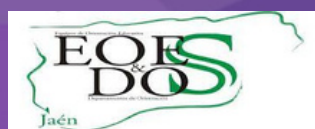
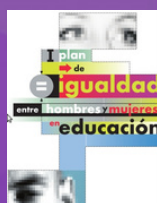


10 MESES 10 CAUSAS



IES VIRGEN DEL CARMEN

CURSO 2022-2023





Desde el IES Virgen del Carmen queremos informarles que tenemos distintos Programas y Proyectos que permiten que nuestro alumnado reciba una formación en valores y hábitos de vida saludables. Nos gustaría informarles periódicamente sobre las actividades que se van desarrollando en este sentido.

Para trabajar en una misma línea y poder llegar a todo el alumnado, Escuela Espacio de Paz, Forma Joven, Igualdad de género y el Departamento de Orientación se han unido creando un grupo llamado "10 meses 10 causas".

Cada mes trabajaremos un tema diferente entre los que se incluyen, alimentación saludable, el cuidado de la mente, el lenguaje corporal...

Todos los meses el equipo de mediadores en salud realizarán entrevistas, al profesorado, alumnado .. También informarán a sus compañeros sobre hábitos saludables, ayudando en la elaboración y difusión de materiales.

En el horario lectivo de la ESO dedicado a la tutoría trabajarán una vez al mes talleres de teatro impartidos por Noelia Camacho Ortega con la temática del mes. También utilizaremos esta hora de tutoría para formar al alumnado en un estilo de vida saludable, ayudándonos para ello de la plataforma educativa Moodle donde tenemos materiales que hemos ido elaborando para que el aprendizaje sea mas atractivo al alumando.

10 meses 10 causas Octubre: "Lenguaje corporal"

Taller "Hábitos saludables"

El día 19 de Octubre se realizó un taller de "Hábitos saludables" impartido a un total de 113 alumnos de 1º de la ESO.

El taller ha sido dirigido por la enfermera Monserrat Morán, galardonada en la X Edición de los Premios "Jaeneras por la Igualdad y contra la Violencia de Género" otorgado por el Ayuntamiento de la ciudad de Jaén.



Monserrat recogiendo el premio

Es importante trabajar los hábitos saludables en alimentación, ejercicio físico y una buena higiene del sueño.

Los adolescentes tienen somnolencia durante el día, trastornos del sueño, por lo tanto, su rendimiento escolar es inferior.

Un adolescente necesita dormir 10 horas cada noche para su bienestar. Sin embargo, el 93% de los jóvenes no llega ni siquiera a las siete horas.

Debido a los cambios hormonales, los adolescentes están más despiertos a medianoche, y se levantarían a las 11 de la mañana, si no tuvieran que ir a la clase.

Cuando los chicos intentan recuperar el sueño durante los fines de semana, este cambio de horario afecta aún más al sueño. A esto sumamos la tendencia de utilizar los móviles por la noche, que afecta al descanso y dificulta la conciliación del sueño debido a la luz azul que emiten.

El 50% de los adolescentes no desayunan y 7 de cada 10 toman un desayuno insuficiente. No ingerir la primera comida del día puede derivar en problemas de concentración, bajo rendimiento académico, debilidad y deficiencia psicomotora.

Hay que tener en cuenta que los niños y adolescentes tienen unas necesidades nutricionales superiores debido al importante desarrollo físico y mental a esas edades.



Taller de hábitos saludables

10 meses 10 causas Octubre: "Lenguaje corporal"

El lenguaje corporal forma parte de nuestra comunicación con la utilización de gestos, posturas y movimientos del cuerpo y rostro. Es importante que nuestro alumnado sepa reconocer estos gestos para saber cómo se sienten sus compañeros.

Durante el mes de octubre se han desarrollado algunas actividades que han permitido a nuestro alumnado aprender más sobre este tema.

Taller "Lenguaje corporal"

Con los alumnos de 1º de la ESO el profesor Julián Andrés Pintor ha trabajado el lenguaje corporal en el salón de actos.

Entre todo el alumnado han ido opinando y sacando conclusiones hasta llegar a una definición de lo que significa el lenguaje corporal y la importancia en las situaciones comunicativas de la vida diaria.



Taller de hábitos saludables

Para practicar el lenguaje corporal el alumnado interactúa de forma no verbal para representar situaciones que el profesor indica (por ejemplo: pasar globos imaginarios, comprar en un supermercado o convertirse en troncos de madera aumentando progresivamente la inclinación del soporte).

Han trabajado el lenguaje corporal en diversas situaciones: se proponen fotografías de personas con diferentes posturas ante una misma situación (por ejemplo, en una entrevista de trabajo), pinturas artísticas famosas de personajes expresivos (por ejemplo: los tres músicos de Velázquez) o fotografías de espectáculos teatrales o musicales (por ejemplo: el barbero de Sevilla) para analizar sus expresiones corporales y opinar sobre los sentimientos que generan o quieren transmitir, elaborando incluso invenciones a través de la intuición.

También se ha trabajado la Interpretación del lenguaje facial. Opinamos sobre las emociones transmitidas a través de imágenes faciales. Hemos analizado los detalles faciales físicos de las caras para generar diferentes sentimientos.



Taller de lenguaje corporal

10 meses 10 causas

Noviembre: "Stop a la violencia de género"

Noviembre es el mes de la lucha contra la violencia entre los géneros. Desde las Coordinaciones de Igualdad, Escuela Espacio de Paz, Forma Joven y Orientación denunciaremos la violencia entre hombres y mujeres, en todas sus versiones. No nos posicionamos desde ningún extremo, sino desde la paz y la tolerancia. Reconocemos y respetamos las diferencias entre hombres y mujeres y trabajamos con nuestro alumnado en pos de la tolerancia y la cooperación entre todos como personas, no como individuos sexuados.

Taller de teatro

Para impartir los talleres de teatro tenemos la suerte de contar con Noelia Camacho Ortega, narradora, actriz y directora de teatro. Fue premiada en 2019 con el galardón de Jaenera en Artes y Cultura.



Taller de hábitos saludables

He podido compartir con ella unas horas mientras que trabajaba con los alumnos y contagiaba su entusiasmo a todos los que estábamos a su alrededor.

Para concienciar al alumnado en la problemática que sigue existiendo en nuestra sociedad sobre la violencia de género un grupo de alumnos han estado trabajando bajo la dirección de Noelia en la escenificación de canciones que hablan sobre esta problemática.

Esos vídeos han sido grabados en el centro y proyectados en el instituto el día 25 de Noviembre.



Escenificación de canciones

El techo morado

Una de las actividades más ilusionantes que se han desarrollado durante este mes ha sido la colocación de un techo con paraguas morados que han cubierto la entrada de nuestro instituto como reivindicación por la paz entre los géneros y el recuerdo a las víctimas de violencia de género.



IES Virgen del Carmen

10 meses 10 causas

Noviembre: "Stop a la violencia de género"

Concienciación de nuestro alumnado

Para concienciar a nuestro alumnado se han visualizado videos relacionados con las relaciones interpersonales entre géneros o los mitos del amor romántico. Además se han realizado actividades como crucigramas, sudokus, ahorcado y Equitrivia sobre la igualdad.

Nuestro alumnado del ciclo formativo de Actividades Comerciales junto con su profesora Patricia Moreno han realizado un escaparate y un tablón para que seamos conscientes de las desigualdades que siguen existiendo a día de hoy.



Escaparate realizado por el alumnado del CFGM Actividades Comerciales



Buzón morado

En el tablón que tenemos para la difusión de contenidos se puso un buzón violeta, en el que el alumnado proponía qué música en favor de la paz entre géneros quería escuchar durante los recreos en el mes de noviembre.

Acto organizado por los Centros Municipales de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Jaén.

De nuestro centro han participado algunos grupos de 1º de la ESO en la reivindicación que ha tenido lugar en la Plaza de Santa María para poner fin a la violencia de género. Este acto ha sido organizado por los Centros Municipales de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Jaén.

Durante este acto unos alumnos de nuestro instituto han leído un manifiesto a más de 800 escolares que allí se encontraban concentrados.

También se realizaron distintos juegos para concienciar al alumnado.

En la fachada del Ayuntamiento se ha colgado una red de aproximadamente diez metros. Allí nuestro alumno ha podido colgar las mariposas moradas que han hecho en cartulina junto a las realizadas por otros alumnos de la ciudad de Jaén.



Acto plaza de Santa María



Celebración del día Internacional contra la violencia de género

El día 25 de Noviembre se realizaron diferentes actos en el centro para conmemorar este día.

En la entrada de nuestro instituto se puso un stand donde el alumnado podía coger información, calendarios... y también escribir frases de apoyo a las víctimas. Estas frases eran colgadas en los tableros que habían sido colocados para ello.

Nuestros mediadores en salud han estado en el stand y repartiendo lazos morados a toda la comunidad educativa.



Stand "Violencia de género"

Un poco antes de la hora del recreo en la entrada principal del centro la coordinadora de Igualdad de género ha dicho unas palabras para el alumnado de 4º de la ESO y dos alumnos de 1º de la ESO han leído un manifiesto.



Lectura del manifiesto

En este día también hemos podido contar con la visita de tres enfermeros del centro de salud de Bulevar, Montserrat, Francisco y Natalia. Ellos han impartido una charla que ha sido dirigida al alumnado de bachillerato.



Charla Violencia de género

En la charla les han explicado en primer lugar qué significa la desigualdad de género. También han comentado como ha ido evolucionando nuestra sociedad hacia una sociedad más igualitaria pero que todavía nos queda un gran camino por recorrer en el que no haya ninguna desigualdad entre ambos géneros.

FORMAJUVEN

10 MESES 10 CAUSAS

tú puedes hacerlo

SEPTIEMBRE

"Lenguaje verbal"

MARZO

"Cuida tu "

OCTUBRE

"Lenguaje corporal" 

ABRIL

"Consumo de alcohol y drogas"

NOVIEMBRE

 "Stop violencia de género"

MAYO

"Alimentación saludable"

DICIEMBRE

"Hábitos de vida saludable" 



JUNIO

"Cuida tu piel"

ENERO

"Uso positivo de Internet" 



FEBRERO

"Conócete, conóceme" 



FORMAJUVEN

IES Virgen del Carmen
2022-2023

