundamental para el desarrollo integral de la persona. En 1947, “el conjunto de arbolado y alamedas de la Ciudad de Segovia” fue declarado “Paraje Pintoresco”. En Segovia, la Naturaleza está “ahí al lado”.

En Segovia hay 18,5 m² de zonas verdes por habitante (la cifra más alta de Castilla y León). Tenemos además un Plan Verde, que ha sido incluido por la O.N.U. en su Catálogo de Buenas Prácticas, y que planifica y regula la recuperación y creación de zonas verdes de la ciudad en distintas fases. Existe además un Plan de Arbolado y Malla Verde para repartir zonas verdes por toda la ciudad y comunicar las distintas zonas con paseos arbolados, formando una trama verde de alta calidad ambiental. Actualmente, nuestro centro promueve una campaña para la incorporación del Ayuntamiento de Segovia a la Red Española de Ciudades por el Clima.

Fases del ISI

- a) Preparación del itinerario. El itinerario se plantea como un proyecto de investigación en equipo. Los alumnos forman grupos colaborativos y preparan los diferentes temas del itinerario, analizando todos los aspectos susceptibles de tratamiento educativo, de acuerdo con los programas de desarrollo del centro y todos en sintonía con el *Plan Estratégico de Salud*. Preparan cuadernos de campo para el seguimiento del itinerario por parte de los alumnos.
- b) Relación con los programas del centro. Los itinerarios, en primer lugar, se enmarcan dentro del *Programa Caminando que es gerundio*, que promueve el desplazamiento a pie por nuestra ciudad para todas las salidas y actividades que se desarrollan a lo largo del curso y que forma parte del *Programa de Actividades Deportivas Educativas y Saludables* del centro. El itinerario se plantea con referencia directa al *Programa Naturaliza*, que nuestro centro implantó al comienzo del presente curso, con el fin de transmitir conocimientos, competencias y valores relacionados con el medio ambiente, sacando las aulas al medio ambiente para un aprendizaje más vivencial y con la intención final de que los alumnos sean capaces de emprender acciones a favor de un mundo más sostenible. Del mismo modo, el itinerario ISI mantiene la misma preocupación que nuestro *Programa Aula Libera* por concienciar a los alumnos sobre el problema de la basuraleza y fomentar acciones de eliminación de la basuraleza de nuestros entornos naturales más cercanos. El itinerario ISI también tiene relación con nuestro *Programa de Pausas Activas*, por el que a lo largo de la jornada escolar contamos con algunos pequeños momentos para reactivarnos física e intelectualmente, que contribuyen a reducir el tiempo que pasamos en actividades sedentarias y disminuyen el riesgo para nuestra salud que conlleva el sedentarismo; durante el itinerario se hacen varias paradas lúdicas y activas. El itinerario contribuye también al desarrollo de los principales objetivos de nuestro *Programa de Seguridad y Prevención*, en este caso relacionado con los posibles accidentes en la Naturaleza. Finalmente, los itinerarios contribuyen a desarrollar los planes de acción de nuestro Programa *Los Niños recuperan la Calle*, para que

nuestros alumnos vuelvan a jugar en la calle y adquieran autonomía de movimientos por la ciudad.

- c) Actividades previas y actividades posteriores. Antes y después de las salidas, se realizan en el aula unas sesiones de preparación y coordinación, al principio, y de evaluación y conclusiones, al final. Antes de salir, los grupos deben asegurarse que cuentan con toda la información y recursos necesarios. Al regreso, se analiza todo lo recogido, así como los apuntes tomados tanto en los cuadernos de campo como en el ordenador de campo, para completar los temas y despejar todas las dudas.
- d) Los itinerarios se publican en *wikiloc*, para su comunicación y su contribución al desarrollo de nuestro objetivo de uso seguro y responsable de las TIC y de Internet.
- e) Se potencia la participación de los miembros de la comunidad educativa y se pasa notificación a los medios de comunicación locales.

Impacto

- 1) En primer lugar, los Itinerarios Saludables Integrales tienen un gran impacto en el desarrollo de los programas del centro en relación con nuestro Proyecto Educativo, en los que se entroncan y fundamentan. Por ello, para nuestro centro han supuesto una acción educativa novedosa y experimental que refuerza nuestros planteamientos relacionados con la principal estrategia educativa actual, encaminada a lograr la salud integral de nuestros escolares.
- 2) Dentro del colegio los itinerarios han sido bien recibidos, tanto por profesorado, como por el alumnado, encontrando cada uno de los actores educativos, dentro de sus nuevos roles, una mayor motivación para el aprendizaje. El alumnado adquiere mayor protagonismo en la acción educativa y el profesorado se muestra más como un dinamizador y facilitador de oportunidades, encontrando la satisfacción en un más que exitoso desarrollo de dinámicas activas, colaborativas y participativas de aprendizaje. En cuanto a otros miembros de la comunidad educativa, se invita a los padres de alumnos interesados a participar y colaborar en ellas.
- 3) En cuanto a los impactos externos, los itinerarios han podido compactar diferentes ofertas de varios organismos e instituciones, orientándolas hacia los principios de nuestro Proyecto Educativo y estructurándolas a partir de nuestros propios proyectos y programas, por lo que la coordinación con las instituciones y asociaciones de nuestro entorno es muy satisfactoria. La estrategia de comunicación del centro y en particular la planificada con respecto a los itinerarios (medios de comunicación y redes sociales) ha contribuido también a mantener esa imagen de centro referente de experimentación y de acción educativa innovadora.

Balance / lecciones aprendidas

De momento, llevamos dos itinerarios hechos en el primer trimestre del curso 2019/2020, uno poniendo más hincapié en las medidas de prevención y de primeros auxilios en la

Naturaleza; y otra más orientada hacia la observación de flora y fauna en torno al valle del Eresma y nuestros LIG (Lugares de Interés Geológico) de referencia.

Los dos itinerarios han resultado muy interesantes y han sido muy bien valorados por todos los implicados.

Recomendaciones

La experiencia es extrapolable a cualquier centro de enseñanza y la clave es contar con todos los agentes e instituciones implicadas en la salud y cuidado del medio ambiente en los diferentes ámbitos, instituciones y asociaciones.

No se puede improvisar. Las salidas tienen que estar muy bien planificadas, con indicación de todos los puntos donde puede haber riesgos, así como las paradas para descanso, juego, recogida de muestras, etc. Se puede contar también con el apoyo de la policía local.

Referencias y vínculos

The screenshot shows the Wikiloc interface. At the top, there are navigation options: '+ Subir rutas', 'Mapa del Mundo', and 'Buscar'. Below the header, the route is identified as 'a pie (Rutas a pie en España → Castilla y León → Segovia)' and 'Ruta escolar Aneja - norte ciudad de Segovia' with a green '30' badge. There are buttons for 'Añadir a la lista', 'Añadir opinión', and 'Compartir'. The main content is a satellite map of the Segovia area with an orange route marked. Key locations labeled include Zamarramala, Fuente, La, El Sotillo, Cuesta de la Varga, Embalse de Los Batanes, and Segovia. A profile view at the bottom shows elevation from 911m to 997m over a distance of 6.53 km. At the bottom of the map, it says 'Vista 57 veces, descargada 2 veces' and 'cerca de Segovia, Castilla y León (España)'.



Por la muralla, antes de acceder al cinturón verde



Por el cinturón verde



Por el cinturón verde



Explicando normas de seguridad en el medio natural



Accediendo a la torca del Parral



A la torca por el Camino del Asombro



Por el camino del Asombro



Desde el Camino del Asombro



Torca del Parral



Senda por la repoblación de pinos en las tapias del Parral



Pinar laderas del Parral



Simulación de una lesión primeros auxilios



Hacia las cuevas de El Parral y Pastores, criaderos de champiñón



Simulación de actuación ante una fractura



Ascenso por el encajamiento fluvial del antiguo Arroyo Peñas Labras



Hacia las Peñas Labradas



Peñas Labradas, antigua cantera y hoy zona de aprendizaje de escalada



Recogida de Basuraleza



