



OBJETIVOS GENERALES

- a) Promover **estilos y hábitos de vida saludable**, especialmente en los ámbitos de la nutrición, alimentación y deporte contemplando el enfoque de género y la equidad para evitar desigualdades en la salud.
- b) Fortalecer y mejorar los comportamientos saludables de los alumnos, con especial énfasis en la **higiene y** la prevención.
- c) Afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la **educación física** y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social de los alumnos.
- d) Contribuir al desarrollo de **competencias y capacidades** que permitan al alumnado afrontar los riesgos para la salud más frecuentes en estas edades, favoreciendo la elección de conductas saludables.
- e) Conocer y detectar las situaciones de riesgo para la salud, relacionadas con el consumo de **sustancias con potencial adictivo**, contrastando sus efectos nocivos y proponiendo medidas de prevención y control.
- f) Hacer partícipes a las familias, fomentando su colaboración en la promoción de la salud y la prevención de adicciones.
- g) Promover aptitudes que permitan tomar conciencia de las **emociones** propias y de los demás, así como aprender a regularlas, mediante estrategias que favorezcan el desarrollo personal y social.
- h) Fomentar la responsabilidad del alumnado en las **decisiones diarias** del mismo, y el conocimiento de las consecuencias que las mismas tienen en su salud y en el entorno que les rodea.
- i) Ofrecer estrategias para un uso responsable de las **tecnologías de la información** y la comunicación, implicando a las familias en el conocimiento de los riesgos y en el control de su uso, así como fomentando valores y actitudes positivas hacia las mismas.
- j) Promover la comprensión y valoración de la importancia de preservar el **medio ambiente** por las repercusiones que el mismo tiene sobre la salud de las personas.
- k) Fomentar en el alumnado el cambio de actitudes a través de charlas educativas, talleres **medioambientales** y actividades diarias.
- l) Promover e incentivar el mantenimiento de los ambientes del centro **educativo limpio** y libre de desechos y residuos que se generan como consecuencia de las actividades diarias.
- m) Impulsar la transmisión de actitudes de respeto, cuidado y disfrute de nuestro entorno y en especial de **nuestra flora**, entre la comunidad educativa, desde la información, la formación y el conocimiento.
- n) Promover la formación continua del personal docente que preste sus servicios en el centro, en materia de educación en hábitos saludables y en especial sobre alimentación saludable y práctica de actividad física.

El objetivo último que persigue el programa es capacitar al alumnado para la elección de conductas que favorezcan su salud y bienestar, mediante la adquisición de conocimientos y habilidades en cuestiones relacionadas con las competencias socio-emocionales, la alimentación la actividad física, el autocuidado y la accidentalidad, el uso positivo de las tecnologías o la prevención del consumo de sustancias adictivas.