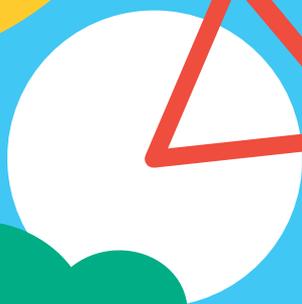
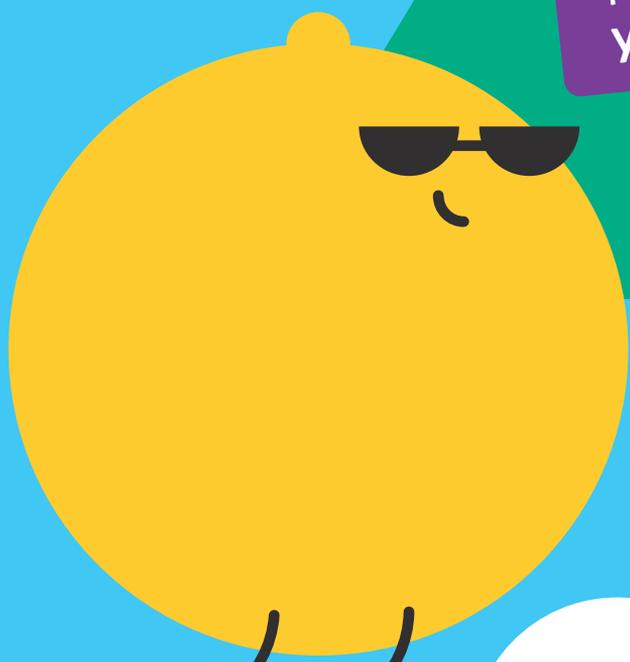


# fluye

Happy & healthy kids



Un proyecto disponible  
para Educación Infantil  
y Primaria



EDELVIVES 

 Fundación  
**TRILEMA**

## ¿Qué es?

El programa FLUYE gira en torno a tres ejes:

1. Una propuesta de **hábitos saludables** desde los 3 hasta los 11 años. Conocer y entrenar los hábitos desde las primeras edades, especialmente en los primeros años de vida, resulta determinante para la salud y el bienestar futuro de nuestros alumnos y alumnas. Alimentación, hidratación, ejercicio físico, descanso y patrones de sueño, respiración, higiene, seguridad e imagen son los hábitos que se trabajan en el programa.
2. Vinculado a los hábitos saludables, se presta especial atención al entorno emocional que los acompaña. La autoestima, el respeto, los valores... el **equilibrio emocional** están presentes en todo momento con el objetivo de que los alumnos y alumnas no solo sean capaces de tomar las decisiones acertadas para su bienestar, sino también de valorar y respetar las elecciones de los demás.
3. Un factor todavía más impactante y eficaz en la transformación de la personalidad y del carácter es la **autorregulación**. El ejercicio sistemático de las funciones ejecutivas, las *soft-skills* (autocuidado, autonomía, autorregulación), suponen un entrenamiento de la voluntad y de todas las estrategias que permiten que el cerebro y la mente de los alumnos y alumnas no solamente sepan lo que hay que hacer bien, no solamente deseen hacerlo bien, sino que además se pongan manos a la obra y lo hagan cuando los adultos ya no estén presentes.



Emitido como  
propuesta  
educativa en TV  
(canal Bemad  
de Mediaset)

FLUYE supone un programa integrador a nivel de recursos y contenidos que implica no solamente a la escuela, sino que busca la complicidad de todos los agentes que puedan influir, en mayor o menor medida, en la salud y bienestar de los alumnos y alumnas.



# Un paso más en la apuesta de Edelvives y Fundación Trilema por la innovación

Con esta novedosa propuesta de material de aula, los alumnos y alumnas realizarán actividades significativas enmarcadas en las asignaturas de Educación Física, Ciencias de la Naturaleza, Valores (o equivalentes) y en el programa de Atención Tutorial. Para que un programa como este funcione, el docente debe determinar en qué momentos puede llevarlo a cabo directamente con los alumnos y alumnas, no siendo algo añadido al currículum, sino formando parte de este.

**Aprendizaje Basado en Proyectos**  
en Educación Infantil

**Aprendizaje Basado en Desafíos**  
en Educación Primaria

Let's go!

## ¿Por qué son claves estas metodologías?

1. Fomentan el aprendizaje significativo e involucran a los alumnos en el trabajo, animándoles a seguir aprendiendo desde la propia experiencia.
2. Posibilitan la inclusión de otras metodologías activas que guían al alumno hacia un aprendizaje eficaz.
3. Refuerzan el desarrollo de las competencias clave. Los alumnos entrenan sus habilidades tecnológicas, de liderazgo, de cooperación, así como la creatividad y la conciencia del propio aprendizaje.
4. Permiten visibilizar lo que se aprende gracias a los productos generados y a la celebración de los éxitos y los logros alcanzados. Se trata de un aprendizaje compartido, disfrutado y significativo.

- Aprendizaje cooperativo.
- Estrategias de pensamiento.
- Trabajo en equipo.
- Fomenta el compromiso de mejora.
- Reflexión sobre el propio aprendizaje.
- Celebra el aprendizaje.

- Conecta con el currículum oficial y con el Proyecto Educativo del centro.
- Promueve el trabajo de las emociones e impulsa el aprender a ser feliz.



## Competencia personal

Aprende a cuidarte

¡Adelantarnos al futuro educativo de nuestro país también es innovar!

### Conocerse a uno mismo en todas las dimensiones del desarrollo

1. Conocer el propio cuerpo
2. Identificar las propias fortalezas y debilidades
3. Reconocer cómo le afectan las diferentes situaciones a nivel físico, emocional y moral
4. Gestionar las metas personales
5. Evaluar consecuencias a corto, medio y largo plazo
6. Autorregular las reacciones a las distintas circunstancias
7. Tener conciencia de la dimensión del tiempo en la vida personal
8. Manejar lenguajes verbales y no verbales para expresar la identidad

### Adquirir hábitos saludables

Comprender y adquirir los hábitos para llevar una vida saludable en los campos de:

1. Alimentación
2. Hidratación
3. Ejercicio físico
4. Descanso y patrones de sueño
5. Respiración
6. Higiene
7. Seguridad
8. Imagen

### Relacionarse con el entorno

1. Reconocer la belleza en diferentes entornos
2. Relacionarse con la naturaleza
3. Adaptarse a los cambios con flexibilidad
4. Optimizar los recursos al alcance en cada momento
5. Respetar los espacios propios y ajenos
6. Apreciar los entornos especiales
7. Identificar las fuentes de equilibrio y serenidad personal

### Relacionarse con los demás

1. Reconocer el valor de cada ser humano
2. Respetar la diversidad y reconocerla como fuente de riqueza
3. Identificar cómo afectan las situaciones a los demás
4. Reconocer cómo influyo yo en otras personas
5. Modular la intensidad de las relaciones interpersonales
6. Descifrar los lenguajes verbales y no verbales en todo tipo de comunicación
7. Practicar hábitos sociales saludables: saludar, agradecer, elogiar, pedir ayuda, compartir y celebrar
8. Comprometerse éticamente en la mejora de la vida



# Fluye en Infantil

## ¡Una vida emocionante!

Emosín es una nube que, tras encontrarse con Dronita, descubrirá las emociones y hábitos de vida saludable viajando a través de los entornos más cercanos a los alumnos y alumnas: el primer día de colegio, la visita a una granja escuela y la preparación de una fiesta sorpresa para su maestra.



### Materiales del alumno:

Un cuaderno de 26 láminas para el trabajo competencial:

1. ¿Qué nos emociona?
2. ¿Por dónde nos movemos?
3. ¿Qué comemos?
4. ¿Cómo nos movemos o descansamos?
5. ¿Qué bebemos?
6. ¿Nos mantenemos limpios?
7. ¿Cómo nos relacionamos?
8. ¿Cuánto hemos aprendido?

### Material del maestro:

Guía didáctica en formato digital con las orientaciones metodológicas necesarias para llevar a cabo el proyecto con sus alumnos y alumnas.

### Material de las familias:

Un pasaporte con el que afianzar en casa los hábitos esenciales trabajados en clase.



# Fluye en Primaria

Primer ciclo de Primaria

GO!



Segundo ciclo de Primaria



Dos niños son llevados a MUNDO GIGANTE por La Señora de las Ciénegas para ayudar a los gigantes a recuperar el color que han perdido por no ser felices. Enfátón, Guarretón, Dulcitona, Dormitona, Sequitón, Digitona y otros gigantes se convierten en desafíos semanales a través de los que alcanzar el bienestar.

Nuestros personajes "fantásticos" necesitan proteger sus mundos de las amenazas que les acechan, pero para eso deben hacerse más fuertes. Su evolución dependerá de lo que nuestros alumnos sean capaces de mejorar y aprender sobre el autocuidado y la transformación de su entorno.

## Materiales del alumno:

Un cuaderno con 6 unidades para cada nivel en el que comenzarán identificando los hábitos negativos de los gigantes y las consecuencias que tienen para la salud y el bienestar. A continuación, reflexionarán sobre sus propios hábitos y se enfrentarán a un entrenamiento a modo de compromiso de mejora, recogiendo sus conclusiones en el portfolio final.

### 1.º de Primaria

- METACOGNICIÓN INICIAL
- ENFATÓN
- GUARRETÓN
- DULCITONA
- DORMITONA
- SEQUITÓN
- DIGITONA
- PORFOLIO FINAL

### 2.º de Primaria

- METACOGNICIÓN INICIAL
- TIMIDONA
- CELOSONA
- FOBITÓN
- CAPRICHONA
- CONTAMINÓN
- BURLATÓN
- PORFOLIO FINAL



## Material del maestro:

- Guía didáctica en formato digital con las orientaciones metodológicas necesarias para llevar a cabo el proyecto con sus alumnos y alumnas.

- Un contrato de aprendizaje (descargable).
- Juegos digitales protagonizados por los gigantes.

## Materiales del alumno:

Un cuaderno con 4 unidades para cada nivel en el que abordarán cada hábito/personaje leyendo curiosidades sobre los mismos (¿cómo reaccionarán al enterarse que el agua puede cortar o que un estornudo puede viajar a más de 140 km/h?). El trabajo continúa con la lectura de desempeños y estrategias que hacen sumar o restar la evolución del personaje y concluye con el desafío de evidenciar el propio aprendizaje con un entrenamiento.

### 3.º de Primaria

- METACOGNICIÓN INICIAL
- HIDRA
- BALANS
- BRIZY
- SELFY
- PORFOLIO FINAL

### 4.º de Primaria

- METACOGNICIÓN INICIAL
- GAIA
- RESTY
- BOWLY
- PATIA
- PORFOLIO FINAL



## Material del maestro:

- Guía didáctica en formato digital con las orientaciones metodológicas necesarias para llevar a cabo el proyecto con sus alumnos y alumnas.

- Pegatinas con las evoluciones de cada personaje para repartirlas entre los alumnos y alumnas según su desempeño.



# Fluye en Primaria



¿Hay algo más atrayente para un alumno o alumna que una gamificación? Crear una inteligencia artificial y mejorarla, competir en positivo contra otros compañeros, clases o centros es el reto planteado para los alumnos y alumnas de 5.º y 6.º de Primaria... y todo ello mientras aprenden hábitos de vida saludable.

## Materiales del alumno:

- Un libro estructurado en 7 unidades con los que aprender e investigar sobre los principales órganos del cuerpo humano de forma atractiva y muy diferente a la de los libros de texto, con pautas para mejorar la salud y el bienestar, y con un espacio para reflexionar sobre los propios hábitos.
- Una pulsera inteligente mediante la que recoger datos para participar en la gamificación junto a sus compañeros de equipo y crear su propia inteligencia artificial.
- Una web en la que comprobar los resultados que se van obteniendo por el equipo en cada uno de los desafíos.

## Material del maestro:

- Guía didáctica en formato digital con las orientaciones metodológicas necesarias para llevar a cabo el proyecto con sus alumnos y alumnas.
- Tutoriales en vídeo y en formato digital para el uso de la web (para poner en marcha la gamificación) y la pulsera.

[proyectofluye.com](http://proyectofluye.com)





**fluye**

Happy & healthy kids