experiencias educativas inspiradoras

Nº 129

SAFALUD

ApS para la prevención de la obesidad infantil

INSTITUTO NACIONAL DE TECNOLOGÍAS EDUCATIVAS Y DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL Y DEPORTES

MINISTERIO DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL Y DEPORTES

Dirección General de Evaluación y Cooperación Territorial

Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado (INTEF)

Recursos Educativos Digitales

Enero 2024

NIPO (web) 164-24-007-X

ISSN (web) 2695-4184

DOI (web) 10.4438/2695-4184_EEI_2019_847-19-120-X

NIPO (formato html) 164-24-005-9

NIPO (formato pdf) 164-24-006-4

DOI (formato pdf) 10.4438/2695-4184_EEIpdf129_2020_847-19-133-8

"SAFALUD. ApS para la prevención de la obesidad infantil." por Mª Isabel Pérez Pablos para INTEF

<https://intef.es>

Obra publicada con Licencia Creative Commons Reconocimiento-Compartir Igual 4.0

https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

Todas las imágenes utilizadas en el desarrollo de esta experiencia cuentan con la autorización de los autores del contenido para su publicación en la web del INTEF.

Para cualquier asunto relacionado con esta publicación contactar con:

Instituto Nacional de Tecnologías Educativas y de Formación del Profesorado

C/Torrelaguna, 58. 28027 Madrid.

Tfno.: 91-377 83 00. Fax: 91-368 07 09

Correo electrónico: cau.recursos.intef@educacion.gob.es

Entendiendo el proyecto...

El proyecto “Experiencias Educativas Inspiradoras” se encuadra dentro del Plan de Transformación Digital Educativa lanzado desde el INTEF en 2018.

A través de la realización de proyectos personales de los docentes, o proyectos de centro donde se busca mejorar algún aspecto del ámbito educativo, se encuentran experiencias asociadas a tecnología digital que consiguen efectos transformadores.

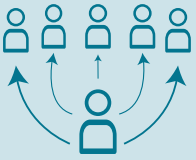
Son estas experiencias, las que este proyecto intenta localizar y darles visibilidad para conseguir que se extrapolen a otros entornos educativos reglados.

Dos son los OBJETIVOS claros que pretende alcanzar este proyecto:

CREACIÓN DE REPOSITORIO

Creación de un repositorio de experiencias didácticas asociadas a tecnología digital, ya aplicadas en el entorno educativo y que hayan demostrado tener un efecto transformador.

DIFUSIÓN ENTRE DOCENTES



Difundir estas experiencias con el fin de inspirar a otros docentes en su práctica diaria.

“Que las experiencias de unos sirvan de guía e inspiración para otros”.

Índice

Índice

1. Introducción 5
2. Punto de partida 6
3. Paso a paso 7
4. Evaluamos 11
5. Conclusiones 12
6. ¿Te animas? 13
7. Material complementario 14

1. Introducción

RESPONSABLE	Mª Isabel Pérez Pablos
CENTRO ESCOLAR	Colegio Safa-Grial
DIRECCIÓN	C/ Ruiz Hernández, 14
LOCALIDAD Y PROVINCIA	Valladolid
WEB DEL CENTRO	www.safa-grial.es
EMAIL DE CONTACTO	direccion.grial@safa-grial.es

Con la idea de prevenir la obesidad infantil y los problemas asociados a ella, el alumnado del Ciclo Formativo de Dietética pone al servicio de los demás sus conocimientos para luchar contra «la epidemia del siglo XXI».

Lo que empezó siendo un pequeño proyecto de clase, es ahora una fórmula maravillosa para transmitir los conocimientos adquiridos en el aula a través de un programa educativo dentro del módulo de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud.

Exposición de carteles del proyecto en su décimo aniversario

Actividades en las aulas de infantil y primaria

El balance de participantes es abrumador pues, aproximadamente, 150 niñas y niños de entre 3 y 7 años y sus familias, y unos 30 estudiantes del ciclo formativo, se enriquecen cada año con el proyecto. Numerosos reconocimientos dan fe de la envergadura de SAFALUD. Aun así, los resultados obtenidos no son fáciles de cuantificar, pues ¿cómo medir el impacto de la educación alimentaria en niños y niñas o el despertar de vocaciones y desarrollo de habilidades en jóvenes?

2. Punto de partida

El Colegio Safa-Grial imparte enseñanzas concertadas desde 1 año a Bachillerato y Ciclos Formativos de las Familias Profesionales Sanitaria y Administración y Gestión en Valladolid.

Colegio Safa-Grial

Safa-Grial tiene ubicaciones separadas geográficamente. Por un lado, la sede de Educación Infantil, Primaria y Secundaria y, por otro, la de Bachillerato y Ciclos. La primera se sitúa en un entorno urbano obrero de clase media-baja, mientras que la de Bachillerato y Ciclos está en el centro de la ciudad, en una calle con solera del antiguo casco urbano. Sin embargo, dadas las características de los estudios que se cursan aquí, los jóvenes tienen diversas procedencias geográficas, sociales y académicas.

SAFALUD surgió en el curso 2009-2010 a raíz del interés por realizar en el centro actividades que requirieran la colaboración entre distinto profesorado y fomentaran el conocimiento y convivencia del alumnado de diferentes etapas. A esto se unió un proceso de cambio interno hacia el uso de metodologías más activas que pusieran al alumnado en el centro de su aprendizaje.

Aunque a lo largo de este tiempo se ha ido modificando la estructura del proyecto, sobre todo en los cursos afectados por la pandemia de COVID-19, su esencia sigue siendo la misma: al utilizar diferentes temáticas relacionadas con la alimentación saludable, se han ido desarrollado actividades tan diversas como yincanas familiares solidarias, una página en Facebook, un vídeo para personas sordas signado por la FEAPSCYL (Federación de entidades familiares de personas con discapacidad intelectual), vídeos para redes sociales sobre alimentación sostenible, charlas y materiales educativos para familias, etc.

Cartel para la difusión del proyecto

Sin embargo, las actividades clave siempre han sido desarrolladas en las aulas de Infantil y primer ciclo de Primaria. En estas actividades, las y los estudiantes del ciclo formativo han podido mantener un contacto directo con niños y niñas de corta edad que se encuentran en un momento ideal para adquirir hábitos saludables que les acompañen el resto de sus vidas.

3. Paso a paso

Es conocido que la obesidad es un grave problema en la sociedad actual, habiendo numerosos indicadores que dan fe de ello. También es sabido que la obesidad en la niñez es determinante del nivel de salud en la etapa adulta.

El proyecto SAFALUD se lleva a cabo desde los conocimientos que el alumnado de Dietética ha ido adquiriendo a lo largo del ciclo formativo, enmarcado en el módulo de Educación Sanitaria y Promoción de la Salud, lo que les facilita la adquisición de las estrategias y los conocimientos necesarios para el desempeño de su futura profesión. Además, les hace ser conscientes de la importancia que tiene el trabajo que, como dietistas, van a desarrollar en la sociedad.

La metodología utilizada en este proyecto es el aprendizaje-servicio (ApS), definida por el Centro Promotor de Aprendizaje-Servicio de Cataluña como «una propuesta educativa que combina procesos de aprendizaje y de servicio a la comunidad en un solo proyecto bien articulado donde los participantes aprenden al trabajar en necesidades reales del entorno con la finalidad de mejorarlo».

Utilizando aprendizaje-servicio se consigue que el alumnado ponga en práctica sus aprendizajes para mejorar las condiciones de salud de las personas del entorno. De esta forma, todas las personas ganamos.

A continuación, se describe el esquema habitual que se lleva a cabo cada curso. Debe tenerse en cuenta que, dada la larga trayectoria del proyecto, la necesidad de actualizarlo y las características de los grupos participantes, cada año se han diseñado modificaciones que se explicarán a través de ejemplos de actividades realizadas en diferentes cursos.

Paso 1. EXPLICACIÓN DEL PROYECTO AL ALUMNADO DE FORMACIÓN PROFESIONAL

Al inicio de curso se explica que, a partir de los conocimientos del módulo, se tendrá que desarrollar un proyecto de educación sanitaria que será la forma de llevar a la práctica los contenidos del módulo.

Desde el momento de la presentación del proyecto se realizan diversas dinámicas para conseguir la mayor implicación y participación por parte de todos.

El diseño del proyecto se realiza en paralelo a la explicación teórica de las características, finalidades y métodos de la educación sanitaria. Para ello, se diseña y se pacta junto a las y los estudiantes un cronograma de trabajo que organice tiempos y actividades.

Actividad de motivación con Jamboard

CRONOGRAMA SAFALUD 2022

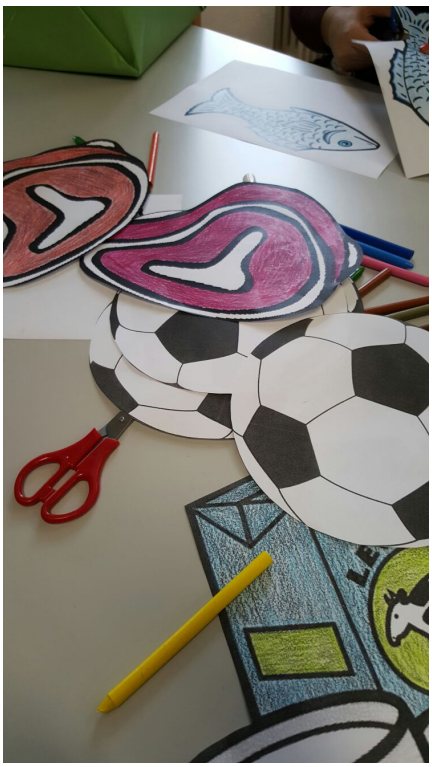
Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sa	Do
10 PRESENTACIÓN PROYECTO	11	12	13 INFORMACIÓN EVAL. PROYECTO PROTOCOLO DE ACTIVIDADES	14		
17 ENTREGA PROTOCOLO ACTIVIDADES	18 PAUTAS ELABORACIÓN CARTEL	19	20 PARCIAL	21		
24 ENTREGA CARTEL DECISIÓN ACTIVIDADES A REALIZAR	25 ELABORACIÓN INFOGRAFÍA DECISIÓN ACTIVIDADES A REALIZAR	26 ELECCIÓN CARTEL ELABORACIÓN INFOGRAFÍA	27 ELECCIÓN CARTEL	28		
31	1	2 COLOCACIÓN CARTEL ENTREGA INFOGRAFÍA	3 PUBLICACIÓN CARTA CIRCULAR A FAMILIAS	4		
7 PREPARACIÓN DE MATERIALES	8 PRUEBA DE ACTIVIDADES	9 SAFALUD 11:30-14H	10 EVALUACIÓN ENTRE IGUALES	ENTREGA DIARIO REFLEXIVO DÍA 20 NOVIEMBRE		

Cronograma de trabajo 2022

Paso 2. DETERMINACIÓN DE LOS OBJETIVOS DEL PROYECTO Y DISEÑO DE ACTIVIDADES

Partiendo del objetivo general del proyecto, el cual es prevenir la obesidad infantil y las enfermedades asociadas a ella, en cada curso se elige un tema relacionado con la alimentación, como, por ejemplo, la importancia del desayuno, el consumo de chucherías o la dieta mediterránea, y se determinan objetivos específicos que ayuden a lograr el objetivo general.

Ya que el proyecto se repite cada curso y participa alumnado de cursos consecutivos, cada niño o niña tiene la oportunidad de disfrutar de la experiencia de SAFALUD durante, al menos, tres cursos, de modo que al trabajar temas complementarios sobre alimentación saludable, el alumnado consigue más conocimientos que le lleven a tener una actitud más responsable en lo que se refiere a su alimentación.



Preparación de material

Además, dada la edad del alumnado participante, no es posible lograr el objetivo de que se alimenten de una forma más saludable si no se consigue la implicación de sus familias, por lo que cada año se llevan a la práctica diferentes acciones con los mayores para lograrlo. Nuestra idea es que, a través de las niñas y niños, toda la familia modifique sus hábitos alimentarios para que sean lo más saludables posible.

Una vez determinados los objetivos, a través de diferentes herramientas, el alumnado propone actividades que lleven a lograr los objetivos. Para ello, presentan protocolos de actividades que cumplen con los requisitos de un proyecto de educación sanitaria.

El alumnado del ciclo formativo decide qué actividades van a llevarse a cabo en las aulas y, posteriormente, se elabora todo el material necesario. Algunas actividades surgen de la mezcla o adaptación de diferentes juegos tradicionales o directamente son inventadas por el alumnado. Esto les permite desarrollar su imaginación e iniciativa.

También en esta fase se diseñan actividades de difusión de la actividad, como carteles, folletos, infografías o vídeos, y de educación sanitaria dirigida a las familias y el entorno social. Algunos ejemplos son la celebración de charlas y la creación de material educativo complementario como folletos, la realización de yincanas familiares solidarias y de vídeos para redes sociales sobre alimentación sostenible (especialmente destacado el destinado a personas sordas signado por la FEAPSCYL).

La filosofía del proyecto se basa en los principios del aprovechamiento y reciclado. Por esta razón, a los materiales de cursos pasados se les da un nuevo uso, a veces tal y como están, y otras veces modificándolos y adaptándolos a las nuevas actividades. SAFALUD no cuenta con un presupuesto económico concreto. Todo lo necesario para la puesta en marcha se resume en el material escolar habitual de un colegio, así como los recursos tecnológicos propios de un centro escolar. Sin embargo, lo más importante es el capital humano.

Pre-test de las actividades

Un pilar importante en el proyecto es el uso de las TIC, ya que para la elaboración de los distintos materiales y actividades se utiliza un gran número de herramientas destinadas a la creación y difusión de carteles, folletos, vídeos, actividades de aula, portfolios de aprendizaje, etc. Dado que en el ciclo formativo no existe un módulo concreto en el que se imparta este tipo de contenido, el proyecto ha servido para la adquisición de conocimientos muy útiles para el desempeño de las y los futuros dietistas en un mundo cada vez más tecnológico. Algunas de las herramientas utilizadas han sido Canva,herramientas de Google Workspace (Drive, Classroom, Jamboard, Gmail), Youtube, editores de vídeo, programas para presentar contenido como Genially, PowerPoint, etc. Es importante destacar que la tecnología ha sido siempre un soporte, un vehículo para lograr la trasmisión de la educación sanitaria.

Paso 3. PRESTACIÓN DEL SERVICIO

El momento más emotivo del proyecto es siempre aquel en el que se llevan a la práctica las actividades programadas.

El carácter de las actividades que se realizan en las aulas es diverso, intentando mantener un buen nivel de atención y motivación en los niños y niñas. La idoneidad de todas las actividades es supervisada por las tutoras del ciclo de Infantil y Primaria, que siempre están presentes durante la realización de las actividades.

Actividades en las aulas de infantil y primaria

Actividades en las aulas de infantil y primaria

Actividades en las aulas de infantil y primaria

Charlas para familias

Cartel para la difusión del proyecto

Paso 4. EVALUACIÓN DEL PROYECTO Y TRABAJO EN RED

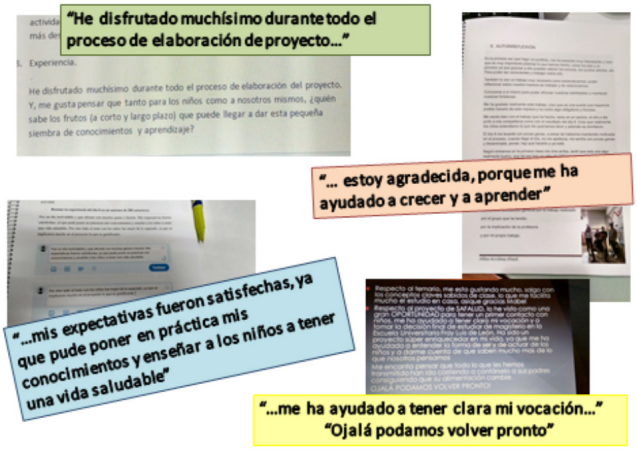
A lo largo de todo el proyecto, se intenta que el alumnado controle todas las fases y reflexione sobre lo que va ocurriendo para poder introducir los cambios necesarios en el momento adecuado. El objetivo siempre es que los y las estudiantes se sientan responsables del proyecto y con libertad para la toma de decisiones necesarias.

Este proyecto además supone la apertura del centro a nuestro entorno, ya que se cuenta con la participación en red de distintas entidades, como la Escuela de Magisterio Fray Luis de León de Valladolid, que nos ha ayudado a conocer las características del alumnado de Educación Infantil; el personal (intérpretes, técnicos en Comunicación Audiovisual y personal administrativo) de la FEAPSCYL; personal de Grupos de Consumo de Valladolid y de organizaciones como SODePAZ, que fomentan la alimentación sostenible y de proximidad; colegios de nuestro entorno que se han interesado en la experiencia y han sido receptores de educación alimentaria, etc.

4. Evaluamos

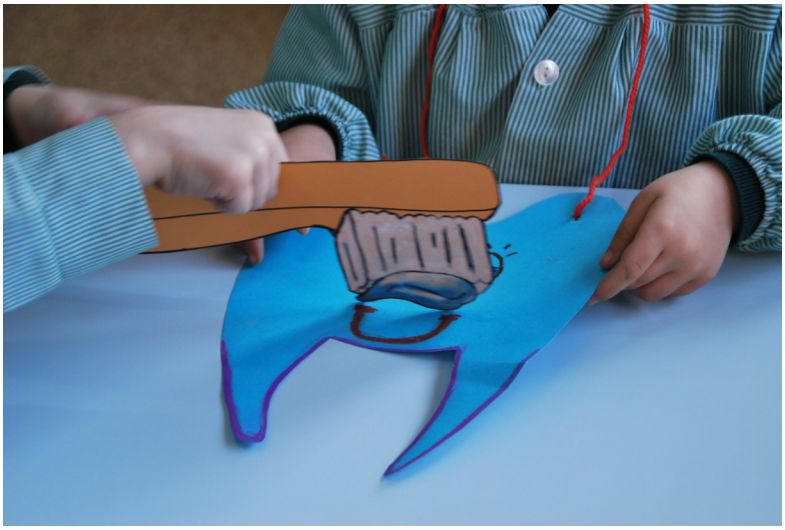
Dada la importancia que tiene el proyecto para las personas participantes, SAFALUD es el núcleo del módulo en el que se desarrolla y el resto de las actividades del mismo giran en torno a este proyecto.

Entre los aprendizajes que adquiere el alumnado participante, además del propio del módulo, destaca el desarrollo de habilidades sociales y organizativas y el fomento de la empatía, la responsabilidad y la iniciativa.

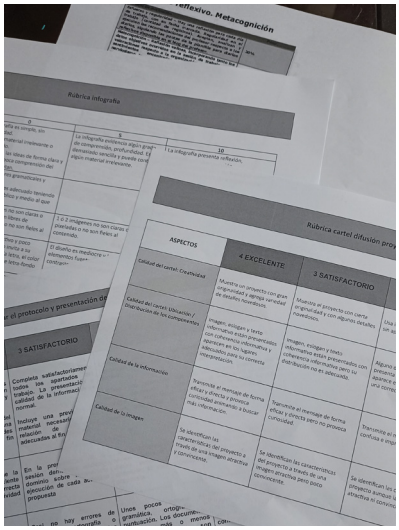


Reflexiones de los alumnos

El proyecto se valora como componente en la evaluación del alumnado. Para ello, se facilitan rúbricas de evaluación de los productos que las y los estudiantes deben generar. Algunas partes de la evaluación son individuales y otras grupales. Además, se utilizan herramientas como portfolios de aprendizaje y dianas de evaluación con la intención de facilitar la autoevaluación y la heteroevaluación. También participan en la evaluación las profesoras de Educación Infantil y primaria y las familias.



Evaluamos los conocimientos a través del juego



Rúbricas para la evaluación de los aprendizajes

El alumnado del ciclo formativo, a través de la reflexión que les supone hacer su portfolio, es consciente de su capacidad para enfrentarse a retos y de la importancia que tiene su acción en la educación alimentaria para conseguir personas más sanas.

Es difícil evaluar el conocimiento que adquieren los pequeños sobre alimentación saludable y en qué grado ayuda a prevenir la obesidad en ellos, puesto que tienen múltiples influencias en el día a día sobre este aspecto. Sin embargo, tratamos de aumentar el impacto de nuestro servicio al repetir el proyecto con los mismos niños y niñas durante tres cursos.

5. Conclusiones

Los objetivos que teníamos al empezar con SAFALUD se han visto sobrepasados con creces. Van mucho más allá de objetivos curriculares, pues cada edición ha supuesto en las y los participantes un impacto difícil de cuantificar. Hemos descubierto vocaciones en estudiantes que, tras su paso por las aulas, han descubierto su interés por convertirse en maestros y maestras (y en estos momentos, hay quienes ya trabajan en colegios). SAFALUD ha mostrado la importancia de trabajar en equipo para lograr mejorar la salud de la comunidad y el alumnado se ha convencido de que mejoramos como personas cuando nos enfrentamos a retos.

Una frase con la que solemos empezar al inicio de curso y que repetimos como un mantra es: «¡Apunta alto!» Esto nos estimula a buscar la mejora, a hacer más y mejor.

La experiencia de SAFALUD es muy motivadora en las personas que han participado de ella y, en consecuencia, en el Colegio Safa-Grial hemos desarrollado otros proyectos de aprendizaje-servicio con gran impacto en el alumnado.

Los resultados obtenidos en SAFALUD compensan con creces el esfuerzo de ponerlo en marcha y, por ello, se llevarán a cabo nuevas ediciones durante los próximos cursos.

¿Cómo cambia la experiencia a los participantes?

6. ¿Te animas?

Cuando se inicia un proyecto se tiene que tener claro que va a dar trabajo, pero será un trabajo estimulante si se tienen en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Trabaja en equipo, con objetivos claros y acotando plazos.
2. Sé honesto y evalúa tus posibilidades para no acabar desbordado.
3. Un punto clave de un proyecto es la motivación de los participantes. Empezar con *fuegos artificiales* atrae al alumnado y eleva su interés por participar en el proyecto.
4. Que no te importe corregir el rumbo si es necesario. Es mejor cambiar la dirección que no llegar a la meta.
5. Confía y aprende de tu alumnado; tiene mucho que enseñarte.
6. Investiga y aprende de otros proyectos, de lo que ha funcionado y de sus consejos para evitar errar.
7. Comparte tu experiencia para ayudar a otros.

Anímate a hacer cosas diferentes

7. Material complementario

Links de interés:

- Vídeo del proyecto: https://youtu.be/YFFpshFEzN8
- Vídeo sobre alimentación saludable signado por la Federación de Asociaciones de personas sordas: https://www.facebook.com/Safalud/videos/1883540678623641/

Vídeos educativos destinados a redes sociales:

- Vídeo para promover más sana, segura y sostenible.
- Vídeo para promover la alimentación de origen vegetal.

Publicaciones en las que ha sido recogido el proyecto:

- 60 buenas prácticas de Aprendizaje Servicio. Inventario de experiencias educativas con finalidad social. 2013. Fundación Zerbikas
- El Aprendizaje-Servicio en España. El contagio de una revolución pedagógica necesaria. Roser Batlle. Editorial: PPC, 2014
- Educamos en Castilla y León nº 38. Diciembre 2018
- Cuadernos de Pedagogía nº 497_marzo-abril_2019
- 100 buenas prácticas de aprendizaje-servicio. Inventario de experiencias educativas con finalidad social. SANTILLANA. 2019

Recogida del Premio aprendizaje-servicio 2018 en Coslada por la promoción de hábitos saludables

experiencias educativas inspiradoras

ApS para la prevención de la obesidad infantil

SAFALUD

GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE EDUCACIÓN, FORMACIÓN PROFESIONAL Y DEPORTES
intef INSTITUTO NACIONAL DE TECNOLOGÍAS EDUCATIVAS Y DE FORMACIÓN DEL PROFESORADO