



CEIP ANTONIO INSUA BERMÚDEZ

Rúa Quart de Poblet s/n. ☎ 982 82 81 51
C.P.:27800. Vilalba. LUGO 📠 982 82 81 52
✉ ceip.antonio.insua@edu.xunta.es
🌐 <http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipantonioinsua>

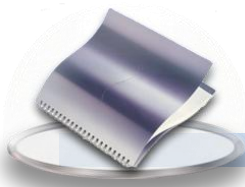




ÍNDICE DE CONTENIDOS

1.- Resumen de la vida del centro	3
2.- Participación e implicación en el proyecto de los órganos de coordinación docente y de representación.....	5
3.- Relación completa de profesorado participante.....	6
4.- Descripción completa de las actuaciones que se han desarrollado	7
5.- Proyectos de actuación para el futuro como consecuencia del trabajo realizado	21
6.- Bibliografía	22
7.- Anexos	25
7.1.- Solicitud de Informe favorable al Director General de Educación	25
7.2.- Certificación del Director de aprobación del Consejo escolar de la solicitud distintivo calidad: Sello Vida Saludable	26
7.3.- Informe favorable Inspección Educativa Zona	27

La orden **ECD/2475/2015, de 19 de noviembre** (B.O.E. número 281 de 24 de noviembre de 2015) **crea el distintivo de calidad de centros docentes Sello Vida Saludable** su desarrollo normativo viene regulado por la **Resolución de 23 de diciembre de 2015**, de la Secretaría de Estado de Educación, Formación Profesional y Universidades (B.O.E. número 313 de 31 de diciembre de 2015). Atendiendo a lo establecido en el apartado: Dos, Requisitos, de la Resolución anteriormente citada, el **Centro Público de Educación Infantil y Primaria Antonio Insua Bermúdez**, que opta a la obtención del distintivo Sello Vida Saludable, presenta la siguiente memoria técnica que consta de los siguientes apartados:



1.- RESUMEN DE LA VIDA DEL CENTRO

El CEIP Antonio Insua Bermúdez está ubicado en Vilalba, capital del Ayuntamiento que posee el mismo nombre, enmarcado en la comarca natural de la "Terra Chá". Limita al Norte con los municipios de Muras y Abadín, al Este con el de Abadín, al Sur con los de Cospeito, Begonte y Guitiriz, y al Oeste con los de Guitiriz y Xermade.

Su extensión es de 381 km² (el segundo de mayor extensión de Galicia, después de A Fonsagrada), su población es de unos 15.604 habitantes, distribuidos en 30 parroquias.

En el apartado de enseñanza existen en el Ayuntamiento los siguientes Centros docentes situados en el casco urbano de la villa:

- IES Santiago Basanta Silva.
- IES Lois Peña Novo
- CEIP Antonio Insua Bermúdez
- CEIP Manuel Mato Vizoso.
- EEI de Vilalba

Los que se señalan a continuación se sitúan en la zona rural:

- CEIP Monseivane de Moreda-Lanzós.
- CEIP Terra Chá de Román.

Nuestro centro el CEIP Antonio Insua Bermúdez se creó en el curso 1977/78. Se ubica en la Calle Quart de Poblet. Forma parte de la Ciudad Cultural Manuel Fraga Iribarne, conformando la zona educativa urbana de la localidad junto a la EEI Vilalba, el centro de primaria CEIP Manuel Mato Vizoso, los IES: Lois Peña Novo y Basanta Silva, así como la Biblioteca Municipal.

El CEIP Antonio Insua Bermúdez se caracteriza principalmente por acoger niños y niñas procedentes del núcleo rural y urbano en una proporción aproximada del 50%. Tiene, por tanto, servicios de transporte y comedor escolar. En el curso 2002-03 el Centro comenzó a funcionar en horario de jornada única aprobada por la comunidad educativa, hecho que favoreció la puesta en marcha de actividades extraescolares para todo el alumnado del Colegio.

En la actualidad nuestro CEIP consta de 4 unidades de infantil y 12 de Educación Primaria. Imparten clases 28 maestros/as: 16 tutores tutores/as, 1 maestra de Apoyo a Infantil, 2 especialistas de Educación Física, 2 especialistas de Inglés, 1 de Música, 1 de Religión católica, dependiente del Obispado, 3 de Pedagogía Terapéutica, 1 de Audición y Lenguaje. y 1 Orientadora. El número de educandos en este curso es de 322.



La implicación de las familias en el proceso educativo se puede considerar positiva, tanto en la participación de los órganos escolares como en las relaciones con el profesorado tutor a la hora de interesarse por la marcha de sus hijos y/o hijas.

La Asociación de Madres y Padres (AMPA) del centro aglutina a gran número de familias del alumnado del centro y dinamiza, organiza o colabora con el proyecto.

En este curso académico 2016-2017, el centro está inscrito en varios proyectos, en algunos inscritos y concedidos oficialmente en otros en trámite de concederlo:

PLAN PROA : Plan de Refuerzo Orientación y Apoyo. Depende de la Consellería de Educación de la Xunta de Galicia. Este Plan permite al alumnado propuesto por los docentes a asistir a clase unas 4 horas semanales para: ayudar a organizarse las tareas escolares, mejorar rendimiento académico, motivar para el aprendizaje, mejorar la integración del alumnado, adquirir mejor las competencias clave aprender a aprender, sociales y cívicas y sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor. Tenemos dos grupos con docencia interna.

PLAN MEJORA DE LA CONVIVENCIA Y PROMOCIÓN DE IGUALDAD EN LOS CENTROS : Plan que forma parte de los Contratos Programa organizados por la Consellería de Educación de la Xunta de Galicia. en el caso concreto de nuestro centro tiene como misión concienciar sobre la igualdad de género, sensibilización con la discapacidad. Implicar a la comunidad educativa y entidades externas en igualdad de género. Educar en el respeto, solidaridad. Conocer y respetar diferentes culturas, religiones...

PLAN DE MEJORA DEL NIVEL DE CONOCIMIENTOS PARA CONSEGUIR LA EXCELENCIA: Otra modalidad de los Contratos Programa de la Xunta de Galicia que pretende actuar en la línea de promocionar la obra literaria de Carlos Casares, autor de las Letras Gallegas 2016-17. Potenciar la creación poética del alumnado. Promover la dramatización y gusto por artes escénicas. Promover la conexión entre obra poética y expresión musical de las mismas. Dar a conocer el Mundo Romano en Vilalba y la ciudad romana de Lugo.

PLAMBE: Este Plan de Mejora de las Bibliotecas Escolares, potencia la labor de los equipos de biblioteca promocionando la lectura. En el centro cada año existe un hilo conductor que se propone desde el Claustro para coordinar el trabajo de la biblioteca y las aulas. Este año se dedica al Mundo de la Roma Clásica. Se realizan exposiciones de libros relacionados, cuentacuentos sobre el tema, mosaicos en gran formato para decorar paredes del cole, organizar en Carnaval Romano, salidas didácticas a: museos, arquitectura romana del contorno, circuitos de juegos de romanos y un sinfín de tareas sobre el tema.

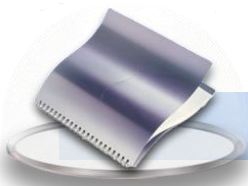
PLAN PROXECTA: PROXECTO DEPORTIVO DE CENTRO CEIP ANTONIO INSUA BERMÚDEZ 2013-14-15-16-17. Es una Modalidad del Plan Proxecta dependiente de la Consellería de Educación en la que somos veteranos y que tiene entre sus objetivos:

- Conocer **recursos del contorno del centro educativo** para **promover la actividad física**, el ejercicio físico y el deporte en los escolares gallegos para conseguir 1 h/día recomendada por la (Organización Mundial de la Salud, Directrices UE, ACSM etc.).
- **Crear** en los centros educativos las **Unidades de Promoción de Ejercicio Saludable** (UPES),
- Desarrollar **las funciones básicas de informar + asesorar + valorar + percibir actividad física, ejercicio físico y deporte orientado mejorar la salud**.
- **Optimizar los recursos** existentes en el **contorno** de los centros educativos, **ordenando y ampliando las ofertas de actividad física**, ejercicio físico y deporte.
- **Coordinar diferentes estructuras del deporte en edad escolar**: centros escolares, ayuntamientos, agrupaciones deportivas, AMPA, clubes, federaciones deportivas,...).

- **Relacionar** la práctica de la **actividad física y el deporte** con el tratamiento de la información y competencia digital a través de **las NNTT** como herramientas para compartir conocimientos y experiencias, fomentado la creación de redes y micro redes de trabajo.

PLAN CENTRO CARDIOSALUDABLE PARA DOTAR AL CENTRO DE UN DESA

Una iniciativa de la fundación salvavidas.org y del grupo Salutrans para la zona de Galicia que busca la promoción de la salud y pretende convertir espacios públicos en lugares cardiosaludables dotándolos de desfibriladores semiautomáticos (DESA). Para ello se venden unas 800 pulseritas solidarias y con lo recaudado se dota al centro de una vitrina expositora, un DESA, parches de niños y adultos, cartelería y formación para 8 personas en primeros auxilios, manejo de DESA, RCP, atragantamientos...



2.- PARTICIPACIÓN E IMPLICACIÓN EN EL PROYECTO DE LOS ÓRGANOS DE COORDINACIÓN DOCENTE Y DE REPRESENTACIÓN

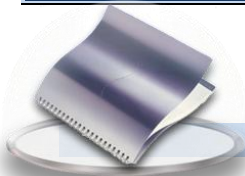
El equipo educativo de nuestro centro es un equipo estable, casi la totalidad del profesorado es definitivo. Ello unido a un grupo reducido de docentes y una buena convivencia contribuyen a crear un entorno agradable, que favorece las relaciones personales, la creatividad, el trabajo y la responsabilidad.

Existe coherencia y buena comunicación en el organigrama del centro a través de los diferentes grupos de trabajo: Coordinaciones de Nivel, Ciclo, Claustro, Comisión de Coordinación Pedagógica, Consejo Escolar, Equipo Directivo, Equipo de Actividades Extraescolares, de Biblioteca, de comedor, de Normalización y Dinamización Lingüística, con el ANPA.

Desde nuestra llegada al centro intentamos poner en marcha una serie de iniciativas que con el paso del tiempo hemos podido organizar mejor. En la actualidad directamente en el proyecto participan 7 maestros, el resto del claustro participa de igual modo en diferentes actividades aunque no figure en el Proyecto Deportivo de Centro 2016-17. La Salud es un contenido transversal que se trabaja desde diferentes ámbitos.

Todos los planes y actividades han sido planificadas y aprobadas por los equipos del centro competentes: equipos de actividades extraescolares, de normalización, CCP, equipo directivo... Gozan del apoyo y aprobación del Claustro. Fueron valoradas por la administración autonómica y evaluadas positivamente a través de memorias correspondientes por la propia administración, federaciones deportivas o comisiones evaluadoras de los diferentes proyectos/planes.

Gozamos del respeto y de la valoración positiva de compañeros, del reconocimiento de diferentes niveles de administración, de las federaciones deportivas y el más importante, de las familias y alumnado del centro que evalúan positivamente: nuestro esfuerzo, la implicación personal más allá de las funciones docentes. Hemos recibido algunos premios estatales, menciones en galas del deporte, cartas de felicitaciones de la inspección, de las federaciones, títulos en campeonatos locales, provinciales, autonómicos e incluso estatales.



3.- RELACIÓN COMPLETA DE PROFESORADO PARTICIPANTE

Como se puede inducir de la lectura del apartado anterior, de proyectos desarrollados, se implica un gran número de elementos de la comunidad educativa: alumnado, profesorado, personal no docente, AMPA, familias y entidades locales, de la comunidad o estatales.

Respecto al profesorado actual hacemos una relación de las personas docentes, el cargo y puesto desempeñado en las actividades:

DOCENTE	CARGO	DESEMPEÑO
Constantino Alvite Muinelo	Director / tutor 5ºB	Participante
María E. Guerrero Rico	Jefa Estudios / Tutora 5ºA	Participante
Arturo Gómez Mato	Secretario / TICS	Participante/TICS
Jesús Manuel Fernández Abuín	Maestro E.F. / Tutor 3ºA	Coordinador PDC
Teresa Sánchez Marzán	Maestra EF	Participante
María Carmen Portela Otero	Apoyo / Psicomotricidad	Participante
Alejandra Vázquez Noche	Maestra Música	Coord. Extraescolares
Inés Castelo Currás	Maestra A.L.	Coord. Biblioteca
Teresa Santiso Escourido	Tutora 6ºB/Encargada Comedor	Participante
Mª Carmen Blanco Valín	Tutora 4º Infantil	Participante
Elena María Mera Núñez	Tutora 5º Infantil	Participante
Mº Belén Pavón Mauriz	Tutora 6º Infantil A	Participante
Ana Rábade Fernández	Tutora 6º Infantil A	Participante
Cristina Rodríguez Rodríguez	Tutora 1ºA	Participante
Abel Vázquez Pardo	Tutor 1ºB	Participante
Maite Reges Rico	Tutora 2ºA	Participante
Mari Blanco García	Tutora 2ºB	Participante
Magdalena Domenech Gruñeiro	Tutora 3ºB	Participante
Mari Carmen Vázquez Otero	Tutora 4ºA	Participante
Isabel Villanueva Prados	Tutora 4ºB	Participante
Pilar Noche Noche	Tutora 6ºA	Participante
Teresa Santiso Escourido	Tutora 6ºB/Encargada Comedor	Participante
Laura Vázquez Carballeira	Maestra Religión	Participante
Ana María Martínez Castro	Orientación	Participante
Montserrat Rego Blanco	Filología Inglesa	Participante
Mª Pilar Lama Villares	Filología Inglesa	Participante
Belén Ramudo Hermida	PT	Participante
María Edrosa Muinelo	PT	Participante
Mª Ángeles Eimil Castro	PT	Participante

Debemos mencionar el apoyo del personal no docente:

- Cocina: cocinero y ayudantes de cocina, realizan una importante labor apoyando, asesorando e interesándose por una alimentación saludable desde su ámbito de competencia.
- También al servicio de Conserjería: siempre dispuesta a colaborar en el servicio de reprografía con las notas de actividades deportivas, cartelería...
- El gran apoyo del personal del AMPA que programa gran cantidad de actividades extraescolares deportivas, organiza charlas sobre salud: alimentación, internet... colabora aportando material para realizar actividad física en horario lectivo, canastas, mesas de

tenis de mesa, mobiliario de juegos para infantil... Todos somos importantes en esta labor.



4.- DESCRIPCIÓN COMPLETA DE LAS ACTUACIONES QUE SE HAN DESARROLLADO

PUNTO DE PARTIDA, ANÁLISIS INICIAL

El Proyecto de Salud concretado en el Plan Proxecta: Proyecto Deportivo de Centro, **nace desde el Área de Educación Física, al estar muy sensibilizados** desde la formación inicial: en la Facultad de C.C. de Formación del Profesorado, en la facultad de C.C. de la Actividad Física y del Deporte y en un Postgrado en Actividad física saludable, **con el tema de la Actividad Física Saludable y la condición física Saludable.**

En nuestro grupo de trabajo partimos de un concepto de salud evolucionado de los clásicos:

- Tradicional y limitado: Ausencia de enfermedad.
- O.M.S. en 1946: Estado completo de **bienestar físico, mental y social.**
- Milton Terris en 1975: Estado de bienestar físico, mental y social con capacidad de funcionamiento.
- Luís Salleras i San Martí: **El logro del más alto grado de bienestar físico, mental y social y de capacidad de funcionamiento que le permitan los factores sociales en los que vive inmerso el individuo y la colectividad.**

Analizando las estadísticas de morbilidad de la población adulta en Galicia y España, en informes de los últimos años del Instituto Nacional de Estadística (INE) y del Instituto Galego de Estadística (IGE) se advierte que las primeras causas de muerte de la población adulta son perfectamente evitables y educables. A este respecto es obligatorio citar la referencia del Ministro Canadiense Mark Lalonde en un informe publicado en 1974: "***A new perspective on the health of Canadians Ottawa: Office of the Canadian Minister of National Health and Welfare. April 1974***" analizaba los determinantes de salud y el gasto por determinantes. Advertía de la importancia de promocionar y gestionar El Estilo de Vida Saludable. Este factor el ESTILO DE VIDA SALUDABLE es el que más importancia posee sobre la salud y es al que la Administración y Gestión Sanitaria dedica menos presupuestos.



La situación inicial del centro era la típica y tónica en estos tiempos, una oferta de actividades deportivas dominada por el fútbol, dentro del centro y fuera del horario escolar, donde un club deportivo local posee todo el protagonismo. En el centro ya se habían tomado decisiones para abrir la oferta a otros deportes con un horario por cursos para repartir las pistas deportivas, durante los recreos los niños dominaban todos los espacios con la pelota y el fútbol, peleas asociadas originadas por el desconocimiento de las reglas o la ausencia de una oferta multidisciplinar de ocio en el tiempo de recreo. Inactividad de cierto número de alumnos e índices de sobrepeso que se veían más a menudo de lo deseable en edades tempranas.

En síntesis finalizaremos este apartado concluyendo que en el CEIP Antonio Insua Bermúdez creemos en la enorme importancia que posee la actividad física organizada, sistemática,

coordinada por profesionales cualificados adecuadamente. **Apostamos por la promoción de la actividad física, por sus funciones: compensadora de estilos de vida poco saludables, de mejora de la salud** y por lo tanto de los principales riesgos de mortalidad de la población adulta, de **mejora del conocimiento de sí mismo**, de sus posibilidades, de los demás y de su contorno, de **mejora de las relaciones sociales**, de **equilibrio psicológico**, de **mejora del rendimiento académico** y de un largo sumatorio de beneficios verificados por la comunidad científica a lo largo de estos años. Desde hay seis años venimos promocionando actividades deportivas minoritarias del a contorna.

Nuestro proyecto saludable opera en diferentes líneas de trabajo:

- **Conocimientos Teóricos:** Presentaciones PowerPoint, temas del Área de Conocimiento del Medio Natural, social y Cultural, E.F.: concepto de salud, determinantes salud, importancia de estilo vida saludable, análisis de **principales enfermedades de muerte** de la población adulta: cardiovasculares [arterioesclerosis, ACV, infartos, angor, diabetes, colesterolemia, hipertensión], tumores, respiratorias [asma, tabaquismo], además de trabajar otros temas importantes como la educación vial, educación en peligros de la internet o la educación sexual.

- **Promoción de actividades de condición física saludable:** somos apasionados del atletismo y hemos creado un club de Campo a Través y Atletismo que participa desde el curso 2010-11 en las competiciones del Plan Autonómico de Deporte Escolar (XOGADE). Participa en todas las competiciones preparatorias clasificatorias, provinciales e incluso a las gallegas en las que se clasifica.

Apoyamos el club de triatlón local aportando muchos niños, participando, asistiendo, promocionando y animando a los alumnos en todas las competiciones de las diferentes fases y de diferentes modalidades de la temporada: Nada-Corre, Duatlón, Aquatlón, triatlón. Conseguimos resultados en los campeonatos provinciales y campeonatos gallegos.

- **Promoción clubes deportivos minoritarios locales:** el Ayuntamiento de Vilalba recientemente recibió un premio al deporte gallego como el Mejor Ayuntamiento promocionando Actividad Física y Deporte. Esta línea de trabajo de promoción se realizaba anteriormente y se ha potenciado incluyendo en las programaciones de E.F. y aprobando en Consejo Escolar y en la Programación General Anual, Unidades de promoción de actividades deportivas minoritarias: tenis de mesa, taekwondo, Lucha Olímpica, Baile, Voleibol, Baloncesto, Triatlón, Rugby, Esgrima... Programamos anualmente diferentes modalidades con el objetivo de que el alumnado pruebe otras modalidades deportivas y se garantice una mayor oferta multidisciplinar. Abrimos el centro al contorno aprovechando las potencialidades de actividad física, ejercicio físico o tiempo lúdico motriz.



- **Charlas, visitas de deportistas famosos:** Hemos programado visitas de personalidades del deporte de competición como el cinco veces campeón del mundo de Triatlón **Javier Gómez Noya**, hemos entrevistado para la revista del centro al jugador de fútbol **Trashorras** que ha estudiado en nuestro centro y actualmente lleva la camiseta del Rayo Vallecano. Asistimos a las jornadas de ascenso del Club de Baloncesto Femenino Ensino. Hemos recibido a varios Jugadores del Club deportivo Lugo, hemos visitado el estadio del Celta de Vigo o recibido en el centro al entrenador y varios jugadores del EMEVÉ Voleibol Lugo. El Seleccionador Junior español de Lucha Olímpica nos ha dado clase de dicha disciplina...

- **Orientación del alumnado en las modalidades deportivas extraescolares del ANPA y del Concello.** Asesoramos, colaboramos con ANPA y Concello promocionando, participando en sus actividades deportivas anuales. A principio de curso elaboramos notas, pegamos carteles informativos y publicamos en la web del centro la oferta, horarios y precios de las diferentes actividades. En las tutorías orientamos a los padres para ofertarles actividades más apropiadas a

sus hijos. Organizamos unidades didácticas de actividades minoritarias para que prueben experiencias multidisciplinares que mejor se ajusten a sus gustos, potencialidades...

- **Estructuración de los Recreos Activos:** hemos intentado reestructurar los recreos para que sean más democráticos, multidisciplinares y activos. Creando una sala de Tenis de Mesa, ligas de diferentes deportes que gestionan los niños, asesorados por la UPES (Unidad de Promoción de Ejercicio Saludable): fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano, brilé, tenis de mesa. Hemos creado un horario de recreos en los que cada curso cada día realiza una actividad diferente; un día toca tenis de mesa, otro día pista de fútbol, otro día de baloncesto, otro de brilé, otros juegos populares. Hemos pintado zonas del patio con juegos populares. Hemos iniciado una escuela de Atletismo en los recreos, donde cualquier alumno que lo desea puede jugar con las HHBB del atletismo (marcha, carreras, relevos, vallas, lanzamientos, saltos).

- **Trabajamos los Primeros Auxilios desde infantil:** hemos programado Unidades didácticas para iniciarse o resolver: Paradas Cardiorespiratorias, atragantamientos... con los alumnos desde la etapa de Infantil hasta el último curso de Primaria. Recientemente estamos participando en una campaña para dotar al centro de DESfibrilador SemiAutomático (DESA).

- **Potenciación de la Colaboración con las diferentes estructuras deportivas de la Administración y Federaciones.** Para participar en diferentes campañas, actividades de promoción, competiciones deportivas locales, provinciales y autonómicas o estatales. Competición deportiva Escolar Xogade en Campo a Través, Atletismo, competiciones carreras populares locales (San Silvestre de Nadal, Letras Galegas...) competiciones de triatlón, Nadacorre, duatlón, Planes Deportivos de Centro, Encuentros Nacionales de centros Promotores de la Actividad Física y Salud, Gala del Deporte, Fiestas fin curso escuelas deportivas, jornadas de puertas abiertas...

- **Desarrollo de las Nuevas Tecnologías de la Información y Comunicación administrando la web del centro y la revista escolar A Pravia.** Disponemos de una web de centro (<http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipantonioinsua/>) en la plataforma drupal, la galería de imágenes en plataforma coppermine o el aula virtual en plataforma drupal. Somos conscientes de que es importante, saber (teoría), saber hacer (competencias) y saber comunicar, por ello siempre nos hemos valido de la tecnología para buscar conocimientos, evaluar conocimientos, aprender a hacer o para dar a conocer toda la actividad realizada a la comunidad educativa con la publicación en la web de contenidos digitales: noticias, revistas, videos, premios, iniciativas llevadas a cabo por el centro.

- **Creación de una Unidad de Promoción de Ejercicio Saludable** en la que se incluye directamente al profesorado del Proyecto Deportivo de Centro del Plan Proxecta 2016-17. Este equipo cumple diferentes misiones: programa, coordina, organiza, comunica, investiga, evalúa, colabora para hacer posible este trabajo. La mayor parte del trabajo se realiza fuera de horario lectivo, de forma totalmente altruista y totalmente gratis, autocosteándose en numerosas ocasiones gastos de desplazamientos y comidas.

ACTUACIONES QUE SE HAN DESARROLLADO DURANTE ESTOS AÑOS

- PREMIOS DEL FROM (24 de junio de 2010):** Acudimos al acto de entrega de premios del FROM, dependiente del Ministerio de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino, que tuvo lugar en Madrid en las dependencias del referido Ministerio. Se otorgaron galardones a 6 centros escolares de toda España, entre ellos nuestro centro: CEIP ANTONIO INSUA BERMÚDEZ, dentro de la campaña con el lema "PARA UNA ALIMENTACIÓN SANA, CUATRO RACIONES DE PESCADO A LA SEMANA". Al acto de entrega acudieron en representación del Colegio: en la 1ª foto, Constantino Fernández Díaz y Senén Montero Feijoo, Director y Encargado de Comedor, respectivamente, que aparecen con el galardón, y en la 2ª imagen acompañados de la Sra. Ministra de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino y del Presidente del FROM.



Contamos con un comedor con cocina propia: cocinero y dos ayudantes. implicados en alimentación saludable, concienciados con control de sal, azúcar visible e invisible, enemigos de lo precocinado. Cocina saludable tradicional con abundancia de lo fresco de temporada: verduras, legumbres, pescado y carne de calidad, aceite de oliva, mucha fruta fresca. La alimentación es salud y lo tenemos claro. Somos lo que comemos.

- ACTIVIDAD "PONLE LAS PILAS A TU BOCATA".** Actividad desarrollada por la Consellería de Educación y la Consellería do Mar en la que se promocionaba una alimentación saludable a través de los bocadillos con: conservas de pescado, conservas de marisco y con verduras. Además de trabajar hábitos de alimentación saludable aprendimos a conocer diferentes pescados y propiedades nutritivas de los mismos.



- **II ENCUENTROS NACIONALES DE CENTROS PROMOTORES ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA. (2010-11)** Fuimos seleccionados entre centros de toda Galicia para participar en esta iniciativa celebrada en Sierra Nevada, compartiendo vivencias y experiencias sobre la promoción de la actividad física saludable con escolares y maestros de E.F. de toda España.



- **PLAN PROADES:** Programa del Consejo Superior de Deportes de Promoción de Actividades Deportivas a través de las federaciones regionales y los clubes locales. Participamos en diferentes programas:
 - **Campaña Lanza, batea y Corre:** (2010-11) promoción de beisbol y softbol a través del Club Lume de Beisbol, con un mini clinic de varios días y con regalo de un equipo básico beisbol.
 - **Campañas Pequevolei:** (2010-11-12-13-14) campaña anual de promoción de minivoley y voleibol con el desarrollo de una Unidad Didáctica de mini voleibol en la que se accede a material de una forma muy ventajosa. Participamos varios años seguidos hasta que conseguimos material más que suficiente, seguimos desarrollando Unidades Didácticas de miniboley y ligas gracias al material conseguido. Todos los años compartimos estas iniciativas y otras para conseguir material de modo competitivo a través de las redes sociales.
 - **Triatlón divertido:** (2010-11) campaña de la Federación Española de Triatlón dependiente de subvenciones del CSD que llevaba el triatlón a las escuelas para que se conociese y se promocionase. Organizamos casi anualmente visitas del promocionales del equipo de Triatlón San Roque de Vilalba o Club Fluvial de Lugo Triatlón, nuestra escuela hermana. Cada año aumenta el número de inscritos en el club fundamentalmente, casi en su mayoría integrantes de nuestro centro.



- **XOGADE: (2010 a 2017)** Xogos Galegos Deportivos. en diferentes modalidades: Competitiva, lúdica, conoce tu club y juegos populares.
EQUIPOS DE CAMPO A TRAVÉS Y ATLETISMO. Participamos gestionando directamente con un equipo de Campo a Través y Atletismo. En el año que comenzamos en el curso 2010-11 apenas participamos con unas decenas de alumnos y en este tiempo hemos ido creciendo en número de participantes y hemos participado en numerosas disciplinas atléticas obteniendo resultados en campeonatos provinciales y clasificándonos



para campeonatos gallegos. En la última prueba preparatoria de Campo a Través 2017, hemos acudido con una inscripción de 169 atletas de categorías: benjamín, alevín e infantil.

El objetivo principal de estas actividades es la evaluación, el desarrollo y mejora de la Condición Física Saludable a través de la competición.

Evaluamos anualmente la Condición física saludable a través de la Batería Eurofit y los resultados nos proporcionan orientaciones para mejorar la condición física de los alumnos, potencialidades para seleccionar pruebas de atletismo para las que están más cualificados y son un buen estímulo para superarse y esforzarse, al compararse con los demás compañeros o con sus propias marcas.



Bo papel dos atletas chairegos no Galego escolar

El deporte en campo a través, galgo escolar, chairegos, atletismo, galego.

A comarca chairega sempre ben representada no campionato Galego escolar de campo a través, celebrado este fin de semana no campo de golf do balneario de Guitiriz, cunha artefacta que, a pesar de ser pouco, asumira un bo papel nesta competición.

Os mellores resultados díxense en individual na categoría cadete, na que os subcampións provinciais Diego Filibeto Xardo e David Carro Paz clasificáronse entre os dez primeiros. O portanteiro anexo unha meritoria quinta posición, mentres que a galegonesa foi sexta.

En infantil feminino, María Calvo Tejada, tamién da escola municipal de Guitiriz, finalizou na Vitoriana sétima posición de entre as 70 concorrentes que participaron nesta categoría.



EQUIPOS DE TRIATLÓN: CLUVE FLUVIAL DEL LUGO-San Ramón de Vilalba. Nos implicamos con diferentes clubes locales y especialmente con el equipo local de Triatlón San Ramón de Vilalba, hermanado con el Club Fluvial de Triatlón. Promocionamos este deporte por el potencial cardiosaludable que posee. Todos los curso organizamos una UD de triatlón. Con los años el gran trabajo realizado por los entrenadores del club, los buenos resultados y el apoyo-promoción que recibe desde el centro han hecho que el club crezca año a año. En cuanto a resultados de competición son muy buenos ya que se han cosechado éxitos a nivel comarcal, provincial, gallego y estatal.



La Agrupación San Ramón duplica sus miembros en un año

El club vilalbés cuenta con unos 40 atletas siete a 16 años en sus filas, 16 más que el año pasado tras unas jornadas de promoción

...son que lles guste o despo que pouco a pouco realiceiro, se veva unha progresión...
...os deportistas se rep...
...os grupos segun las e...
...que ocultan entre los surto y...
...años. En todo están los que...
...entrenan los lunes y...
...ve, mientras que en al...
...de los domingos y cadete...
...cuatro semanas a la vez...
...todas ellas combinan con...
...o biciclata con la giceta...
...Actualmente, se est...
...rando para la próxima...
...da, que atraxerá un...
...do, que atraxerá un...





VISITA DEL CLUB EMEVÉ DE VOLEIBOL (2011-12). Invitamos al club lucense de Voleibol a nuestro centro para que el entrenador del club de los mayores del EMEVÉ nos enseñase con la ayuda de alguno de sus jugadores los fundamentos del deporte. Nos enseñaron a tocar de dedos, antebrazos, a rematar y a sacar. Al terminar nos formaron balones y nos los regalaron. Se intentó formar una escuela deportiva municipal, pero finalmente la idea no frugó por falta de inscripciones.



PROMOCIÓN DEL TENIS DE MESA (2012-13) Promoción de Unidad Didáctica de Tenis de Mesa de las Escuelas Deportivas de Vilalba. El monitos Álex, Licenciado en CC de la Actividad Física y del Deporte y Técnico municipal de la Concellería de Deportes, nos enseñó jugando diferentes aspectos técnicos del deporte. Algunos educandos de la imagen han sido grandes deportistas en diferentes modalidades; campeones provinciales/ gallegos de atletismo, campo a través o duatlón y Campeones gallegos y de España en Fútbol Sala. Hoy militan en el Deportivo de la Coruña cursando ESO.



PROMOCIÓN TAEKUONDO (2012-13). En colaboración con el club local de Taekwondo organizamos una Unidad Didáctica de 3 sesiones para conocer un deporte minoritario con un club local muy importante, que en la **I Gala del Deporte de Vilalba** ha recibido la nominación y un premio por su trabajo a lo largo de los años de su existencia.



UNIDADES DIDÁCTICA DE PRIMEROS AUXILIOS: 2010-Actualidad. Desarrollamos anualmente UU DD de Primeros Auxilios, trabajando el conocimiento de los Principios fundamentales del socorrismo: Valoración situación, llamada a emergencias, la RCP: en adultos, niños y lactantes, Maniobras de Heimlich para lactantes, niños y adultos...



DESCUBRIENDO EL TIRO CON ARCO (2013-14). Solicitamos la colaboración del Club de Tiro con Arco local para que les enseñasen a los mayores los fundamentos de este deporte minoritario.



VISITA DEL PENTACAMPEÓN MUNDIAL DE TRIATLÓN JAVIER GÓMEZ NOYA (2013) Con la ayuda de Adrián Vázquez, entrenador del Club de Triatlón Fluvial de Lugo conseguimos que el campeón visitara nuestro cole y nos explicase aspectos generales del triatlón, de las disciplinas, de sus comienzos en el deporte, de sus entrenamientos, aspectos de la alimentación y de entrenamiento.



ANDAINAS DEL CAMINO DE SANTIAGO.(2014- actualidad). En los últimos tres años organizamos una Andaina adaptada a todo el alumnado del centro por algún tramo del Camino de Santiago que trascurre por nuestra zona. En el curso 2015 hemos trabajado en el Plan de Mejora de Bibliotecas Escolares con el tema del Camino de Santiago y organizado diferentes actividades sobre el tema: exposiciones, charlas, andainas, carnaval temático...



UNIDADES DIDÁCTICAS DE LUCHA OLÍMPICA. Casi todos los cursos escolares contamos con la colaboración de este club para desarrollar una UD de Habilidades de Lucha. La línea de promoción de deportes minoritarios asentados en la ciudad nos lleva a promocionar y apoyar al club de Lucha Olímpica de Vilalba, dirigido por excelentes entrenadores, un seleccionador nacional junior y un multicampeón de España, con los que siempre podemos contar.



JORNADAS PROMOCIÓN BALONCESTO. (2014-15). Con la colaboración de las Escuelas Deportivas de Baloncesto Municipales, filiales del Estudiantes de Lugo, organizamos unas jornadas de aproximación a las HHBB del Baloncesto. Al ANPA además lo incluye como actividad deportiva extraescolar. Deseamos potenciar otro deporte colectivo que amplíe los principios de multidisciplinariedad general y específica y el principio de variedad que no dominaba al llevarse el fútbol todo el protagonismo en la localidad.



UNIDAD DIDÁCTICA ESGRIMA. (2014-15). Contamos con la colaboración del Club de Esgrima de Lugo para conocer y experimentar las primeras sensaciones de este deporte olímpico. Nos han explicado la historia del deporte, disciplinas y jugamos con sables de gomaespuma. Lo mejor ha sido probar el traje y hacer una tirada con la equipación protectora y el marcador electrónico. Nos han invitado a probar en el club sin compromiso.



PRESENCIAMOS LA LIGA FASE DE ASCENSO BALONCESTO FEMENINO ENSINO LUGO (2014-15). Gestionamos presenciar un partido de la Fase de Ascenso del Equipo lucense de Baloncesto Ensino. En directo vivimos mucho mejor la calidad de los fundamentos de las profesionales.



PROMOCIÓN DEL TENIS DE MESA con el Club de Tenis de Mesa de Vilalba, TDM Vilalba. (Curso 2015-16) Organizando otra unidad Unidad Didáctica de Tenis de Mesa en toda la etapa de Primaria para que el alumnado de Primaria pueda conocer este deporte así como al club local con sus entrenadores.



CAMPAÑAS DE RECREOS ACTIVOS: Intentamos optimizar los recursos disponibles, ofertar más opciones de ocio activo y minimizar sedentarismo en los recreos a través de diferentes estrategias como: Ligas finalmente autogestionadas de diferentes deportes(fútbol sala, baloncesto, voleibol, brilé). Escuela de Atletismo. Zona de Juegos Populares. Zona de Tenis de Mesa (dos mesas plegables de gran calidad sufragadas por el ANPA y por el centro). Horarios de recreos estructurados por zonas de juego, curso y día lectivo de semana. Cajones de Cuerdas, balones.



CONOCIENDO EL RUGBY. (2015-16). El club Muralla de Rugby organizó una Escuela en el Ayuntamiento de Vilalba y colaboramos promocionando una Unidad Didáctica para que el alumnado de tercer ciclo de primaria se acercara a este gran deporte de compañerismo y valores deportivos.

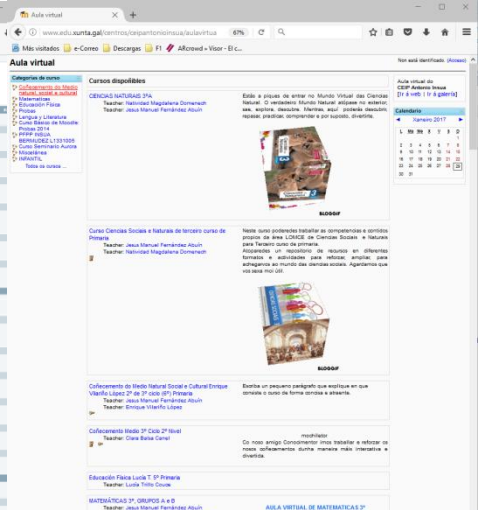
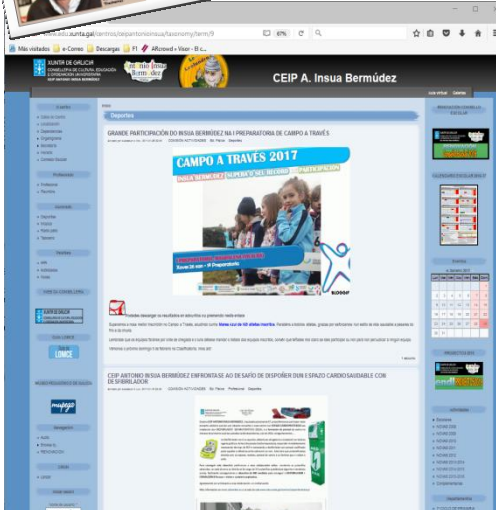
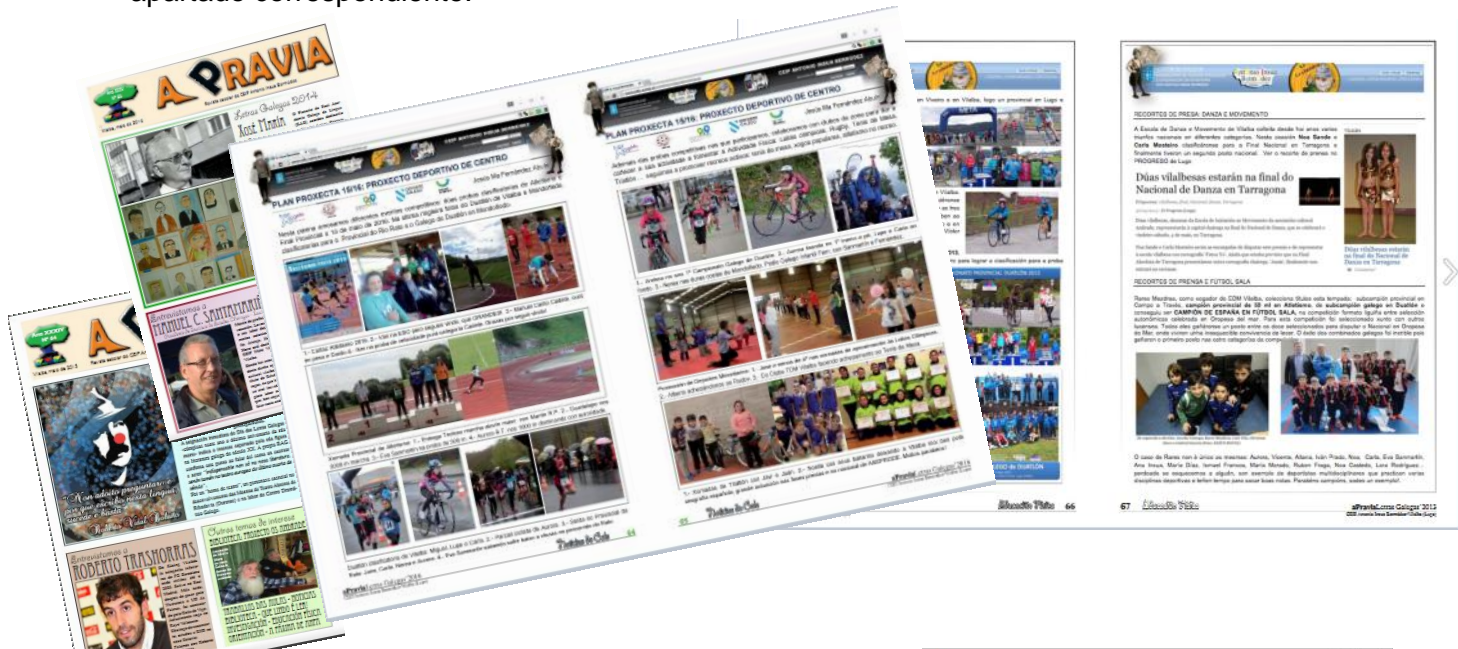


DEPORTISTAS FAMOSOS. (Varios años) En este apartado hemos buscado referentes reales que aportaran experiencias o vivencias desde otra perspectiva, la de deportista profesional. Hemos podido contar a lo largo de estos años con la visita de Javier Gómez Noya, pentacampeón mundial de triatlón. Realizado una entrevista para la revista escolar A Pravia a Roberto Trashorras jugador vilalbés, estudiante del Insua Bermúdez que milita en 1ª división de

fútbol, hemos recibido la visita de jugadores del Club Deportivo Lugo. Nos enseñaron Fundamentos Técnicos el entrenador y un jugador del EMEVÉ lucense de Voleibol. Hemos asistido a un partido de la Fase de ascenso del Club Baloncesto Ensino en 2015.



USO DE LAS NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA POTENCIAR LA COMUNICACIÓN DE ACTIVIDADES REALIZADAS. Gestionamos la web del centro regularmente, muy animada en las entradas de promoción de Estilo de Vida Saludable, noticias competiciones, gestionamos la galería de imágenes, editamos videos y tenemos un aula virtual muy usada por el alumnado donde trabajamos contenidos de salud en las áreas de Conocimiento del Medio Natural, social y Cultural y EF. Hacemos realidad una escuela digital. Elaboramos además anualmente con el alumnado una revista anual del centro: A PRAVIA, disponible digitalmente en la web en el apartado correspondiente.





WEB DEL CENTRO: <http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipantonioinsua/taxonomy/term/9>
GALERÍA IMÁGENES CENTRO: <http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipantonioinsua/galeria/>
AULA VIRTUAL: <http://www.edu.xunta.gal/centros/ceipantonioinsua/aulavirtual/>
CANAL DE YOU TUBE: https://www.youtube.com/my_videos?o=U

 <p>Exploramos o funcionamento das costelas 1 de jun. de 2014 23:27 45 visualizaciones Incluye contenido protegido por derechos de autor</p>	 <p>Corto Plan Proxecto Proxecto Deportivo DE Centro CEIP Antonio Insua Bermudez Vilalba 2013_14 25 de jun. de 2014 2:10 135 visualizaciones Incluye contenido protegido por derechos de autor</p>
 <p>Exploramos o funcionamento do Diafragma na Respiración 1 de jun. de 2014 17:04 133 visualizaciones Incluye contenido protegido por derechos de autor</p>	 <p>Proxecto O Mundo da Ciencia 2013 14 25 de jun. de 2014 1:34 161 visualizaciones Incluye contenido protegido por derechos de autor</p>
 <p>Filme_Proxecto_Deportivo_Centr... 3 de jul. de 2016 16:42 193 visualizaciones Incluye contenido protegido por derechos de autor</p>	

NOMINACIÓN EN LA I GALA DEL DEPORTE DE VILALBA. (2016-17) Este curso se ha celebrado la **I Gala del Deporte** en nuestra localidad y hemos sido nominados en la modalidad de Mejor Club: Club de Campo a Través y de Atletismo. En la Gala han recibido numerosos reconocimientos los clubes con los que colaboramos asiduamente.

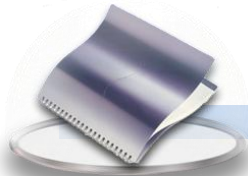


CREACIÓN DEL CLUB ATLETISMO VILALBA. Padres de nuestros alumnos han creado el Club Federado de Atletismo CAV, Club Atletismo Vilalba. Fundamentalmente se orienta a las competiciones de resistencia: carreras populares, medias maratones, maratones, trails. Tenemos atletas que compiten en los Maratones de Berlín, Chicago, New York. Sin duda un buen referente para sus hijos. Organizan desde su creación competiciones en la Localidad: Carrera y Andaina de San Silvestre o colaboran con la Carrera de las Letras Galegas del Concello.





Quedan actividades y campañas por detallar, pero somos conscientes de que por el número y variedad de estrategias, se puede valorar el esfuerzo que supone el trabajo de docentes, alumnado, familias, técnicos y Ayuntamiento Vilalba, Delegación Provincial de Deportes, Federaciones de Atletismo, Triatlón, clubes locales y provinciales, Consellería de Educación y Deportes, Consejo Superior de Deportes... tantas personas, entidades, administración... hacia La mejora de Un Estilo de Vida Saludable del CEIP Antonio Insua Bermúdez de Vilalba.



5.- PROYECTOS DE ACTUACION PARA EL FUTURO

A corto plazo, para este curso tenemos dos iniciativas que ya están en marcha:

DOTACIÓN DEL CENTRO DE UN DESFIBRILADOR (2017)

El proyecto más inmediato es la consecución de un Desfibrilador Semiautomático para el centro a través del programa PULSERITAS SOLIDARIAS, de la fundación www.salvavidas.org y del Grupo Salutrans de Galicia, empresa concesionaria para la zona. Vendiendo 800 pulseritas a 3Euros se consigue un valioso paquete de : desfibrilador + vitrina expositora + cartel ería+ formación para 8 personas. Los gastos de mantenimiento son gratuitos y como gasto extra supone renovar partes fungibles, los parches cada 2 años y las baterías cada 5 años.

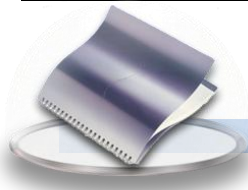


CHARLAS DE FORMACIÓN SALUDABLE (2017) Durante este curso hemos programado con el SERGAS, el Servicio Galego de Saúde unas charlas formativas para alumnado y profesorado sobre Primeros Auxilios y Sobre Alimentación Saludable. Además en colaboración con el ANPA organizaremos formación para familias sobre Alimentación Saludable.

Para el curso que viene, a parte de las líneas que venimos trabajando intentaremos enfocar dos líneas nuevas

EL CENTRO SE SUMARÁ AL PLAN DAFIS (2017-18) Tenemos previsto sumarnos a este Proyecto del Plan Proxecta de la Doncellería de Educación para evaluar al alumnado la Condición física saludable (similar al EUROFIT que venimos realizando con instrumentos creados por nosotros mismos o comprados con presupuesto del área de E.F.), pero nos permitirá acceder a instrumentos de medida válidos, a la Plataforma informática DAFIS, facilitando el trabajo de registro, volcando datos, análisis y comparación con referentes de nuestra comunidad. Podremos transferir los datos al pediatra de zona. Accederemos a formación docente. Vamos a ver como este trabajo de valoración de la Condición Física Saludable se ve muy facilitada.

CONTRATOS PROGRAMA DE EXCELENCIA (2017-18) Intentaremos participar en esta modalidad de los Contratos Programa desarrollados por la Doncellería de Educación, para mejora de la Excelencia a través de un programa de Atletismo en la escuela que estamos diseñando para el curso que viene.



6.- BIBLIOGRAFÍA

- 📖 AA.VV. Educación Física programación Anual. Ed. Pila Teleña. Bruño. Madrid. 2003.
- 📖 Larry Kenney, W.(1999). Manual ACSM para la valoración y prescripción del ejercicio. Paidotribo. Barcelona.
- 📖 Corpas Rivera, Francisco J., Toro Bueno, Salvador y Zarco Resa, Juan A. (1994). Educación física en la enseñanza primaria. Tema 5: “ *La salud y la calidad de vida. Hábitos y estilos de vida saludable en relación con la actividad física. El cuidado del cuerpo. Autonomía y autoestima*”. Ed. Aljibe. Málaga.
- 📖 Decreto 245/1992 do 30 de xullo, polo que se establece o currículo da Educación Primaria na Comunidade Autónoma de Galicia. (DOG, 14/08/92) Modificado e completado polo Decreto 235/1995, do 20 de Xullo (DOG de 10 de Agosto) MEC.
- 📖 Decreto 130/2007, do 28 de xuño, polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia (DOG do 09/07/2007).
- 📖 [Decreto 105/2014, do 4 de setembro, polo que se establece o currículo da educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia](#). DOGA núm. 171 do 9 de setembro de 2014
- 📖 INE (Instituto Nacional de Estadística) http://www.ine.es/prodyser/pubweb/myh/myh09_Salud.pdf (Consultado 11/01/2010)
- 📖 Devís y Devís, (2000) Actividad Física Deporte y Salud. Ed.: INDE. Barcelona.
- 📖 Documentación II Curso de Postgrado Actividad física y salud. INEF Galicia. 2001-2002.
- 📖 Enseñat Solé. A.(1994): Temario desarrollado de los contenidos de carácter didáctico y educativo en general para el acceso al Cuerpo de Maestros de Primaria. Tema 5:“ *La salud y la calidad de vida. Hábitos y estilos de vida saludable en relación con la actividad física. El cuidado del cuerpo. Autonomía y autoestima*”. INDE. Barcelona.
- 📖 Graña Martínez, V.(2002) : Manual Legislativo do Ensino non Universitario Galego. Caligraf Galicia.
- 📖 Guyton A.;1997: Fisiología General Del Ejercicio. Ed Mc Graw Hill Internacional. Madrid.
- 📖 Lalonde, M.A. (1974): A new perspective on the health of Canadians Ottawa: Office of the Canadian Minister of National Health and Welfare. April 1974.
- 📖 Latorre, Roman, P.A., Herrador Sánchez, J.(2003): Prescripción del ejercicio físico para la salud en la edad escolar. Aspectos metodológicos, Preventivos e Higiénicos. Editorial Paidotribo. Barcelona.
- 📖 Libro cuaderno de Patio Alumno BAC. Pila Teleña, Bruño. Madrid. 2003.
- 📖 López Miñarro, P. A. (2002): Mitos y falsas creencias en la práctica deportiva. INDE. Barcelona.
- 📖 López Miñarro, P. A. (2002): Ejercicios desaconsejados en la actividad física. Detección y alternativas. INDE. Barcelona.



- 📖 INE (Instituto Nacional de Estadística) Nota de Prensa del 22/12/2009 Tablas de Mortalidad de España. Año 2007 <http://www.ine.es/prensa/np584.pdf> (Consultado 11/01/2010).
- 📖 INE (Instituto Nacional de Estadística) Nota de Prensa del 06/04/2009 Defunciones según la causa de muerte. Año 2007 <http://www.ine.es/prensa/np545.pdf> (Consultado 11/01/2010).
- 📖 INE (Instituto Nacional de Estadística) Nota de Prensa del 30/03/2016. Estadística de defunciones según la causa de muerte. Año 2014. <http://www.ine.es/prensa/np963.pdf>
- 📖 INE (Instituto Nacional de Estadística) Nota de Prensa del 28/12/2009 Encuesta de Morbilidad Hospitalaria. Año 2008 <http://www.ine.es/prensa/np545.pdf> (Consultado 11/01/2010).
- 📖 INE (Instituto Nacional de Estadística) Nota de Prensa (29/11/2016). Encuesta de Morbilidad Hospitalaria año 2015. <http://www.ine.es/prensa/np1005.pdf>.
- 📖 Ley Orgánica 1/1990, de 3 de Octubre, de Ordenación General del Sistema Educativo. LOGSE
- 📖 Ley Orgánica 10/2002 de Calidad de la Educación LOCE BOE 307 de 24/12/2002 Sec 1 Pag 45188 a. 45220
- 📖 Ley Orgánica 2/2006, de 3 de Mayo, de Educación. LOE. BOE del 4/05/2006.
- 📖 [Lei Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa](#). LOMCE BOE martes 10 de diciembre de 2013.
- 📖 Mc Ardle, W. 1995: **Fisiología Del Ejercicio**. Energía, nutrición y rendimiento Humano. Alianza Deporte.Real
- 📖 Orde do 23 de novembro de 2007 pola que se regula a avaliación na educación primaria na Comunidade Autónoma de Galicia (DOG do 30/11/07).
- 📖 Orden ECD/2475/2015, de 19 de noviembre, por la que se crea el distintivo de calidad de centros docentes Sello Vida Saludable. (B.O.E. número 281 de 24 de noviembre de 2015).
- 📖 Pérez y Verdes, R. (2000). Apuntes Historia de la Actividad Física. Editorial Xaniño. A Coruña.
- 📖 Real Decreto 830/2003 por el que se establecen contenidos mínimos del curriculum de Primaria en la LOCE
- 📖 Real Decreto 115/2004 Por el que se establece el curriculum LOCE de Primaria.
- 📖 Real Decreto 1006/1991, de 14 de junio, por el que se establecen las enseñanzas mínimas (Logse) correspondientes a la Educación Primaria. (BOE, 26/06/91). Corrección de erros, (BOE, 01/08/91).
- 📖 Real Decreto 1513/2006, de 7 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas de la Educación primaria. (BOE 8/12/2006).
- 📖 Real Decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria y del Bachillerato. (BOE 3/01/2015)

[Resolución de 23 de diciembre de 2015, de 3 de mayo, de la Secretaría de Estado de Educación, Formación Profesional y Universidades \(B.O.E. número 313 de 31 de diciembre de 2015\)](#)

Sánchez Pinilla. O. (1992) : Medicina del ejercicio físico y del deporte para la atención a la salud. Ed. Díaz de Santos. Madrid.

Shephard, R.; Volle, M.; Lavallee, H.; La Barre, R.; Jequier, J. y Rajie, M. (1984). Required physical activity and academic grades: A controlled study. In J. Hmarinen y 1. Valimaki (Eds.), Children and Sport. Berlin: Springer.

Shephard, R. (1997). Relation of Academic Performance to Physical Activity and Fitness in Children. Pediatric Exercise Science, 13, 225-238.

Informaros que está aberto o prazo de solicitudes, ata o 28 de febreiro, para a obtención do "**DISTINTIVO DE CALIDADE DE CENTROS DOCENTES "SELLO DE VIDA SALUDABLE"**", que otorga o Ministerio de Educación.

Dentro do procedemento, consta a necesidade de solicitar informe favorable da consellería correspondente. Para a obtención deste informe favorable, os pasos a seguir son:

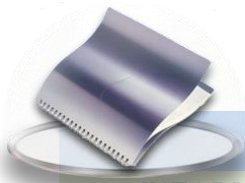
1. redacción da memoria do voso proxecto/solicitud.
2. obtención dun informe favorable previo do servizo de inspección educativa do voso centro, validando o recollido na memoria.
3. certificación da aprobación en consello escolar da solicitude do distintivo de calidade.

Con estes documentos, tendes que facer unha solicitude mediante mail a programaseducativos@edu.xunta.es do informe favorable da Dirección Xeral de Educación, anexando en PDF os documentos anteriores.

Finalmente, presentar toda a documentación vía telemática segundo o procedemento indicado na web do Ministerio (<http://www.mecd.gob.es/mecd/servicios-al-ciudadano-mecd/catalogo/general/educacion/202960/ficha.html>)

Para calquera dúbida, podedes chamar a:

FUNDACION DEPORTE GALEGO, 881.996.376, preguntando por Miguel Rodríguez Del Corral.



7.- ANEXOS

7.1.- INFORME FAVORABLE DE LA CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN DE LA COMUNIDAD AUTÓNOMA DE GALICIA

[Modelo de informe favorable emitido por la Consejería de Educación o las Direcciones Provinciales de Educación de Ceuta y Melilla](#)

D./Dña. Director/a General/ Director/a Provincial de Educación de de la Consejería de de la Comunidad Autónoma de Galicia en nombre y representación de dicha Consellería, informo favorablemente la solicitud del centro **CEIP Antonio Insua Bermúdez** relativa a su candidatura a optar al distintivo de calidad SELLO VIDA SALUDABLE,

Certifico que el **CEIP Antonio Insua Bermúdez** ha puesto en marcha un programa de VIDA SALUDABLE (ha desarrollado la siguiente actividad / ha proporcionado el siguiente servicio)

(Describese la actuación de forma que sea plenamente identificable, indicando su alcance, duración, forma de colaboración, el ámbito donde se ha aplicado, a quién ha ido dirigido, y cualquier otro aspecto que ponga de relieve su utilidad educativa o cualquier otra circunstancia significativa de la misma.)

El servicio de inspección educativa ha dado su V.º B.º a la solicitud de concesión del distintivo de calidad tras contrastar lo detallado en la memoria técnica.

Dicho proyecto se ha desarrollado de forma plenamente satisfactoria y ha contribuido a alcanzar los objetivos marcados en el artículo 2 de la Orden ECD/2475/2015 de 19 de noviembre («BOE» de 24 de noviembre) por la que se crea el distintivo de calidad SELLO VIDA SALUDABLE.

En, a de de

Firmado:

SR. DIRECTOR GENERAL DE EVALUACIÓN Y COOPERACIÓN TERRITORIAL.

(C/ LOS MADRAZO, 15-17, 28071 MADRID.)

*Director del centro enviará a correo dxefpie@edu.xunta.es **adjuntando** memoria y visto bueno inspección educativa firmada en pdf anexo a memoria



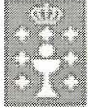
7.2.- CERTIFICACIÓN DIRECTOR DEL CENTRO APROBACIÓN POR EL CONSEJO ESCOLAR DE LA SOLICITUD DEL SELLO DE CALIDAD

*(Director certifica que la solicitud se ha informado en Claustro y ha sido aprobada.)



7.3.- VISTO BUENO INSPECTOR DE ZONA

*El Inspector de zona, según circular del Plan Proxecta del curso pasado, deberá dar el visto bueno validando que el contenido de la memoria se ajusta a la realidad del centro. **(No disponemos de un modelo oficial)**



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE CULTURA, EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

CEIP "ANTONIO INSUA BERMÚDEZ"

Rúa Cuart de Poblel, s/n Telf./Fax: 982-828151 / 52
27800 VILALBA (LUGO) ceip.antonio.insua@edu.xunta.es

CONSTANTINO ALVITE MUINELO, DIRECTOR DO CEIP "A. INSUA BERMÚDEZ", DE VILALBA (Lugo),

CERTIFICA:

Que o Consello Escolar deste centro, en sesión ordinaria levada a cabo o día 31 de xaneiro de 2017, nun dos puntos da Orde do Día, foi informado sobre a **SOLICITUDE POR PARTE DESTE CENTRO DO DISTINTIVO DE CALIDADE "SELO DE VIDA SAUDABLE"**, sendo a proposta posteriormente aprobada por unanimidade.

E, para que conste, asino a presente Certificación, en **Vilalba**, a dez de **febreiro** de **dous mil dezasete**.

O DIRECTOR

Asdo. **Constantino Alvite Muínelo**



XUNTA DE GALICIA

DELEGACIÓN TERRITORIAL
DE LUGO

Xefatura Territorial da Consellería de Cultura,
Educación e Ordenación Universitaria

Edificio Administrativo
Ronda da Muralla, 70
27071 LUGO
www.edu.xunta.es

galicia

Asunto: Sello Vida Saludable	Destinatario:
Referencia: 110220	Sr. Director
Fecha: 13 de febrero de 2017	CEIP Antonio Insua Bermúdez Rúa Quart de Poblet, s/n 27800 Vilalba(Lugo)

D. Santiago Sobrino Josenje Inspector de Educación, con destino en la sede de la inspección educativa de Lugo (Consejería de Cultura, Educación y Ordenación Universitaria de Galicia), siendo el inspector responsable del CEIP Antonio Insua Bermúdez de Vilalba (Lugo)

En cumplimiento de lo establecido en la resolución de 23 de diciembre de 2015, de la secretaria de Estado de Educación, Formación profesional y Universidades, por la que se establece el procedimiento para la concesión del distintivo de calidad Sello Vida Saludable procede a dar el *Visto Bueno a la memoria del CEIP Antonio Insua Bermúdez relativa a su candidatura a optar al distintivo de calidad sello vida saludable.*



Inspector de Zona

Edo. Santiago Sobrino Josenje



D. Manuel Corredoira López, director general de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa de la Consellería de Cultura, Educación e Ordenación Universitaria de la Comunidad Autónoma de Galicia, en nombre y representación de dicha Consellería, **informo favorablemente** la solicitud del centro CEIP Antonio Ínsua Bermúdez (Vilalba) relativa a su candidatura a optar al distintivo de calidad SELLO VIDA SALUDABLE,

Certifico que el CEIP Antonio Ínsua Bermúdez (Vilalba) ha puesto en marcha un programa de VIDA SALUDABLE, desarrollando la actividad o proporcionado el servicio que se describe en el anexo que se acompaña.

El servicio de inspección educativa ha dado su V.º B.º a la solicitud de concesión del distintivo de calidad tras contrastar lo detallado en la memoria técnica.

Dicho proyecto se ha desarrollado de forma plenamente satisfactoria y ha contribuido a alcanzar los objetivos marcados en el artículo 2 de la Orden ECD/2475/2015 de 19 de noviembre («BOE» de 24 de noviembre) por la que se crea el distintivo de calidad SELLO VIDA SALUDABLE.

En Santiago de Compostela a 21 de febrero de 2017

El director general de Educación, Formación Profesional e Innovación Educativa



Manuel Corredoira López

SR. DIRECTOR GENERAL DE EVALUACIÓN Y COOPERACIÓN TERRITORIAL.
(C/ LOS MADRAZO, 15-17, 28071 MADRID)



ANEXO

Descripción:	
Desde el curso 2010 hasta la actualidad el centro viene desarrollando una serie de iniciativas y proyectos que buscan favorecer estilos de vida saludables a través de oferta multidisciplinar. A nivel Cognitivo trabajamos concepto salud, factores, determinantes salud, causas de mortalidad, estilos de vida saludables. Creamos un equipo de Campo a Través y Atletismo. Competimos en Deporte Escolar y Federado. Colaboramos directamente con el Club de Triatlón local. Dimos a conocer la oferta deportiva de la zona en jornadas de Promoción deportiva. Evaluamos anualmente la Condición física saludable a través de Batería Eurofit. Estructuramos recreos activos con oferta y espacios variados toda semana para cada curso. Organizamos charlas con deportistas famosos. Trabajamos Primeros Auxilios y RCP en todas las etapas. Trabajamos la alimentación.	
Alcance:	Actuamos en la ESFERA COGNITIVA a través de contenidos/experiencias de salud. ESFERA MOTRIZ con las iniciativas que promueven la actividad física y condición física saludable. ESFERA ACTITUDINAL y ESFERA COMUNICACIÓN TIC'S.
Duración:	Este Proyecto de Estilo de Vida Saludable se ha iniciado desde el curso 2010 con la creación del Equipo de Campo a Través y Atletismo y se ha ido estructurando y desarrollado hasta la actualidad con todas las acciones mencionadas en la memoria.
Forma de colaboración:	Colaboramos con el profesorado, alumnado y ANPA del centro. Nos coordinamos con Clubes locales, Concejalía de Deportes, con la Delegación Provincial de Deportes, con las Federaciones locales y regionales. Con la Xunta de Galicia.
Ámbito en el que se aplicó:	Al ser un proyecto global hemos necesitado actuar: horario lectivo, actividades extraescolares y complementarias, tiempos de recreo, tiempo libre, nivel oferta de actividades extraescolares, con las familias, en el comedor.
Dirigido a:	Las iniciativas saludables han sido enfocadas hacia la comunidad educativa, haciendo énfasis en el alumnado de Infantil y Primaria. Incluyendo también al profesorado, personal no docente, las familias y el contorno social próximo.
Otros aspectos o circunstancias significativas:	
Hemos sido elegidos en 2010 representantes de Galicia en los II Encuentros de Centros Promotores de la Actividad Física Deportiva. En 2010 también recibimos un premio Nacional al comedor escolar de la Sra. Ministra de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino y del Presidente del FROM. Hemos sido Campeones Provinciales y Gallegos en varios deportes; Campo a Través, Atletismo, Nada-Corre, Duatlón, Triatlón. Tenemos alumnado campeón de España en: Judo, Fútbol Sala, Lucha Olímpica o en Baile. Recientemente varios padres han fundado el Club Atletismo Vilalba participando en Maratones de Berlín, New York, Chicago... En 2016 nos han nominado en la Gala Deporte de Vilalba. Vamos a dotar con un DESA el centro.	

Justificante de Presentación

Datos del interesado:

CIF - Q2768014I COLEGIO P C ANTONIO INSUA BERMUDEZ VILLALBA

Dirección: Calle cuart de poblet, s/n
Vilalba 27800 (Lugo-España)

Teléfono de contacto: 982828151

Correo electrónico: ceip.antonio.insua@edu.xunta.es

Datos del representante:

NIF - 33840682T CONSTANTINO ALVITE MUINELO

El presente justificante tiene validez a efectos de presentación de la documentación. El inicio del cómputo de plazos para la Administración, en su caso, vendrá determinado por la fecha y hora de la entrada de su solicitud en el Registro del Organismo competente.

Número de registro: 17011755303
Fecha y hora de presentación: 24/02/2017 17:32:55
Fecha y hora de registro: 24/02/2017 17:32:55
Tipo de registro: Entrada
Oficina de registro electrónico: REGISTRO ELECTRÓNICO
Organismo destinatario: S.G. de Cooperacion Territorial

Asunto: Solicitud Sello de Vida Saludable

Expone: Que creyendo reunir los requisitos necesario para ello

Solicita: La concesión a este Centro del Sello de Vida Saludable otorgado por ese Departamento

Documentos anexados:

Informe Inspección y Certificado CE - informeinspeccion+certificado_consello.pdf (Huella digital: 5363c363f29b650c2ac2f034585139db28410a1a) Informe Dirección Xeral - informe direccion xeral.pdf (Huella digital: 7291c08e35d708f5100921ccce4119027bce2484) Memoria Técnica - Sello_Calidade_INSUA_BERMÚDEZ_OK17_Memoria_Tecnica_DEF.pdf (Huella digital: 665ce54fda4a2f788d31d671746e318237f94008)

Alerta por SMS: No

Alerta por correo electrónico: Sí

De acuerdo con el art. 31.2b de la Ley39/15, a los efectos del cómputo de plazo fijado en días hábiles, y en lo que se refiere al cumplimiento de plazos por los interesados, la presentación en un día inhábil se entenderá realizada en la primera hora del primer día hábil siguiente salvo que una norma permita expresamente la recepción en día inhábil.