Aula Cuidadora

La LOMLOE subraya la importancia de un enfoque integral que no solo priorice la adquisición de conocimientos y competencias, sino que también fomente el bienestar emocional, la salud y el desarrollo de valores cívicos y medioambientales. Esta experiencia aborda la idea del ***Aula Cuidadora****, como un concepto que busca integrar estas dimensiones en el día a día de la escuela secundaria.*

El aula no debe ser únicamente un espacio donde se transmiten conocimientos académicos; debe ser un entorno seguro, inclusivo y propicio para el bienestar emocional de todos los miembros de la comunidad educativa, con especial atención al alumnado. La implementación de experiencias que protejan la salud mental, combatan el acoso escolar y prevengan la violencia, son esenciales para garantizar un ambiente escolar saludable. Los adolescentes necesitan espacios donde puedan expresar sus emociones, desarrollar su empatía y aprender a gestionar los desafíos emocionales que enfrentan en esta etapa de su vida. Además del bienestar emocional, la salud física es otro pilar fundamental en la construcción de un ***Aula Cuidador****a. Las escuelas tienen la responsabilidad de promover hábitos saludables, tanto en la alimentación como en la actividad física, asegurando que el alumnado entienda la relación entre su bienestar físico y su capacidad para aprender y desarrollarse.*

Ismael Lucena Rodríguez

Apolonia Albarracín Pérez

Benjamín Mañas Muñoz

José Luis Salas Martínez

EL AULA CUIDADORA: INTEGRANDO BIENESTAR EMOCIONAL, SALUD Y MEDIOAMBIENTE EN LA EDUCACIÓN SECUNDARIA

THE CARING CLASSROOM: INTEGRATING EMOTIONAL WELLNESS, HEALTH AND ENVIRONMENT IN SECONDARY EDUCATION

Ismael Lucena Rodríguez
Director del IES Europa de Águilas (Murcia)

Apolonia Albarracín Pérez
Profesora de Educación Física del IES Europa de Águilas (Murcia)

Benjamín Mañas Muñoz
Profesor de Biología y Geología del IES Europa de Águilas (Murcia)

José Luis Salas Martínez
Profesor de Música del IES Europa de Águilas (Murcia)

Resumen

El proyecto de ***Aula Cuidadora*** está directamente vinculado y alineado con la **misión, visión y valores** del Proyecto Educativo del Centro. La formación integral de los alumnos no es solo una respuesta a una necesidad puntual, sino una acción coherente con la visión del centro de formar personas completas y capaces, con valores sólidos que trascienden el ámbito académico. Por lo tanto, la participación activa en este proyecto por parte de todos los agentes de la comunidad educativa no solo es importante, sino necesaria para que el instituto cumpla su misión de educar de manera integral y alcance su visión de ser un referente en el desarrollo personal y social.

Palabras clave: Aula cuidadora, bienestar, emocional, salud, objetivo desarrollo sostenible, convivencia, responsabilidad, resiliencia, ecoescuela, valores.

Abstract

The project «Caring Classroom» is directly linked and on the line with the mission, vision, and values of our school Educative Project. Our students' integral education is not just an answer to a specific need, but a coherent action taken along with the school's vision of educating people in a complete way, making them capable, with solid values, that go beyond the academic aspect. Therefore, active participation of all the agents of the educative community involved in this project is not only important, but necessary in order that the School fulfills its mission of educating in a complete and integral way and reaches its vision of becoming a referent in the personal and social development.

Key Words: *Caring classroom, well-being, emotional, health, sustainable development goal, coexistence, responsibility, resilience, ecoschool, values.*

1. Introducción

En los últimos años, la comunidad educativa ha sido testigo de profundos cambios en las necesidades de los alumnos, especialmente en la etapa de la Educación Secundaria, un periodo clave para el desarrollo personal, social y académico. La Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE), subraya la importancia de un enfoque integral que no solo priorice la adquisición de conocimientos y competencias, sino que también fomente el bienestar emocional, la salud y el desarrollo de valores cívicos y medioambientales. Esta experiencia aborda la idea del *Aula Cuidadora*, como un concepto que busca integrar estas dimensiones en el día a día de la escuela secundaria.

El aula no debe ser únicamente un espacio donde se transmiten conocimientos académicos; debe ser un entorno seguro, inclusivo y propicio para el bienestar emocional de todos los miembros de la comunidad educativa, con especial atención al alumnado. La implementación de experiencias que protejan la salud mental, combatan el acoso escolar y prevengan la violencia, como las contempladas en la Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de Protección Integral a la Infancia y la Adolescencia frente a la Violencia (LOPIVI), son esenciales para garantizar un ambiente escolar saludable. Los adolescentes necesitan espacios donde puedan expresar sus emociones, desarrollar su empatía y aprender a gestionar los desafíos emocionales que enfrentan en esta etapa de su vida.

Además del bienestar emocional, la salud física es otro pilar fundamental en la construcción de un *Aula Cuidadora*. Las escuelas tienen la responsabilidad de promover hábitos saludables, tanto en la alimentación como en la actividad física, asegurando que el alumnado entienda la relación entre su bienestar físico y su capacidad para aprender y desarrollarse. La LOMLOE hace hincapié en la importancia de estos aspectos, destacando que una educación integral debe incluir programas de salud que preparen a los jóvenes para una vida activa y saludable.

En tercer lugar, la conciencia medioambiental ha cobrado una relevancia central en los programas educativos, en línea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). En particular, los ODS 4 (Educación de calidad), ODS 3 (Salud y bienestar) y ODS 13 (Acción por el clima), exigen que los jóvenes sean formados para convertirse en ciudadanos comprometidos con el cuidado del planeta. En este sentido, el *Aula Cuidadora* no solo debe cuidar del bienestar emocional y físico de los estudiantes, sino también fomentar una relación respetuosa y activa con el entorno natural. Actividades que promuevan la sostenibilidad, como huertos escolares, proyectos de reciclaje o educación sobre el cambio climático, pueden transformar el aula en un espacio de aprendizaje conectado con los desafíos medioambientales del presente y del futuro.

Finalmente, todo esto debe estar enmarcado dentro de los principios de los Derechos Humanos, que defienden el acceso a una educación inclusiva, equitativa y de calidad para todo el alumnado. La creación de un entorno seguro y saludable, donde se promuevan valores de respeto, igualdad y solidaridad, es esencial para formar una ciudadanía responsable, tanto con su bienestar individual como con el bienestar colectivo.

Este artículo explora cómo la implementación del concepto de *Aula Cuidadora* puede transformar la experiencia educativa en la secundaria, integrando el bienestar emocional, la salud y el compromiso medioambiental en cada aspecto del aprendizaje. Un enfoque que, al alinearse con las normativas educativas, los ODS y los Derechos Humanos, contribuye a la formación de jóvenes capaces de afrontar los desafíos del siglo XXI con empatía, responsabilidad y conciencia global.

2. Contextualización

El **IES Europa** es un centro que presta un **servicio educativo público** adaptado a la sociedad actual, en la cual se demandan ciudadanas y ciudadanos capaces de convivir en sociedades marcadas por la diversidad, capacitándolos para incorporar las diferencias de manera que contribuyan a la integración y a la solidaridad, así como para enfrentar la fragmentación y la segmentación que amenazan a muchas sociedades en la actualidad.

Queremos formar y preparar individuos creativos, emprendedores, críticos, competentes en las TIC, capaces de expresarse y comunicarse en una lengua extranjera, autónomos, con altas dotes sociales, que se adapten fácilmente a los ambientes laborales, capaces de trabajar con cualquier persona, en cualquier lugar y momento, en definitiva, formar **a ciudadanos capaces de desenvolverse en todos los niveles y contextos sociales**.

Para ello, el Centro, además de su línea curricular y pedagógica (prioritaria), pretende ofrecer una formación integral y transversal en nuestro alumnado a través de planes, programas y proyectos relacionados con el uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (**SENDA - Sistema de Enseñanza Digital en el Aula**); con el fomento de los idiomas (**PMPLE – Programa de Mejora y Profundización en Lenguas Extranjeras**), con la salud, el bienestar y la atención a la diversidad, con el medioambiente y la sostenibilidad: EsEnRED, *Ecoschool Adeac-Fee*, Deporte escolar, Huertos escolares, ConviveTeam, Corresponsales juveniles, GD Patrimonio, *Stars*, Aire limpio, Preciar, Cable amarillo, CAF educativo, ODSserva (con UPCT) y ODSesiones (con la UMU -Universidad de Murcia-).

Resaltar nuestra participación en Programas EUROPEOS (ERASMUS +) con una trayectoria de nueve proyectos, contar con la acreditación KA120 (siendo uno de los primeros centros de la Región en obtenerlo), movilidades KA121 (movilidades de larga y corta duración de alumnos, *jobshadowing* de profesorado), CARTA ECHE para Educación superior, y Consorcios con la Dirección General de Formación Profesional para movilidades de alumnos de Ciclos Formativos.

Además, el Centro cuenta con los siguientes premios y distintivos:

- Sello de Vida saludable.
- Sello «Centro con Compromiso de Calidad en los Servicios».
- Premio de la Fundación Claudio Naranjo por el proyecto «Música y Convivencia».
- Premio regional a la sostenibilidad en el ámbito educativo. (Periódico *La Verdad*).
- Distintivo de Bandera Verde Adeac Fee – *Ecoschool*.
- Primer premio (categoría Educación Secundaria) de Innovación Educativa de la Dirección General de Recursos Humanos, Planificación e Innovación con el Proyecto «Damos mucho juego».

Todo ello nos configura como **un centro abierto a la innovación, investigación y experimentación educativa.**

4. ¿Qué es el *Aula Cuidadora*?

El *Aula Cuidadora* puede definirse como un **proyecto integral de centro** en el que toda la comunidad educativa – alumnado, profesorado, familias y personal no docente – colabora activamente para crear un entorno educativo que prioriza el bienestar emocional, la salud integral y el compromiso con el medioambiente. Su objetivo es transformar el aula en un espacio cuidador donde no solo se enseñen contenidos académicos, sino que también se fomente el desarrollo personal y social del alumnado, abordando de manera holística su crecimiento emocional, físico y cívico.

4.1. Principios del Proyecto *Aula Cuidadora*:

Bienestar y educación emocional:

En el *Aula Cuidadora*, se implementan estrategias para mejorar la inteligencia emocional del alumnado, ayudándoles a gestionar el estrés, desarrollar la empatía, fomentar relaciones positivas y aprender a resolver conflictos de manera constructiva.

Talleres de educación emocional, programas de tutoría individualizada y el desarrollo de habilidades socioemocionales son parte de este enfoque.

Educación para la salud:

- El *Aula Cuidadora* incluye la promoción de hábitos saludables, tanto físicos como mentales, en el día a día escolar. Se abordan temas como la alimentación equilibrada, la importancia de la actividad física, la higiene del sueño, y se promueve un enfoque preventivo en temas de salud mental, ayudando a detectar y prevenir problemas como la ansiedad o el acoso escolar.
- Además, se integran contenidos sobre la salud reproductiva, la educación sexual y afectiva, así como campañas para la prevención de adicciones.

Valores medioambientales:

- La sostenibilidad es un valor central del proyecto. Se desarrollan actividades que sensibilizan al alumnado sobre el cuidado del medioambiente, como la creación de huertos escolares, talleres sobre reciclaje, proyectos de ahorro energético, entre otros.
- Estas iniciativas buscan fomentar en los estudiantes una conciencia ecológica, promoviendo hábitos sostenibles que los preparen para ser ciudadanos responsables con su entorno.

4.2. Relación con el ODS 4.7

El ODS 4.7 establece que los sistemas educativos deben asegurar que los alumnos adquieran los conocimientos y habilidades necesarios para promover el desarrollo sostenible, los derechos humanos, la igualdad de género, la paz y la ciudadanía global. El *Aula Cuidadora* está profundamente alineada con este objetivo, ya que:

- **Promueve la educación para la sostenibilidad**: al integrar proyectos medioambientales y actividades de concienciación ecológica, los alumnos no solo aprenden sobre el impacto de sus acciones en el medioambiente, sino que desarrollan actitudes proactivas frente a los desafíos globales como el cambio climático.
- **Fomenta valores de respeto, paz y ciudadanía global**: al trabajar el bienestar emocional y la salud, se fomenta un clima escolar de respeto, inclusión y colaboración; valores que son esenciales para la convivencia pacífica y la creación de ciudadanos responsables y solidarios a nivel global.
- **Educación integral**: este proyecto no solo cumple con los objetivos académicos, sino que va más allá al formar individuos emocionalmente sanos, conscientes de su salud y comprometidos con la justicia social y medioambiental, en línea con los principios del ODS 4.7.
- El *Aula Cuidadora* se convierte así en una experiencia clave para la formación integral del alumnado, abordando no solo su desarrollo académico, sino también emocional, físico y ético, en sintonía con las metas globales que buscan construir un futuro sostenible, justo y equitativo.

5. Bienestar emocional

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), el bienestar emocional «es un estado de ánimo en el cual la persona se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad».

Por otro lado, la OMS define la salud mental como «un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad».

El bienestar emocional y la salud mental, si bien componen dos categorías de análisis diferentes, pueden considerarse profundamente relacionadas la una con la otra, con espacios comunes, e interrelaciones manifiestas. Lo que ocurre en una de ellas modifica y define de manera recíproca y determinante el estado de la otra. La salud mental es una importante dimensión del estado de salud y tiene un carácter determinante del bienestar.

Los **centros educativos son el entorno ideal** para desarrollar intervenciones preventivas que promuevan el bienestar emocional. Estas intervenciones escolares pueden mejorar la salud mental, desarrollar elementos favorecedores, respetar la diversidad y mejorar en los resultados sociales y educativos.

Es fundamental que en el ámbito escolar se contribuya a crear un **sentido de pertenencia** que haga que los niños y jóvenes se sientan **conectados y bienvenidos**, fortaleciendo la identidad y autoestima; desarrollar competencias de resiliencia y superación, promover **comportamientos positivos** como el respeto, la responsabilidad y la amabilidad con amigos y seres queridos puede aumentar el bienestar mental. Ayudar a otros e involucrarse refuerza el formar parte de la comunidad educativa.

El *Aula Cuidadora* en el ámbito del bienestar emocional pretende mejorar los siguientes aspectos:

- **Desarrollo integral del alumnado**: este proyecto responde a la misión del Centro de formar integralmente a nuestro alumnado, no solo a nivel académico, sino también en su capacidad para gestionar emociones y convivir en armonía con los demás. Al fomentar el bienestar emocional, estamos contribuyendo a que los alumnos alcancen un desarrollo completo en todas las facetas de su vida, lo cual es esencial para su éxito futuro.
  - En un mundo donde las habilidades socioemocionales son cada vez más valoradas, este proyecto dota de herramientas para enfrentarse a los desafíos de la vida, tanto a nivel personal como profesional. El instituto no solo los prepara académicamente, sino que también se asegura de que sean personas

emocionalmente estables y capaces de tomar decisiones conscientes y equilibradas.

- **Fomento de una convivencia sana y respetuosa**: el proyecto apoya la visión de crear un ambiente de respeto y convivencia positiva. La educación emocional es fundamental para reducir los conflictos interpersonales y fomentar una cultura de empatía, tolerancia y cooperación, lo que contribuye a un ambiente escolar más armonioso y productivo.
- **Respeto y empatía:** el bienestar emocional está profundamente ligado a la capacidad de respetar a los demás y ponerse en su lugar. Este proyecto fomenta la empatía, ayudando a los alumnos a comprender y manejar sus emociones y a mejorar sus relaciones interpersonales. Así, los valores de respeto mutuo y empatía se materializan en acciones concretas dentro del aula y en el instituto en general.
- **Responsabilidad:** al aprender a gestionar sus emociones, los alumnos también desarrollan un sentido de responsabilidad personal y social. El proyecto les enseña a ser responsables de sus emociones, y su impacto en los demás, contribuyendo a un ambiente más positivo y responsable en la comunidad escolar.
- **Inclusión:** este proyecto garantiza que todos los alumnos, independientemente de sus circunstancias personales o sociales, tengan acceso a herramientas que mejoren su bienestar emocional. Al fomentar un ambiente inclusivo, se asegura que todos los alumnos puedan desarrollarse en un entorno emocionalmente seguro y acogedor.
- **Trabajo en equipo y cooperación:** la mejora del bienestar emocional fomenta una dinámica de cooperación y colaboración entre alumnado, docentes y familias. Aprender a gestionar emociones de manera constructiva permite que los alumnos trabajen mejor en equipo, escuchen activamente a los demás y resuelvan conflictos de forma pacífica.

Desde este modelo de **escuela inclusiva**, que es el que nos guía, no podemos dejar sin respuesta educativa a este alumnado, para lo que proponemos el **modelo de escuela cuidadora**, que se apoya conceptualmente en la escuela inclusiva de forma general, y en el **Diseño Universal de Aprendizaje (DUA)** en lo que respecta al aprendizaje mismo, promoviendo e impulsando una cultura del **buen trato**, generar relaciones y vínculos bientratantes entre toda la comunidad educativa.

- Bajo esta premisa y como respuesta educativa, surge el *Aula Cuidadora* del IES Europa de Águilas: un espacio de apoyo emocional dedicado especialmente a los alumnos y alumnas considerados de Experiencias Adversas en la Infancia. El *Aula Cuidadora* está también incluida como un protocolo específico dentro del Plan de Convivencia del IES Europa y forma parte desde el curso 2021-2022 en el «Programa Preciar» propuesto por el Equipo de dificultades específicas de aprendizaje de la Consejería de Educación de la Región de Murcia. No obstante, el *Aula Cuidadora* viene llevándose a cabo en nuestro centro desde el año 2016 bajo otros formatos y en diferentes contextos como Taller de Habilidades Sociales, pues el IES Europa siempre ha sido un centro sensible al alumnado que presenta situaciones sociofamiliares complicadas.

El trabajo en el Taller emocional

En el Taller emocional el alumnado trabaja principalmente la relajación, la toma de conciencia y la expresión emocional sobre los motivos que le impiden un tránsito sano por la adolescencia, o que le guían hacia conductas perjudiciales, tanto en el centro educativo como en su entorno social y familiar.

Es un lugar donde parar y observarse a uno mismo y donde poder tomar conciencia en cuanto a los hábitos repetitivos que tenemos a la hora de manejarnos en la vida, así como el reconocimiento de las emociones negadas o no resueltas y que están en la base de la mayoría de los conflictos.

El profesor facilitador del aula crea un espacio de confianza donde se acompañan estas dificultades, que se trasladan inevitablemente a la convivencia del centro, intentando explorar formas más sanas en las que el alumno se relacione consigo mismo y con los demás.

La orientación de este espacio es ante todo de acompañamiento y gestión emocional, prevención y detección, también funciona como una tutoría ampliada. En ningún caso sustituye a un tratamiento psicológico o psiquiátrico profesional. Siempre que se detecten trastornos mentales o de otra índole, desde el Departamento de Orientación o desde el Equipo Directivo, se activan los protocolos legales pertinentes: comunicación a las familias, salud mental, UTE (Unidad Terapéutica de la Consejería de Educación) o al Equipo de Convivencia de la misma consejería. El Taller emocional es ante todo un espacio donde vincular con el alumno, un lugar para la prevención y no una terapia clínica, en definitiva, un lugar donde

el alumno pueda contar con un maestro cuidador o profesor de referencia en quien confiar, un mentor.

El maestro cuidador

El maestro cuidador es la figura facilitadora de esta actividad. La palabra maestro engloba y representa aquí a cualquier tipo de docente. Reivindicamos el concepto de maestro más allá de las denominaciones distintivas que suelen hacerse entre Educación Primaria y Secundaria (maestro en Primaria y profesor especializado en Secundaria). Así, se entiende aquí al maestro asociado al concepto de enseñante, en cualquiera de las etapas educativas, un enseñante que transmite el saber desde la cercanía, que ayuda en el crecimiento integral de su alumno, no solo como responsable de una transmisión de saberes concretos (matemáticos, químicos, literarios, etc.), sino como un **guía** que acompaña al alumno durante un tiempo muy importante de su vida y que es capaz de generar un **vínculo especial** con él, un vínculo que dejará huella toda la vida.

Los alumnos pueden establecer estos vínculos especiales con algunos de sus docentes. La formación de estos vínculos depende de varios factores, pero suele recaer sobre esa persona a quien el alumno elige, o bien aquella que, por función en la escuela, su rol, carácter o formación es designada para acompañar a un alumno concreto.

El **maestro cuidador** es aquel con el que se ha establecido el vínculo, es un docente que acompaña de manera incondicional al alumno, de tal forma que su simple presencia y su vínculo, muchas veces silencioso, provoca en el alumno un ajuste y seguridad a todos los niveles (neuronal, metabólico, afectivo y corporal). A través de esta relación, el maestro cuidador es capaz de proyectar imágenes **identificadoras y afectivas** en las que el alumno se orienta para obtener **seguridad**. Para que este acompañamiento tenga éxito, requiere un tiempo (es una intervención a medio-largo plazo) para que el alumno pueda sentirse seguro.

El concepto de maestro cuidador, como el que ha generado este vínculo especial y se encarga de la relación directa con el alumno, viene inspirado por otros modelos de trabajo, como el ***mentoring*** (mentoría, mentor), o figuras como el **Coordinador de bienestar** (Ley de Protección Integral a la Infancia), **Tutor de resiliencia o Vínculo Afiliativo.**

Cyrulnik, B. define la figura del **Tutor de resiliencia** como «la persona que ayuda a que, mediante el vínculo que se genera, pueda **resignificar los traumas**, gracias a la calidad del apoyo afectivo e instrumental que aporta a los niños». (Cyrulnik, B. 2001). En este perfil, siguiendo la teoría de Cyrulnik, hablamos de un **Tutor de resiliencia explícito**, que tiene un perfil profesional, pero que no necesariamente tiene que pertenecer al ámbito educativo (maestros, tutor, jefes estudios, orientadores, etc.), sino que también puede ser otro profesional de la comunidad educativa (educador social de los Servicios Sociales Municipales, educadores de asociaciones, etc.).

Concretando aún más el perfil del **maestro cuidador**, sus funciones serían las siguientes:

- Vinculación y corregulación con el alumno.
- Cuidar las relaciones y el vínculo del alumno con el colectivo educativo.
- Proporcionar un ambiente y entorno seguro donde se vigilen posibles incidencias.
- Valorar el progreso académico y personal del alumno. Se trata de una medida para evitar el abandono y fracaso escolar.
- Coordinar y compilar toda la información de la coordinación dentro del colectivo escolar.
- Recopilar y coordinar la intervención y el programa de trabajo en red. Es necesario que en los casos más complejos haya una persona que vea al alumno de forma integral.
- En casos de padres carenciales, este perfil compensa las carencias de cuidados paternos y permiten la elaboración del sufrimiento de los menores.

Objetivos del Taller emocional

1. Crear un espacio seguro y acogedor para alumnos y alumnas EAI (Experiencias Adversas en la Infancia), donde se sientan acompañados y escuchados.
2. Aprender a relajar el cuerpo y la mente.
3. Reconocimiento y toma de conciencia de las emociones básicas y de su sano manejo.
4. Aumento del conocimiento de sí, tanto los puntos fuertes como los débiles, así como los patrones de relación con los demás.
5. Propiciar un espacio para el acompañamiento y gestión emocional y para la reflexión personal del alumno, donde este pueda darse cuenta de qué le causa infelicidad y qué le lleva a funcionar de maneras no sanas.
6. Desarrollar en el alumno la autoestima, la responsabilidad, el autocontrol, la asertividad y otras necesidades emocionales que necesite en el tránsito por la adolescencia.
7. Trabajo emocional de la frustración y de los asuntos inconclusos.

8. Entrenamiento hacia la comunicación sincera, la escucha activa y la expresión sana de las emociones.
9. Reconocimiento de las semejanzas con otras personas.
10. Sentir interés positivo y aceptación hacia los otros y de los otros hacia sí, desarrollar la empatía.
11. Verse a uno mismo desde la perspectiva ajena.
12. Guiar al alumno hacia la consecución de su proyecto personal.
13. Facilitar la integración del alumnado sin discriminación de raza, sexo o edad.
14. Toma de conciencia sobre el momento vital que está viviendo el alumno y sobre la mejora de este.
15. Desarrollar la toma de decisiones responsables.
16. Desarrollar y mejorar las habilidades sociales del alumno, tanto en su comunidad educativa como en el entorno familiar.
17. Prevenir los conflictos.
18. Fomentar y promover actitudes que favorezcan el compañerismo, la tolerancia y el respeto por otras culturas.
19. Valoración de la salud, el cuidado y el respeto por su cuerpo.
20. Mediar con las familias de los alumnos que asisten al taller, asesorarlas y en definitiva comunicarse con ellas para que la relación con sus hijos sea más sana y fluida.

Metodología

Para conseguir los objetivos anteriormente mencionados, se usarán entre otras las siguientes técnicas:

1. Técnicas de relajación.
2. Técnicas de autoconocimiento y expresión emocional.
3. Técnicas de musicoterapia: uso de la música para el contacto emocional y el contacto con uno mismo.
4. Técnicas de apoyo emocional, acompañar al alumno por aquello que transite.
5. Técnicas de escucha activa, intentando escuchar de forma neutral, sin juzgar, y confrontando situaciones inconclusas en caso de ser necesario.
6. Técnicas para fomentar la autonomía y la confianza en uno mismo.
7. Cuentoterapia: corriente que usa el aspecto simbólico del cuento para trabajar aspectos de la personalidad como son los roles, carencias personales, emociones, carencias familiares.
8. Escritura reflexiva para la toma de conciencia y su puesta en común en el grupo.
9. Uso de la expresión artística como proyección de nuestra situación actual: pintura, caja de arena, arcilla, plastilina etc.
10. Expresión corporal

Requisitos para poder asistir

Para que un alumno pueda asistir al Taller emocional, tienen que darse los siguientes requisitos:

- Ser alumno del IES Europa.
- Es indispensable la autorización por escrito de las familias. Asimismo, las familias serán informadas en reunión presencial donde se les explicará el funcionamiento del aula.
- El alumno debe tener voluntad de asistir. Se trata de una actividad voluntaria y nunca con carácter obligatorio o disciplinario.
- El alumno debe tener voluntad de aprovechar la actividad. En caso de detectar que el alumno asiste al taller sin tener intención alguna de trabajar y avanzar, se valorará el que abandone la actividad.

Decisión conjunta para la asistencia al Taller emocional

La decisión de que el alumno asista al taller se toma entre las siguientes partes y en el siguiente orden:

- Departamento de Orientación y Equipo Directivo.
- Tutores / Equipo Educativo.
- Comisión Convivencia.
- Consentimiento familiar y voluntad del alumno de asistir a la actividad.

Entre todas estas partes se realizará una valoración para la asistencia, y siempre que el alumno cumpla los requisitos explicados en el apartado anterior.

Normas y compromisos del alumno:

- El alumno se compromete a asistir con puntualidad.

– El alumno se compromete a respetar la confidencialidad de los temas trabajados en el que sea trabajo de grupo.
– En caso de romper la confidencialidad, el alumno no participará en el taller.

Del profesor que coordina el Taller emocional:

El profesor se compromete a informar a las familias sobre el funcionamiento general del aula, respetando la confidencialidad de lo tratado por el alumno, con las excepciones que se mencionan y justifican legalmente más adelante.

El profesor se compromete a respetar la confidencialidad de lo expresado por los alumnos respetando siempre las leyes que a continuación se citan.

Organización

El Aula Cuidadora tiene dos tipos de organización en función de las circunstancias de los alumnos que asisten:

– En grupos de hasta cuatro alumnos.
– De forma individual, especialmente para alumnos a los que les cuesta mucho expresarse en grupo.

Espacio físico

La actividad tiene lugar en un espacio específico en el IES Europa situado en la planta baja del edificio, concretamente en el Departamento de Música.

Duración

La duración es variable, son siempre las circunstancias las que definen el tiempo que un alumno asiste a la actividad. En función de las necesidades del alumno, la asistencia tendrá una duración que puede oscilar desde unas pocas sesiones, hasta meses o incluso durante todo el curso escolar en caso de que sea necesario.

Entre el profesor, el alumno y los distintos agentes educativos se valorará cuándo finalizan las actividades del taller para un determinado alumno. En caso de que un alumno vaya avanzando en la solución de sus bloqueos y consiguiendo más autonomía, el profesor hablará con el alumno y entre los dos acordarán si es adecuado o no continuar con la actividad. Este fin puede ser definitivo o temporal, ya que, en caso de necesitarlo, también se valoraría retomar las actividades.

La idea principal es que el alumno sea autónomo y no prolongue las actividades más allá de lo necesario, que vaya consiguiendo autoapoyo y avance en su proceso por sí mismo.

6. Educación para la Salud

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define educación para la salud como «un proceso que facilita la adquisición de conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para promover y mantener la salud. Su objetivo principal es empoderar a las personas para que adopten conductas saludables, comprendan mejor los factores que influyen en su salud y tomen decisiones informadas al respecto». Esto incluye desde la prevención de enfermedades hasta la promoción de estilos de vida saludables y la mejora de la calidad de vida.

De esta manera, comportamientos y actitudes cotidianos como la actividad física que practicamos, el tiempo que dedicamos al descanso, el tipo de alimentos que consumimos, la manera de relacionarnos con los demás y la actitud que asumimos frente a los problemas, el consumo habitual de determinadas sustancias, etc., hace que tengamos o no un estilo de vida saludable. Muchos de los problemas de salud presentes en la sociedad actual se producen por una incorrecta alimentación, un estilo de vida sedentario, el consumo habitual de tabaco, cannabis y alcohol y las prácticas de riesgo en las relaciones.

La infancia es una etapa clave de intervención para la promoción de conductas relacionadas con la salud y la prevención de conductas de riesgo. La edad escolar es el mejor momento para impulsar la adquisición de estilos de vida saludables, ya que la capacidad de aprendizaje y la asimilación de hábitos son mayores en niños, niñas y adolescentes. Asimismo, los patrones de conducta establecidos durante la infancia se mantienen frecuentemente a lo largo de la adolescencia y la edad adulta. Es necesario, por tanto, fomentar en esta etapa el compromiso con la salud, con su mantenimiento y su promoción, antes de que se inicien los cambios físicos y psicológicos propios de la adolescencia.

Los centros escolares, junto con el hogar, son lugares fundamentales donde tiene lugar el desarrollo individual y social de las personas en sus estadios más tempranos, y ejercen un importante papel en la configuración y aprendizaje de la conducta y los valores sociales de la infancia, la adolescencia y la juventud.

La mejor herramienta disponible para fomentar estilos de vida saludables en la infancia y la adolescencia es la educación para la salud (EpS) desarrollada en el escenario escolar, ya que permite adquirir conocimientos, aprender habilidades y favorecer el aprendizaje de conductas saludables.

En esta línea, la Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación, aunque no dedica artículos específicos para la EpS, sí establece que se debe abordar de manera transversal como uno de los principios pedagógicos necesarios y en concreto en el artículo 23 k, donde se concretan los objetivos de la Educación Secundaria Obligatoria. Se indica que los estudiantes deben de «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. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado, la empatía y el respeto hacia los seres vivos».

Alineados con esta idea, el IES Europa comenzó con la adscripción y puesta en marcha del **Plan de Educación para la Salud en la Escuela de la Región de Murcia** en el curso 2011-2012. Incluso, en junio de 2015 fuimos valorados positivamente y se nos concedió el Sello de Calidad en Vida Saludable, que se ha renovado hasta la actualidad en varias ocasiones.

En nuestro plan de EpS se persiguen los siguientes objetivos.

Objetivos Generales:

1. Tratar la educación emocional como un aspecto importante de la salud de todos los componentes de la comunidad educativa.

2. Propiciar el conocimiento de los protocolos de actuación a toda la comunidad educativa sobre casos de protección al menor (autolisis, acoso escolar, violencia de género, maltrato infantil, etc.).

3. Incidir sobre la información y corrección de conductas que perjudiquen los hábitos saludables del alumnado (alcohol, drogas, apuestas, tecnología, etc.) y su estado emocional.

4. Evaluar el estado general de condición física del alumnado del IES Europa en relación con su competencia percibida y situación emocional.

5. Dar a conocer el **Plan de Actuación de Emergencias en centros educativos** a toda la comunidad educativa.

6. Motivar al alumnado hacia la práctica de actividad física y mantenimiento de hábitos saludables.

7. Propiciar entornos y actividades al aire libre dentro del centro educativo para las prácticas lectivas.

8. Informar a padres y resto de comunidad educativa de los objetivos de este programa, haciéndoles conscientes de su importancia y buscando su implicación constante en él.

Objetivos Específicos:

1. Ahondar en las estrategias que, como docentes y familias, tenemos para mejorar la salud emocional del alumnado del IES Europa.

2. Difundir entre alumnado, profesorado y familias los protocolos de actuación que deben conocer si se encuentran en riesgo o vulnerabilidad, derivados de situaciones problemáticas (autolisis, violencia de género, maltrato infantil, etc.).

3. Participar, coordinar y propiciar la adecuada aplicación de los programas que se ofrecen desde la Consejería de Educación y Servicio Murciano de Salud sobre diferentes adicciones en la adolescencia como drogadicción, tecnología, apuestas, etc. Ejemplos de Programas: Argos (1°. ESO), Altacán (2°. ESO), Nudos (3.° ESO), Qué te juegas-QTJ- (4.° ESO).

4. Concienciar acerca de la necesidad de participar en los programas europeos destinados a la salud física, emocional y social, colaborando a partir de este proyecto en todas las actividades propuestas para tal fin.

5. Detectar tendencias importantes de la condición física y coordinativa del alumnado de ESO, y proponer planes de actuación de hábitos saludables de práctica física y su implicación en las clases de educación física.

6. Lograr que todo el centro conozca el **Plan de Actuación de Emergencias en centros educativos**, así como crear una cultura de enseñanza básica de primeros auxilios, incluyendo maniobras de reanimación y actuación ante emergencias.

7. Fomentar mediante metodologías participativas y lúdicas (concursos, retos, etc.), la implantación de hábitos saludables en el centro educativo, tales como el desayuno con fruta, la movilidad sostenible, etc.

8. Conocer y seguir las teorías de la motivación en la implantación de hábitos saludables.

9. Aprovechar y aumentar la utilización de los espacios al aire libre que existen en el IES para impartir clases lectivas más distendidas y saludables.

10. Prevenir de los riesgos del uso de las nuevas tecnologías y pantallas creando hábitos saludables y de seguridad (ciberseguridad) en su utilización.

En relación con estos objetivos, las actividades de EpS desarrolladas en el centro han sido muy numerosas y siempre encaminadas a constituirnos como una

Escuela Promotora de Salud utilizando nuestra *Aula Cuidadora* como eje globalizador de las mismas. Las actividades de nuestro EpS se han dirigido a los siguientes ámbitos:

- **Educación alimentaria y nutricional**: fomentar una dieta equilibrada para prevenir enfermedades relacionadas con la nutrición, como la obesidad y la diabetes.
- **Educación afectivo-sexual**: enseñar sobre sexualidad responsable, prevención de infecciones de transmisión sexual (ITS) y planificación familiar.
- **Promoción de la actividad física**: incentivar el ejercicio regular como parte de un estilo de vida saludable.
- **Prevención de adicciones**: información sobre los riesgos del consumo de tabaco, alcohol, drogas y otras conductas adictivas.
- **Salud mental**: proporcionar herramientas para la gestión de emociones, prevención del estrés y promoción del bienestar psicológico.
- **Salud ambiental**: enseñar sobre los riesgos ambientales y cómo proteger la salud en relación con el entorno (como la contaminación y el cambio climático).

A modo de resumen, las principales actividades y actuaciones desarrolladas en nuestro centro alrededor del EpS y dirigidas a toda la comunidad escolar son:

- **Proyectos Erasmus +:** *Friends of the Earth, The Human Rights, Educando por una Diversidad Europea, Marine Litter, Plastic, plastic, everywhere, We want a better future, Go green, include me in***.** Todos ellos relacionados con aspectos de salud y medioambiente.
- **Estudio internacional HBSC (*Health Behaviour in School-aged Children*),** sobre los hábitos de nuestro alumnado en los siguientes bloques temáticos: 1. Alimentación e imagen corporal. 2. Horas de sueño.3. Higiene dental. 4. Actividad física y sedentarismo. 5. Medios de comunicación electrónicos. 6. Consumo de drogas. 7. Salud y bienestar. 8. Salud planetaria. 9. Expectativas de participación social. 10. Información sobre asuntos sociales y políticos a través de los debates con la familia y amistades. 11. Escuela. 12. *Bullying (*acoso)/Maltrato escolar. 13. Relaciones con la familia.14. Relaciones con los amigos y amigas. Lo cual nos ha ofrecido un diagnóstico fundamental de nuestro alumnado.
- **Deporte Escolar:** donde seguimos siendo uno de los centros con más participación de alumnos, no tanto por consecución de éxitos deportivos, sino por masiva entrega de los alumnos en cada una de las pruebas y competiciones. Y no solo quedándonos en el día de los partidos o pruebas, sino propiciando tardes de entrenamiento y encuentros durante los recreos y fines de semana.
- **Programa *Stars*:** basado en la **movilidad sostenible** y en la formación tanto de alumnado como de profesorado en este ámbito. Se concreta en algunos casos en el uso de la bicicleta, pero también en otros medios de movilidad de bajas emisiones en contaminantes atmosféricos.
- **Programa «Aire Limpio»:** donde se pretende dar a conocer y concienciar de la necesidad de mantener el aire limpio en las aulas, pero, sobre todo, de realizar muchas actividades fuera de las aulas ordinarias, especialmente vinculadas con aspectos de actividad física y medioambiental, haciendo al centro más resiliente hacia enfermedades víricas.
- **Seminario Docente «Estudio longitudinal de la percepción y valoración de la condición física y coordinativa del alumnado de ESO del IES Europa».** En él se valorará la condición física y coordinativa, así como un análisis emocional de cómo se enfrentan a su propia salud. Y, una vez realizado este proceso, se darán pautas y recomendaciones. Está realizado por el Departamento de Educación Física.
- **Charlas de sensibilización:** integradas en nuestro Plan de Acción Tutorial anual.
- **Programa Argos, Altacán, Nudos:** para la prevención del consumo de alcohol, tabaco, cigarrillos electrónicos y cannabis, que se incardina dentro del Plan Regional sobre Adicciones 2021-2026, de la Consejería de Salud en los niveles de 1.° a 3.° ESO.
- **Persea:** programa donde se trata la salud afectivo-sexual de los adolescentes.
- **¿Qué te juegas?:** el programa ¿QTJ? es una intervención preventiva de ámbito universal dirigida a adolescentes. El objetivo es fomentar una actitud crítica y contraria a las apuestas, antes de que se den las primeras experiencias, lo que ayudará a retardar la edad de inicio, evitando o reduciendo la presencia de creencias favorables al juego, como son las expectativas

de éxito y la baja percepción del riesgo. Al mismo tiempo, se busca reducir la prevalencia de juego de apuestas en los menores.

- **ConviveTEAM:** es una herramienta para la mejora de la convivencia escolar que tiene como objetivos prioritarios conseguir una transición fluida y positiva entre ambas etapas, facilitar la adaptación del alumnado recién llegado al centro educativo y favorecer la integración y cohesión social de dicho alumnado.
- **Alerta escolar:** es un programa colaborativo entre la Consejería de Educación y Formación Profesional, y la Consejería de Salud, para la atención del alumnado con patología crónica ante situaciones de urgencia o emergencia en centros educativos. El alumnado incluido en el programa será atendido de forma más eficiente y rápida por el personal del 061. Son destinarios del programa de Alerta Escolar el alumnado con las siguientes patologías: anafilaxia grave, hipoglucemia en diabetes tipo 1, crisis epilépticas o convulsiones y cardiopatías con riesgo de muerte súbita.
- **Consulta joven:** la finalidad de la Consulta Joven es animar a los adolescentes a que compartan sus dudas y miedos a su familia, máximos conocedores y responsables de su bienestar. La enfermera escolar dispone de un espacio físico accesible e íntimo donde se pueda ofrecer asesoramiento sobre hábitos de vida saludables, dé respuesta a sus demandas y colabore con los servicios sociosanitarios.
- Programa de atención psicológica a alumnos de Educación Secundaria y a sus familiares, por parte del AFEMAC (**Asociación de familias de enfermos mentales de Águilas**).
- **Recreos activos:** cuya meta es que los alumnos y alumnas participen en juegos y deportes durante los recreos proporcionándoles una actividad física placentera, motivadora e inclusiva que facilite el desarrollo de competencias para asumir un estilo de vida activo.
- **Talleres sobre Violencia de género y Educación sexual**. Cada año, la Concejalía de Igualdad del Ayuntamiento de Águilas nos propone diferentes talleres en los que siempre participamos. En otras ocasiones, uno de ellos ha sido el Programa de Sensibilización contra la Violencia de género en los Centros de Secundaria y dirigido a 2.º de ESO (con seis sesiones repartidas en varios meses), tratando temas de imagen corporal, relaciones de parejas en adolescentes, problemas de celos, etc.
- **Mejora de la imagen corporal:** actividad del Plan de Acción Tutorial del centro y dirigido a 4.º de ESO, donde se suele tratar de la mejora de la autoestima y autoconcepto de los alumnos, así como la prevención de enfermedades de la conducta alimentaria.
- **Charlas sobre ciberacoso**: la Guardia civil suele realizar varias charlas para que nuestro alumnado tenga responsabilidad personal y social en el uso de las redes sociales y las tecnologías, no invadiendo la intimidad de otras personas, así como reconociendo las actitudes que no son éticas ni morales con respecto a otros compañeros, personas, etc.
- **Plan Director para la convivencia y mejora de la seguridad en los centros educativos:** organizado por la Consejería de Educación y delegación del Gobierno de Murcia, y dirigido al alumnado de 1.º de ESO. Tiene como objetivo responder de manera coordinada y eficaz a las cuestiones relacionadas con la seguridad de los niños y las niñas y jóvenes en el centro educativo y su entorno, fortaleciendo la cooperación policial con las autoridades educativas en sus actuaciones para mejorar la convivencia y la seguridad en el ámbito educativo.
- **Centro cardioprotegido:** el centro cuenta con la certificación de espacio cardioprotegido asegurando la salud y el bienestar de los alumnos, profesorado y visitantes, contribuyendo a mejorar la imagen y confianza en el centro educativo. La certificación incluye la formación y reciclaje del profesorado del centro educativo en técnicas de reanimación y primeros auxilios, aumentar las posibilidades de supervivencia de la víctima con una pronta asistencia de soporte vital básico.

7. Ecoescuela

La preocupación por el medioambiente y la sostenibilidad ha cobrado una importancia crucial en la educación del siglo XXI. En este contexto, la educación en valores medioambientales se ha convertido en una prioridad indispensable en los centros educativos. En nuestro instituto, dentro del marco del proyecto de *Aula Cuidadora*, promovemos una cultura de responsabilidad ecológica, involucrando a toda la comunidad educativa y fomentando la sostenibilidad como un valor esencial. Este compromiso se concreta a través de una serie de actividades, programas y proyectos que fortalecen la conciencia ambiental y la acción directa sobre el entorno.

Reconociendo la necesidad de formar a los jóvenes en el respeto y el cuidado de su entorno, este proyecto busca no solo sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia del equilibrio ecológico, sino también dotarles de herramientas y experiencias que les permitan actuar de manera responsable frente a los desafíos medioambientales. En este sentido, el enfoque educativo que promovemos en nuestro instituto va más allá de lo teórico. Apostamos por un aprendizaje vivencial en el que los alumnos, profesores y todo el personal del centro colaboran activamente para reducir el impacto ecológico y crear un entorno más sostenible.

Actividades y programas en el Centro

Para estructurar este trabajo en el ámbito medioambiental, participamos en diversos programas educativos que nos permiten profundizar en el conocimiento y la práctica de la sostenibilidad:

1. **EcoSchool**: este programa internacional tiene como objetivo educar a nuestros alumnos en la importancia del cuidado del medioambiente, promoviendo una conciencia ecológica a través de actividades cotidianas en el centro, como la reducción de residuos y el ahorro energético. La comunidad educativa ha trabajado en conjunto hasta que hemos obtenido la «Bandera Verde», símbolo de la sostenibilidad.
2. **ESenRED (Red de Centros Sostenibles)**: como miembros activos de esta red, nuestro alumnado y docentes colaboran con otros centros educativos para compartir experiencias y buenas prácticas en temas de sostenibilidad. La participación en ESenRED nos permite consolidar nuestras iniciativas medioambientales y ampliar nuestra visión global sobre la protección del medioambiente.
3. **Ecoauditorías escolares**: realizamos auditorías ambientales dentro del centro para evaluar nuestro impacto ecológico. A partir de los resultados, diseñamos y ponemos en marcha mejoras en áreas como la gestión de residuos, el uso eficiente de recursos energéticos y la movilidad sostenible. Este proceso lo lideran los delegados ambientales de cada grupo y está supervisado por el comité ambiental del centro.
4. **Proyectos Erasmus+**: A través de proyectos Erasmus relacionados con la sostenibilidad, *Friends of the Earth, The Human Rights, Educando por una Diversidad Europea, Marine Litter, Plastic, plastic, everywhere, We want a better future, Go green, include me in* nuestros alumnos tienen la oportunidad de intercam-

biar experiencias con estudiantes de otros países europeos, aprendiendo sobre las prácticas sostenibles implementadas en diferentes contextos y desarrollando un enfoque más amplio de los retos ambientales globales.

5. **Programa Stars:** basado en la **movilidad sostenible** y en la formación tanto de alumnado como de profesorado en este ámbito. Se concreta en algunos casos en el uso de la bicicleta, pero también en otros medios de movilidad de bajas emisiones en contaminantes atmosféricos.
6. **Educaclima:** este programa pretende crear una red de centros que, conscientes en materia de cambio climático y sostenibilidad (ODS 13, acción por el clima), desarrollen metodologías activas en el aula que inviten a la reflexión, la planificación y la actuación de forma autónoma del alumnado en esta materia.
7. **Huerto escolar**: el huerto ecológico del centro es un espacio de aprendizaje donde los alumnos cultivan sus propios productos, aprendiendo sobre agricultura sostenible y los ciclos naturales de los mismos.
8. Implementación de **paneles solares fotovoltaicos** en el centro escolar.
9. **Jardín botánico:** introducción y mantenimiento de especies endémicas en el patio del centro.
10. **Sinergias** con distintas asociaciones y organizaciones sin ánimo de lucro como Asociación Ambiente Europeo (recogida y catalogación de residuos plásticos en el medio marino), adscripción al Foro Marítimo (Youth4Ocean Forum) y a la plataforma EU4Ocean de la Comisión Europea, adscripción a los programas de Teachers For Future de «Acciones por el Clima» y «Recreos Residuos Cero». Convenio con Ambilamp, para ubicar contenedores específicos y retirada de tubos fluorescentes y pilas. Colaboración con Ecoembes en la cesión de contenedores de papel y plástico en aulas y pasillos del centro.

11. **Charlas de acción tutorial:** Greenpeace, Chelonia, Ecoembes, Repsol, etc.

El desarrollo y la difusión de las acciones llevadas a cabo en los últimos años han dado lugar a que en 2020 el periódico *La Verdad* otorgara el Premio a la Educación Ambiental a nuestro centro por la labor desarrollada en defensa del medioambiente y, en 2022, la Asociación de Murcia para la UNESCO y la Sociedad de Pediatras del Sureste de España, en su congreso nacional de pediatría, nos concedieran el premio «Predicar con el ejemplo».

Teniendo en cuenta la trayectoria de nuestro centro, la Consejería de Educación de la Región de Murcia promueve cada año actividades de formación para el profesorado impartidas por el coordinador ambiental del centro como ejemplo de experiencias educativas innovadoras en el campo del medio ambiente.

Comité Ambiental: Un espacio de participación y gestión

Uno de los pilares de nuestro proyecto es el **Comité Ambiental**, constituido por una representación diversa de la comunidad educativa. Este comité está integrado por profesores, alumnos, personal no docente (incluidos los equipos de limpieza), así como por miembros del Ayuntamiento. Esta estructura permite que cada grupo tenga voz en las decisiones y acciones relacionadas con la sostenibilidad en el centro, siguiendo una metodología participativa y teniendo como actor principal al alumnado.

Cada grupo elige a comienzos de cada curso escolar a su delegado ambiental, y entre ellos, se selecciona a los representantes ambientales de los alumnos y alumnas. Estos últimos, junto a miembros del equipo directivo, coordinador ambiental, representantes del AMPA, profesores y personal laboral, conforman el Comité ambiental del centro.

Tras la realización de una auditoría ambiental al centro por parte del alumnado de 4.º de la ESO a principios de curso, se lleva a cabo la primera reunión del Comité ambiental. En ella los alumnos transmiten la información arrojada tras su análisis, exponen las medidas que pretenden realizar para mejorar nuestro entorno dentro de un Plan de acción y se debate junto al resto de miembros a qué acciones se dará prioridad y quién será el responsable de su seguimiento e implementación.

Funciones del delegado ambiental:

https://drive.google.com/file/d/1ghlD5uO-qnTVsd8ku4v_gbAlV1W0o5Wj/view?usp=sharing

Decálogo de actuaciones medioambientales:

Para guiar nuestras acciones, hemos elaborado un **Decálogo de actuaciones medioambientales** que orienta a toda la comunidad educativa en el cuidado del entorno. Este decálogo establece pautas concretas sobre:

1. **Reducción y reutilización de residuos**: incentivamos la reducción del uso de plásticos y papel, promoviendo el reciclaje y la reutilización de materiales.
2. **Ahorro de energía**: fomentamos el uso eficiente de la energía, apagando las luces y los dispositivos electrónicos cuando no son necesarios.

3. **Gestión responsable del agua**: nos comprometemos a hacer un uso racional del agua en todas las instalaciones del centro.
4. **Movilidad sostenible**: promovemos el uso de medios de transporte no contaminantes, como la bicicleta, para desplazarse al centro.
5. **Mantenimiento de los espacios verdes**: impulsamos el cuidado de las zonas ajardinadas y la plantación de especies autóctonas.
6. **Educación y sensibilización**: organizamos jornadas y charlas sobre temas ambientales para concienciar a la comunidad educativa.
7. **Consumo responsable**: fomentamos la adquisición de productos ecológicos y de comercio justo en las actividades del centro.
8. **Participación en campañas de limpieza**: realizamos periódicamente campañas de limpieza de entornos cercanos al instituto.
9. **Sensibilización sobre la biodiversidad**: llevamos a cabo actividades que fomentan el conocimiento y respeto por la fauna y flora locales.
10. **Colaboración con el entorno local**: establecemos vínculos con el Ayuntamiento y

asociaciones locales, regionales, nacionales e internacionales para desarrollar proyectos comunes de protección ambiental.

Algunas acciones llevadas a cabo en los últimos años son:

- Reparto de botellas reutilizables a toda la comunidad educativa.
- Instalación de varios aparcamientos de bicicletas.
- Creación de un aula al aire libre.
- Fomento del jardín botánico del centro.
- Mejoras en la eficiencia energética cambiando la iluminación del centro
- Creación del Centro de Recuperación del endemismo «Manzano de la Cuesta de Gos» y eliminación de plantas invasoras.
- Creación del rincón ambiental, panel ambiental y punto limpio dentro del centro.

8. Conclusión

La implementación del *Aula Cuidadora* en nuestro centro educativo representa mucho más que una iniciativa puntual; es un enfoque transformador que sitúa el bienestar integral del alumnado y de toda la comunidad educativa en el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje. Al integrar el bienestar emocional, la salud y la sostenibilidad medioambiental, este proyecto responde no solo a las necesidades inmediatas de nuestros jóvenes, sino también a los grandes desafíos globales que enfrentamos hoy.

El *Aula Cuidadora* es una respuesta activa a los principios y objetivos recogidos en la LOMLOE, la LOPIVI, y en los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente el ODS 4.7, que insta a los sistemas educativos a preparar a las futuras generaciones para ser ciudadanos conscientes, responsables y comprometidos con el desarrollo sostenible y la justicia social. A través de este enfoque integral, no solo buscamos mejorar el rendimiento académico de nuestros alumnos, sino formar personas capaces de gestionar sus emociones, cuidar de su salud y actuar con responsabilidad hacia su entorno y la sociedad en general.

El éxito de este proyecto radica en la implicación de toda la comunidad educativa: profesorado, alumnado, familias y personal del centro trabajando juntos por un objetivo común. El *Aula Cuidadora* no solo mejora el ambiente escolar, sino que promueve valores que acompañarán a nuestros estudiantes a lo largo de toda su vida, permitiéndoles afrontar el futuro con herramientas emocionales, físicas y éticas sólidas.

En definitiva, el *Aula Cuidadora* no es solo un proyecto de hoy, sino una inversión en el futuro de nuestra sociedad, donde cada estudiante se convierte en un agente de cambio capaz de contribuir positivamente a un mundo más justo, saludable y sostenible.

Referencias

Declaración Universal de Derechos Humanos.

Objetivos Desarrollo Sostenible Naciones Unidas.

Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo.

Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de Protección Integral a la Infancia y la Adolescencia frente a la Violencia (LOPIVI).

Real Decreto 217/2022, de 29 de marzo, por el que se establece la ordenación y las enseñanzas mínimas de la Educación Secundaria Obligatoria.

Decreto n.º 235/2022, de 7 de diciembre, por el que se establece la ordenación y el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria en la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia.

FEE

IES EUROPA
PROEDU
NIKE
BASURAS MARINAS

Autoría

Ismael Lucena Rodríguez es licenciado en Ciencias Geológicas por la Universidad de Granada, incorporándose a la docencia como profesor de Secundaria de la especialidad de Biología y Geología en el curso 1992-93. Durante este periodo ha ostentado diferentes cargos pedagógicos y unipersonales, Jefatura de Departamento y secretario, en distintos centros de secundaria de la Región de Murcia. Es profesor del IES Europa desde el curso 1998-99 formando parte del Equipo Directivo que inauguró el centro. Desde 2008 desempeña el cargo de *director* del mismo asumiendo este reto con el objetivo fundamental de garantizar una *Educación Inclusiva y Equitativa de calidad* en la que se fomente la formación integral de todo el alumnado.

Apolonia Albarracín Pérez es Doctora y Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Lleva 27 años como profesora de Educación Física en Institutos de Enseñanza Secundaria de la Región de Murcia, desarrollando su labor docente los últimos 9 años en Ciclos Formativos de Grado Medio y Superior. También ha sido profesora colaboradora de la Universidad en varias ocasiones (UCAM, Universidad de Almería) y sigue vinculada al Máster de Educación de la Universidad Miguel Hernández de Elche. Es ponente habitual en Congresos y cursos de Educación Física y Actividades acuáticas, especialmente relacionada con programas de salud y educación. Es autora de numerosos artículos, y su investigación gira en torno a la prevención de ahogamientos, a las actividades físicas saludables, así como a la alfabetización acuática en centros educativos. Autora de varios capítulos de libros de educación física y actividades acuáticas, así como editora de revistas especializadas en este ámbito. Es Coordinadora de Salud del IES Europa de Águilas y miembro en la Mesa Sectorial de Salud de la misma localidad.

Benjamín Mañas Muñoz es licenciado en Ciencias Ambientales por la Universidad de Almería (UAL) con máster en Gestión Cinegética por la Universidad de Huelva (UHU). Está acreditado como Experto en Medio Ambiente por la Consejería de Educación, Consejería de Medio Ambiente y por la Consejería de Empleo de la Junta de Andalucía desde 2004 con las que ha realizado diversos proyectos técnicos y de formación. Desde 2006 es profesor de Biología y Geología en la Región de Murcia, coordinando en los últimos años programas educativos dentro del IES Europa como ESenRED, AireLimpio, Ecoescuelas (ADEAC), Educaclima (fundación Trilema), Teachersforfuture-spain y Zinkers (fundación Repsol). Desde 2010 imparte, coordina y tutoriza cursos y proyectos relacionados con el Medio Ambiente, Sostenibilidad y con la Competencia Digital Docente para profesores a través del Centro de Profesores de la Región de Murcia (CPR).

José Luis Salas Martínez es profesor de Educación Secundaria desde hace 24 años. Durante 15 años ha coordinado el programa *Música y Convivencia* en el IES Europa. Facilitador del protocolo *Aula Cuidadora* en el mismo centro desde 2016. Se ha formado en Terapia Gestalt y en el *Programa SAT* de la *Fundación Claudio Naranjo*. Autor de libros de texto para ESO para la editorial norteamericana *Mcgraw-hill* desde hace 18 años. Profesor Superior de Piano, músico y compositor con varios álbumes publicados en las diferentes plataformas de *streaming*.