

Cuaderno de actividades
para el **PROFESORADO**



SECUNDARIA

Construye *tu* MUNDO



Cuaderno de actividades
para el **PROFESORADO**



SECUNDARIA

Construye *tu* MUNDO

© FAD, 2011

Edita:

FAD
Avda. de Burgos, 1
28036 Madrid
Teléfono: 91 383 80 00

Dirección Técnica:

Eusebio Megías Valenzuela
Miguel Ángel Rodríguez Felipe

Coordinación técnica:

Elena Ares Nieto

Elaboración de contenidos y selección de recursos audiovisuales:

Elena Ares Nieto
Lidia Martín Torralba
Sara Pérez Puerto
Raquel Díez García
Verónica Vanessa de la Cruz Cerezo

Colaboración en la revisión de textos:

Raquel Carro Losada
Blanca Delia Linares Santamaría

Asesoramiento técnico:

PAU EDUCATION

Diseño, ilustraciones y maquetación:

Jesús Sanz

Producción audiovisual:

Endor Producciones Audiovisuales

Programación DVD:

Manuel Eslava

Realización del soporte DVD:

Endor Producciones Audiovisuales

Documento digital interactivo:

Pixel Creación y Producción Gráfica, S.L.

Impresión:

Ancares Gestión Gráfica, S.L.

Colaboraciones y agradecimientos (Ver DVD)

ISBN:

978-84-92454-17-4

Depósito legal:

M-31002-2011

La elaboración de la versión original de este material contó con el apoyo de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas y de Obra Social de Caja Madrid.

ÍNDICE

1 SECUNDARIA

INTRODUCCIÓN PÁGINA 5

Actividades



- | | | |
|----------|--|------------------|
| 1 | Amuletos
<i>Autoestima / Habilidades de autoafirmación</i> | PÁGINA 17 |
| 2 | ¡Cuánta tentación!
<i>Autocontrol</i> | PÁGINA 21 |
| 3 | Oda a la normalidad
<i>Actitudes hacia las drogas / Toma de decisiones</i> | PÁGINA 26 |
| 4 | ¿Qué harías con 1.000€?
<i>Actitudes hacia las drogas / Toma de decisiones</i> | PÁGINA 30 |



- | | | |
|----------|--|------------------|
| 5 | Juntos podemos
<i>Valores universales / Habilidades de interacción</i> | PÁGINA 36 |
|----------|--|------------------|



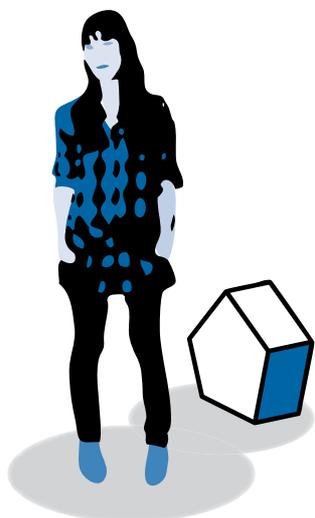
- | | | |
|----------|---|------------------|
| 6 | Una barra de pan para todo el planeta
<i>Participación social / Empatía</i> | PÁGINA 40 |
|----------|---|------------------|

Anexo: Cuestionario para el profesorado PÁGINA 46



- | | | |
|----------|--|----------------------|
| 7 | Todo tiene pegas
<i>Toma de decisiones / Autoestima</i> | DISPONIBLE EN EL DVD |
| 8 | Yo también me siento gordo
<i>Valores universales / Empatía</i> | DISPONIBLE EN EL DVD |
| 9 | He dicho que no
<i>Habilidades de oposición / Habilidades de autoafirmación / Autoestima</i> | DISPONIBLE EN EL DVD |

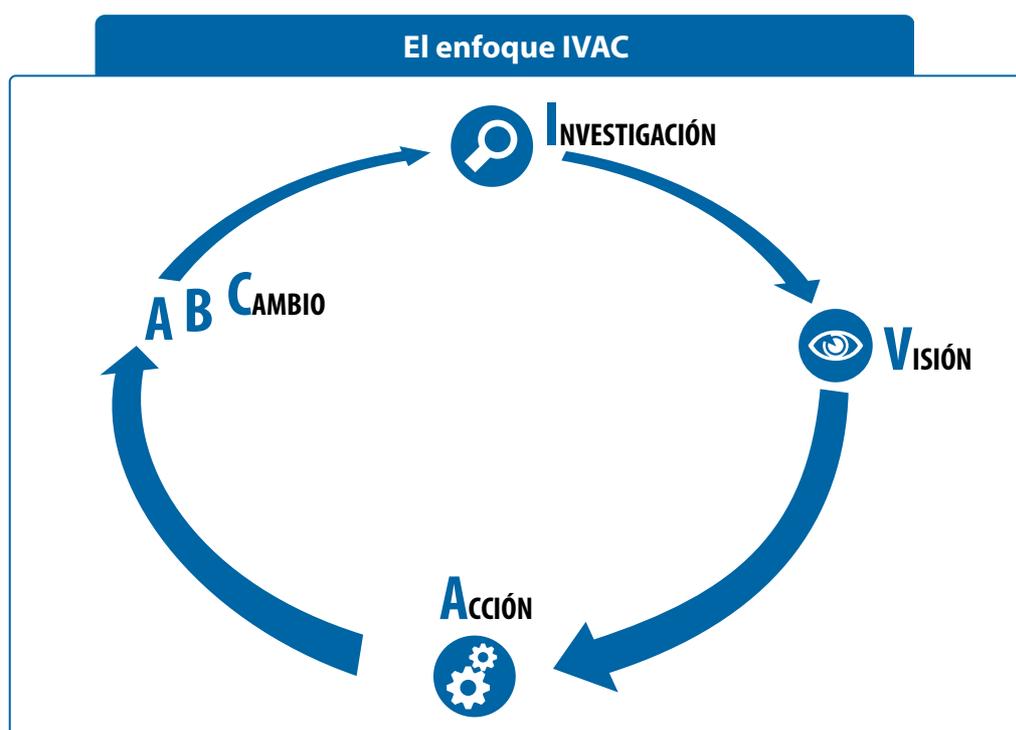
INTRODUCCIÓN



Construye tu mundo se define como un conjunto de actuaciones dirigidas a sistematizar la prevención de los problemas vinculados al consumo de drogas en el ámbito escolar. Nace del convencimiento de que la escuela constituye un marco idóneo para la prevención, y encuentra su base en la idea de promover la participación directa del alumnado para que se convierta en actor en la reflexión sobre sus necesidades o preocupaciones, y en la búsqueda de sus soluciones.

Este programa audiovisual se apoya en una metodología innovadora, denominada IVAC (*Investigación, Visión, Acción y Cambio*) que rompe con los esquemas de transmisión de conocimiento, diseñados tradicionalmente de manera vertical y con poca interactividad.

El IVAC es un modelo de aprendizaje activo, desarrollado por la *Danish School of Education (Aarhus University)* para la enseñanza-aprendizaje de los diferentes contenidos de la educación para la salud. En *Construye tu mundo* su principal objetivo es facilitar la labor del profesorado para que niños, niñas y adolescentes dispongan de herramientas, conocimientos y actitudes que les permitan mantener una buena salud física, psicológica y social. En definitiva, se trata de capacitar al alumnado para abordar temas de salud y prevención de un modo competente, democrático y efectivo.



El proceso de aprendizaje propuesto por el enfoque IVAC consta de cuatro fases (*Investigación, Visión, Acción y Cambio*) cuyo fin son la participación y acción del alumnado:

Investigación: La fase de *Investigación* se encamina principalmente a identificar necesidades, cuestiones y problemas. Su objetivo en el área de la prevención de drogodependencias es apoyar, ayudar y guiar a alumnos y alumnas en sus investigaciones sobre temas vinculados al consumo o las habilidades ligadas a éste (desde varias perspectivas: cultural, social, geográfica, intergeneracional, etc.). Se trata en definitiva de promover el interés del alumnado para enriquecer sus alternativas conductuales, abarcando diferentes respuestas frente a aspectos vinculados a consumos de drogas.

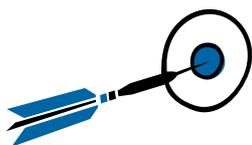
Visión: La fase de *Visión* consiste, principalmente, en imaginar un futuro, es decir, alentar al alumnado a que imagine posibles escenarios relacionados con la variable abordada, en cuanto a cómo es su medio ambiente y la sociedad en la que vive. Su objetivo es principalmente que se aporten soluciones a los problemas detectados en la fase de *Investigación*.

Acción-cambio: En la fase de *Acción* el alumnado diseña acciones o proyectos para ser aplicados. Esta fase persigue que las acciones diseñadas produzcan cambios en los propios estilos de vida de niños, niñas y jóvenes, en la escuela y/ o en el medio social.

La fase de *Cambio* se refiere a las acciones *in situ*, es decir, a controlar y evaluar los cambios producidos en el alumnado, la escuela o el medio social. Dicha evaluación se realiza a través de su compromiso en las acciones y en la medida en que las imágenes de futuro creadas en la fase de *Visión* articulan posibles acciones actuales.

Una serie de actividades dan cuerpo a las cuatro fases del enfoque IVAC en *Construye tu mundo*. Actividades que parten de un recurso audiovisual y que trabajan variables relacionadas con los factores de riesgo y de protección asociados a los problemas vinculados con el consumo de drogas. Con el desarrollo de dichas variables se pretende que el alumnado analice y reflexione sobre el modo en que las condiciones de vida, el medio ambiente y la sociedad afectan sus opciones en temas de salud y estilo de vida. Así mismo, trabajar con estos factores facilita una mayor concienciación y la capacidad para modificar estas condiciones. **Dichas variables son las siguientes:**

- Actitudes hacia la salud
- Actitudes hacia las drogas
- Autocontrol
- Autoestima
- Expresión emocional
- Empatía
- Habilidades de autoafirmación
- Habilidades de oposición asertiva
- Habilidades para la interacción social
- Habilidades para la toma de decisiones
- Participación social
- Valores universales



OBJETIVOS

Objetivos generales

- Reducir el consumo de alcohol, tabaco y drogas ilegales.
- Retrasar la edad de inicio de consumo de tabaco, alcohol y drogas ilegales.

Objetivos específicos

En el ámbito de la competencia de actuación:

- Fomentar el análisis y la reflexión de las condiciones de vida, del medio ambiente y de la sociedad.
- Aumentar la habilidad para actuar, iniciar y llevar a cabo cambios positivos.
- Fomentar la participación social.

En el ámbito del desarrollo de la afectividad:

- Trabajar la autoestima.
- Trabajar la capacidad de empatía.
- Trabajar la expresión emocional.

En el ámbito del desarrollo cognitivo:

- Desarrollar actitudes positivas hacia el mantenimiento de la salud.
- Desarrollar el autocontrol.
- Mejorar las habilidades de toma de decisiones.
- Reducir las actitudes positivas hacia el consumo de drogas.
- Desarrollar valores universales.

En el ámbito del desarrollo social:

- Mejorar las habilidades para la interacción social.
- Mejorar las habilidades de oposición asertiva.
- Mejorar las habilidades de autoafirmación.

Construye tu mundo interviene directamente en la comunidad educativa implicando en este ámbito al profesorado, y en su caso a los padres y madres, y muy especialmente a niños, niñas y jóvenes, como destinatarios finales de la intervención. Considera que la escuela, además de ser el marco idóneo para hacer prevención, es el puente que posibilita el establecimiento de una estrecha colaboración con otros ámbitos de prevención como la familia y la comunidad. Por este motivo, se ofrece la posibilidad de que algunas de las actuaciones diseñadas para realizar en el aula puedan ser completadas en el contexto familiar.

METODOLOGÍA

Construye tu mundo es un programa de prevención audiovisual, lo cual constituye un elemento innovador, a la vez que atractivo.

Los audiovisuales, como instrumento educativo, se convierten en una adecuada estrategia por su capacidad no sólo de motivar, sino por el mensaje que en sí pueden llegar a transmitir, un mensaje más directo, más claro y más cercano al alumnado. Es por ello que se ha apostado por un programa en el que los audiovisuales son el eje central de los procesos y procedimientos con los que desarrollar la prevención.

Los recursos seleccionados en *Construye tu mundo* son: secuencias de películas y/o dibujos animados, spots publicitarios, canciones, cuentos, fábulas y leyendas y poemas, entre otros. Se ha optado por dichos estímulos en base a los siguientes motivos:

- El atractivo del cine facilita la identificación con personajes, protagonistas y situaciones.
- En la publicidad se presentan historias de la vida cotidiana en las que se mezcla realidad con fantasía en un espacio muy corto de tiempo, lo cual presenta unas ventajas pedagógicas extraordinarias.
- Las canciones están presentes en la vida cotidiana de los alumnos y alumnas, y el hecho de incorporarlos en el contexto del grupo clase, conlleva una aproximación al mundo significativo del alumnado.
- La poesía tiene la virtud de despertar y activar el mundo emocional de quien la lee.
- Los cuentos, las fábulas y las leyendas facilitan la proyección cognitiva y afectiva del alumnado en mundos fantásticos en los que se desarrollan valores, se explora el autoconcepto, se expresan actitudes y se manifiestan todo tipo de comportamientos prosociales o antisociales. Suponen una herramienta didáctica que ofrece inmensas posibilidades para el profesorado.

Todas las actividades de este cuaderno tienen un hilo conductor que parte de las diferentes dimensiones de los determinantes que intervienen en la salud. Se parte del concepto de que la prevención en temas relacionados con la salud es:

- Cuidar de mí (Yo).
- Cuidar de las personas que me rodean (Familia, amigos y amigas).
- Cuidar de mi entorno (Casa, centro educativo, comunidad,...).

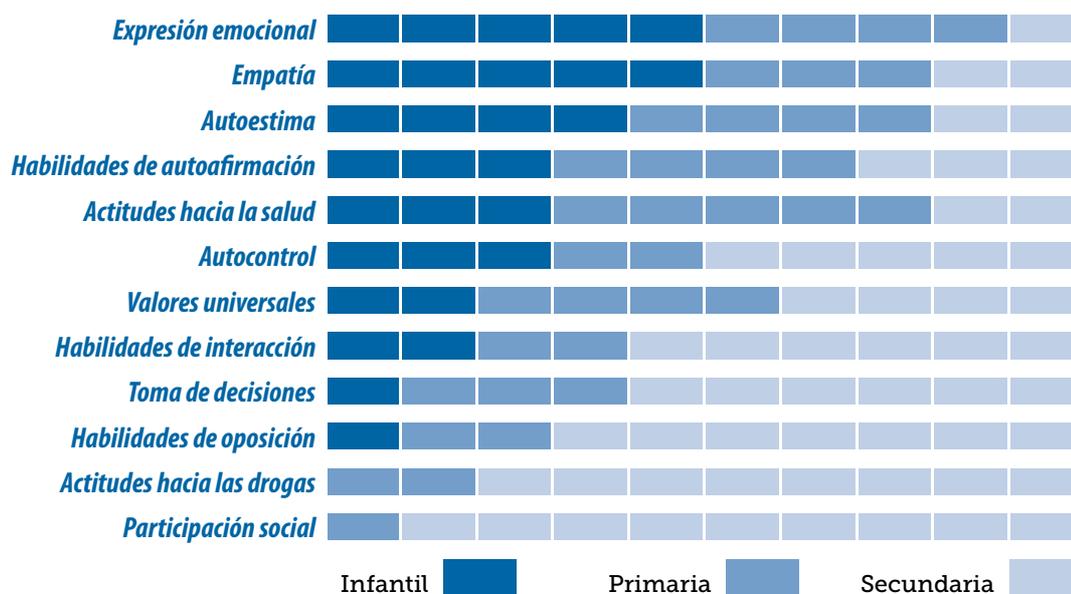


Se trata de ir de lo particular (*Cuidar de mí*) a lo más global (*Cuidar de mi entorno*). Esto permitirá al alumnado ampliar su visión sobre lo que es el concepto global de salud (prevención).

Estas tres temáticas (*Yo / Los y las que me rodean / Mi entorno*) cubren una gran diversidad de posibles actividades y de opciones de trabajarlas, es decir, se permite una libertad de variantes sobre las temáticas que se trabajan en el material que compone el programa.

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

Las variables a trabajar mencionadas en el apartado *Objetivos* y que dan cuerpo a las cuatro fases del enfoque IVAC guardan relación con el consumo de drogas, de manera que su modificación en la dirección adecuada permiten no sólo reducir la influencia de los factores de riesgo y aumentar la presencia de los factores de protección, sino también orientar al alumnado hacia una participación directa respecto de la propia persona, del medio ambiente y de la sociedad.



Desde esta perspectiva sería deseable trabajar todas ellas en cada uno de los ciclos educativos. Sin embargo, las limitaciones de tiempo a las que inevitablemente debe someterse el trabajo escolar y la imposibilidad de cubrir un abanico tan amplio de objetivos, exigen el establecimiento de prioridades y la asignación, a cada una de las etapas educativas, de aquellas variables que se consideren más eficaces y relevantes en función del momento evolutivo del alumnado.

Como se ve en el gráfico, se ha distribuido el peso de las variables a trabajar a lo largo de las distintas etapas educativas, con el objetivo de que la resultante final de la intervención esté equilibrada y permita el desarrollo armónico de la personalidad, ya que ésta es la mejor garantía de efectividad con relación a los objetivos preventivos.

De acuerdo al reparto de las cargas de trabajo, los programas de intervención que se proponen para la etapa educativa correspondiente a la Educación Primaria se encuentran en el apartado siguiente.

INTERVENCIÓN EN EDUCACIÓN SECUNDARIA

La acción preventiva en la etapa de Educación Secundaria estará centrada en abordar las siguientes variables vinculadas al desarrollo cognitivo, afectivo y de la competencia de actuación:

En el ámbito de desarrollo cognitivo

La adolescencia se desarrolla a menudo en ambientes sociales en los que las pautas de consumo de drogas constituyen una realidad preexistente en la que se invita a participar. En este contexto, es muy conveniente poseer conocimientos realistas sobre las sustancias tóxicas y desarrollar el pensamiento crítico que permita discriminar las conductas más beneficiosas desde el punto de vista de la salud.

Así mismo, la revisión y actualización de la capacidad para tomar decisiones responsables brindará al alumnado la posibilidad de protegerse física y socialmente de los riesgos vinculados al consumo de drogas.

En el ámbito de desarrollo afectivo

La empatía, la expresión emocional y la autoestima son capacidades que se van desarrollando en etapas madurativas anteriores. Sin embargo, en la adolescencia, tienen un papel determinante para la promoción de factores de protección, por lo que hay que afianzar las adquisiciones en este ámbito y/o reparar posibles déficits en aprendizajes previos. Además, es importante que la empatía, la expresión emocional y la autoestima sean abordadas en el contexto relacional del grupo de iguales.

En el ámbito de desarrollo social

El proceso de socialización en el grupo de iguales tiene en la etapa adolescente una especial intensidad. Por este motivo, es muy importante que se promueva en el alumnado la fluidez en el manejo de los recursos de comunicación. Especialmente, en el campo de la oposición asertiva, como una habilidad más para la prevención de los problemas vinculados al consumo de drogas.

En el ámbito de la competencia de actuación

La competencia de actuación es una herramienta educativa que resulta preventiva respecto a las conductas de riesgo.

A partir de la adolescencia, o incluso antes, suelen manifestarse comportamientos entre el alumnado que pueden suponer un riesgo para su salud y su integridad. Algunas de las conductas que se suelen asociar a consecuencias problemáticas son el consumo de drogas, las relaciones sexuales (muy tempranas, sin protección, bajo

los efectos de las drogas...), el absentismo, el fracaso escolar y la violencia entre iguales. Diversos estudios, entre los que cabe destacar "Jóvenes, valores y drogas" (FAD, 2006), han mostrado la participación social como un factor de protección individual relevante ante conductas de riesgo, puesto que las actitudes altruistas y el compromiso colectivo se presentan como características que pueden reducir la probabilidad de aparición de problemas vinculados al consumo de drogas. Por ello, es importante trabajar esta variable durante toda la Educación Secundaria.

El papel docente en el desarrollo de las actividades englobadas en la variable de competencia de actuación es por un lado de orientación y por otro de confrontación. Desde la orientación, el profesorado debe adaptar los contenidos a cada a cada alumno y alumna y desarrollar las estrategias más adecuadas para que adquieran aprendizajes significativos. Desde su papel de confrontación, el profesorado debe enfrentarse a las ideas previas del alumnado con nuevos argumentos que desequilibren sus formas de pensar, o al menos las cuestionen.

ACTIVIDADES PARA 1º ESO

El alumnado del primer curso de Educación Secundaria Obligatoria acaba de abandonar definitivamente la infancia para enfrentarse a un mundo en el que todo está por descubrir y donde la vida en grupo alcanza tal protagonismo que las pautas y reglas que se fragüen dentro de él van a influir notablemente sobre su personalidad y comportamiento. De ahí la importancia de una intervención que refuerce, por un lado, una imagen positiva sobre las capacidades y habilidades y por otro lado el conocimiento del propio yo, proponiendo para ello actividades que fomenten la autoestima, la expresión emocional y el autocontrol.

En la propuesta que se hace para trabajar la autoestima el fin último es que el alumnado sea capaz de buscar en sus propias capacidades la explicación de muchos de sus éxitos.

La capacidad de autocontrol es una habilidad básica que permite a las personas tomar decisiones de manera inteligente. Ser capaces de retrasar los estímulos gratificantes al momento adecuado o sacrificar un placer inmediato por algo más lejano pero valioso permite desarrollar actitudes y valores tan positivos como la paciencia o la capacidad de reflexión, cualidades de suma importancia en esta franja de edad.

En este momento, nos encontramos en una etapa en la que las emociones todavía no están del todo estables. No sienten, ni se manejan emocionalmente como adultos y adultas, pero tampoco lo hacen como niños y niñas. Una buena parte de los conflictos propios de la adolescencia tienen que ver con lo emocional y su expresión o falta de ella. Es necesario, por ello, el acompañar al alumnado en el análisis de las diferentes maneras en las que se expresan las emociones.

Por otro lado, es importante potenciar la capacidad de reflexionar sobre sus relaciones, cómo incrementarlas o cómo ser capaces de no perder su personalidad dentro del grupo, apoyándose para esta tarea en actividades que promuevan las habilidades de autoafirmación y oposición.

En este período, además de los factores de riesgo que afectan a la persona, influyen notablemente los conocimientos que tienen de las drogas. Hasta ahora, en la preadolescencia se les ha hablado de sustancias y se han elaborado conceptualmente esa información dándole un significado funcional esperado pero, por lo general, no experimentado. En la actual etapa se va a producir el contacto (no necesariamente, pero probable), lo que va a dar lugar a transformaciones en los significados hasta ahora concebidos. Por ello, el profesorado abordará con el alumnado la clarificación de valores y actitudes en torno a las drogas con actividades que les facilite la elaboración de opiniones realistas en relación al tema.

Para finalizar con la propuesta de actividades para este nivel, cabe resaltar el trabajo centrado en valores universales y en la participación social, donde el alumnado reflexionará y tendrá la oportunidad de llevar a la práctica todo lo trabajado de manera más global a lo largo del curso.

Programa de actividades de 1º de Educación Secundaria

Actividad 1	Amuletos <i>Autoestima / Habilidades de autoafirmación</i>	
Actividad 2	¡Cuánta tentación! <i>Autocontrol</i>	
Actividad 3	Oda a la normalidad <i>Actitudes hacia las drogas / Toma de decisiones</i>	
Actividad 4	¿Qué harías con 1.000 €? <i>Actitudes hacia las drogas / Toma de decisiones</i>	
Actividad 5	Juntos podemos <i>Valores universales / Habilidades de interacción</i>	
Actividad 6	Una barra de pan para todo el planeta <i>Participación social / Empatía</i>	
Actividad 7 (complementaria)	Todo tiene pegás <i>Toma de decisiones / Autoestima</i>	DISPONIBLE EN EL DVD
Actividad 8 (complementaria)	Yo también me siento gordo <i>Valores universales/ Empatía</i>	DISPONIBLE EN EL DVD
Actividad 9 (complementaria)	He dicho que no <i>Habilidades de oposición / Habilidades de autoafirmación / Autoestima</i>	DISPONIBLE EN EL DVD

COMPETENCIAS BÁSICAS EN EDUCACIÓN SECUNDARIA

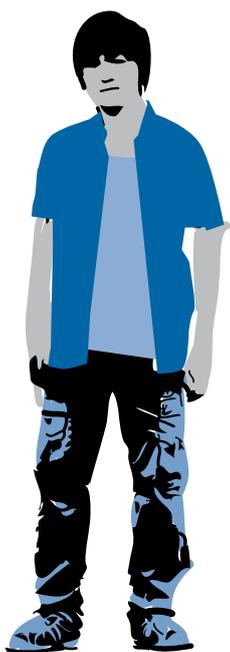
La ley orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación incorpora las competencias básicas al currículo como un medio para mejorar la calidad y la equidad de la educación española y como un acercamiento a las exigencias internacionales en materia de educación.

El currículo educativo define las competencias como aquellos aprendizajes que debe haber desarrollado un joven o una joven al finalizar la enseñanza obligatoria para poder lograr su realización personal, ejercer la ciudadanía activa, incorporarse a la vida adulta de manera satisfactoria y ser capaz de desarrollar un aprendizaje permanente a lo largo de la vida. Aunque las competencias básicas son un fin a conseguir al final de la etapa de Educación Obligatoria, es preciso que su desarrollo se inicie desde el comienzo de la escolarización, de manera que su adquisición se realice de forma progresiva y coherente.

El desarrollo de las competencias básicas tanto en la Educación formal, como en la informal y no formal, debe permitir al alumnado integrar sus aprendizajes, poniéndolos en relación con distintos tipos de contenido, utilizar esos contenidos de manera efectiva cuando resulten necesarios y aplicarlos en diferentes situaciones y contextos. Este fin compartido y perseguido por el programa *Construye tu mundo*, es lo que ha llevado a diseñar sus actividades teniendo en cuenta las competencias básicas del currículo educativo. Así cada una de las 36 actividades, que componen la etapa de Educación Secundaria Obligatoria, contribuyen al desarrollo de diferentes competencias; si bien es cierto que todas ellas trabajan “Autonomía e iniciativa personal”.

En el marco de la propuesta de la Unión Europea se han identificado ocho competencias básicas:

- 1 **Competencia en comunicación lingüística.** El desarrollo de la *Competencia en comunicación lingüística* comporta la utilización del lenguaje como instrumento de comunicación oral y escrita; de representación, interpretación y comprensión de la realidad; de construcción y comunicación del conocimiento; y de organización y autorregulación del pensamiento, las emociones y la conducta. *Construye tu mundo* desarrolla esta competencia, sobre todo, a través de su trabajo en el ámbito afectivo (Autoestima, Empatía y Expresión Emocional) y social (Habilidades de interacción, Habilidades de interacción y Habilidades de oposición) del alumnado.
- 2 **Competencia matemática.** El desarrollo de la *Competencia matemática* conlleva utilizar espontáneamente (en los ámbitos personal y social) los elementos y razonamientos matemáticos para interpretar y producir información, para resolver problemas provenientes de situaciones cotidianas y para tomar deci-



siones. *Construye tu mundo* cuenta con algunas actividades que trabajan esta competencia.

- 3 Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.** El desarrollo de la *Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico* incorpora habilidades para desenvolverse adecuadamente, con autonomía e iniciativa personal en ámbitos de la vida y del conocimiento muy diversos: salud, actividad productiva, consumo, ciencia, procesos tecnológicos, etc. Así mismo, también se hace posible identificar preguntas o problemas y obtener conclusiones basadas en pruebas, con la finalidad de comprender y tomar decisiones sobre el mundo físico y sobre los cambios que la actividad humana producen sobre el medio ambiente, la salud y la calidad de vida de las personas. *Construye tu mundo* desarrolla esta competencia, sobre todo, a través de su trabajo en diferentes variables del ámbito cognitivo (Actitudes hacia la salud, Actitudes hacia las drogas, Valores universales y Participación Social) del alumnado.
- 4 Tratamiento de la información y competencia digital.** El desarrollo de la competencia *Tratamiento de la información y competencia digital* implica ser una persona autónoma, eficaz, responsable, crítica y reflexiva al seleccionar, tratar y utilizar la información y sus fuentes, así como las distintas herramientas tecnológicas. *Construye tu mundo* desarrolla esta competencia, sobre todo, a través de su trabajo en el ámbito cognitivo del alumnado.
- 5 Competencia social y ciudadana.** El desarrollo de la *Competencia social y ciudadana* supone comprender la realidad social en la que se vive, afrontar la convivencia y los conflictos empleando el juicio ético basado en los valores y prácticas democráticas, y ejercer la ciudadanía, actuando con criterio propio, contribuyendo a la construcción de la paz y la democracia, y manteniendo una actitud constructiva, solidaria y responsable ante el cumplimiento de los derechos y obligaciones cívicas. *Construye tu mundo* desarrolla esta competencia, sobre todo, a través de su trabajo en diferentes variables del ámbito cognitivo (Valores Universales y Participación Social) del alumnado.
- 6 Competencia cultural y artística.** El desarrollo de la *Competencia cultural y artística* se refiere a la habilidad de apreciar y disfrutar con el arte y con otras manifestaciones culturales y artísticas, así como mostrar una actitud abierta y respetuosa hacia ellas. *Construye tu mundo* cuenta con algunas actividades que trabajan esta competencia.
- 7 Competencia para aprender a aprender.** El desarrollo de la *Competencia para aprender a aprender* implica consciencia, gestión y control de las propias capacidades y conocimientos desde un sentimiento de competencia o eficacia personal, es decir, conocer las propias potencialidades y carencias, sacando provecho de las primeras y teniendo motivación y voluntad para superar las segundas



desde una expectativa de éxito, aumentando progresivamente la propia seguridad para afrontar retos. *Construye tu mundo* desarrolla esta competencia, sobre todo, a través de su trabajo en diferentes variables que componen los ámbitos afectivo, cognitivo y social del alumnado.

- 8 Autonomía e iniciativa personal.** Con el desarrollo de la competencia *Autonomía e iniciativa personal* los y las adolescentes deben ser capaces de imaginar, emprender, desarrollar y evaluar acciones o proyectos individuales o colectivos con creatividad, confianza y sentido crítico. Para llevar a cabo esto es necesario la adquisición de una conciencia y la aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas pertenecientes a las esferas afectiva, cognitiva y social. Es por ello que todas las actividades que el profesorado de Educación Secundaria va a encontrar en *Construye tu mundo* trabajan directa o indirectamente esta competencia.

Al igual que el currículo de educación, el programa *Construye tu mundo* pretende trabajar las diferentes competencias básicas con el objetivo principal de formar personas competentes en todos los ámbitos de su vida (individual, social y laboral).

ESTRUCTURA DEL CONTENIDO DE LAS ACTIVIDADES

Cada actividad incluye toda la información necesaria para su planificación, presentación y ejecución, así como las fichas destinadas al trabajo del alumnado.

Los *Objetivos* que se pretenden llevar a cabo, las *Competencias Básicas* trabajadas y la descripción de los *Recursos materiales* necesarios para el desarrollo de la actividad son los primeros apartados que se observan.

Tiempo aproximado es el apartado en el que se indica la duración de la actividad y se propone una temporalización que va a depender de las características del grupo y del estilo de trabajo de cada profesor o profesora que la realiza.

A continuación se encuentra el *Sentido preventivo* de la actividad. En dicho apartado aparece la justificación interna de la actividad y una breve explicación de la tarea a desarrollar.

La siguiente sección, *Para iniciar la actividad*, propone una forma de introducir el tema y de motivar al alumnado para la actividad. Este apartado no ha sido diseñado para que su contenido sea leído de forma literal. El profesorado, si lo cree necesario, lo puede adaptar o cambiar en función de las características de su grupo.

Posteriormente, en el *Desarrollo de la actividad*, aparece la relación de las fases que configuran la actividad. En cada una se especifican los pasos y las acciones necesarias para su ejecución. Aunque dichas fases están muy estructuradas, de forma que se establecen con detalle todos y cada uno de los pasos necesarios para la rea-

lización de la actividad, no quiere decir que sea imprescindible llevarlas a cabo con exactitud en la forma en que se presentan. Por el contrario, pueden ser adaptadas a diferentes planteamientos metodológicos.

Para el cierre de la actividad se cuenta, como conclusión, con un *Comentario final*, que sirve al profesorado para terminar el trabajo compartido con el alumnado.

Por último, este cuaderno cuenta con un cuestionario de evaluación (*Anexo*), con el que el profesorado participante podrá valorar su experiencia con el programa.



Actividad



Amuletos



Autoestima



Habilidades de autoafirmación



Competencias básicas

- Competencia para aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa personal

Objetivos



- Fomentar la imagen positiva de la propia persona.
- Que el alumnado tome conciencia de las habilidades personales que justifican y explican muchos de sus éxitos.

Recursos materiales



- ✓ Secuencia *Amuletos*. (El sueño de Jimmy Grimble).
- ✓ Folios y bolígrafos.

Tiempo aproximado



50 minutos

SENTIDO PREVENTIVO

A menudo las personas tendemos a depositar nuestra confianza en otras cosas en lugar de en nosotros o nosotras. Atribuimos mucho valor a la suerte, a la ayuda de otras personas e incluso a objetos o elementos que ningún poder tienen. Sin embargo, en algún momento, debemos mirar en nuestro interior y buscar en nuestras propias capacidades la explicación de muchos de nuestros éxitos.



Cuando confiamos en amuletos y objetos depositamos una buena parte de nuestro mérito en ellos, cuando son simples objetos que en nada pueden ayudarnos sino en aprender una lección errónea. A través de la actividad de reflexión personal, el alumnado reconocerá habilidades y capacidades que explican gran parte de sus éxitos.

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

“Con esta actividad vamos a trabajar la autoestima, ¿sabéis lo que es? La autoestima es la valoración (positiva o negativa) que hacemos de nuestra imagen personal, y depende mucho de la opinión que recibamos de las personas que nos rodean. Para entendernos, sería más o menos el grado en el que nos apreciamos y valoramos.

A veces lo que nos decimos afecta a cómo creemos que somos y cómo nos comportamos. Por ejemplo: “Soy un torpe, será mejor que no vaya a esquiar o a patinar porque probablemente me caeré y me hará daño”, o “¡Venga, tú puedes! ¡Intentalo!” tienen un resultado muy diferente. El primer pensamiento nos hará probablemente quedarnos en casa y sentirnos mal. El segundo pensamiento, nos animará a intentarlo y nos sentiremos con más seguridad y mejor.

La valoración que recibimos de las demás personas también influye en nuestra idea sobre cómo somos. Si esta valoración es positiva, nos sentimos mejor y con mayor seguridad. Además, como veremos, esta valoración externa también nos puede servir para descubrir aspectos que desconocíamos sobre nuestra forma de ser.”

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1^a

fase

Paremos a pensar

Se inicia la actividad pidiendo a cada alumno y alumna que saque una hoja de papel:

“Vamos a pensar en momentos de nuestra vida en lo que algo nos salió bien. Pensad en uno en particular y tomad nota en la hoja (Por ejemplo: Cuando aprobé el examen final de matemáticas). Debajo, escribid una explicación que justifique por qué aquello fue un éxito. (Por ejemplo: Tuve suerte)”.

- *¿Tuvisteis algo que ver en, al menos, parte de ese éxito?, ¿en qué sentido?*
- *¿Alguna vez habéis tenido un amuleto?, ¿cuál?* (Si los chicos y las chicas no han tenido nunca un amuleto, pueden pensar en personas que sí los tengan y en la utilidad que les dan).
- *¿En qué situaciones os ha ayudado?* (O ha ayudado a otras personas).
- *¿Cómo os sentís al atribuir parte de vuestro mérito a un objeto?* (O cómo creéis que se sienten las personas que los tienen).

Cuando se haya terminado de escribir las respuestas, se explica que se va a ver una secuencia de película en la que un chico cuenta con sus zapatillas de fútbol como el mejor amuleto; alguien se las regaló como botas mágicas y en ellas confía cuando sale al campo.

“Sin ellas no juega al fútbol. Pero algo ocurre que le hace descubrir el verdadero valor de las botas mágicas... Vamos a verlo”.

2^a
fase

Visionado de la secuencia

Una vez vista la secuencia, se lanzan al grupo las siguientes preguntas que guiarán el debate en torno a la película:

- *¿Qué ha ocurrido en la escena?* (Que Jimmy se encuentra sin sus zapatillas mágicas justo antes de un partido importante de fútbol y cree que no podrá hacerlo bien sin ellas).
- *¿Qué descubre Jimmy en la conversación con Robby Breuer, su gran ídolo del fútbol?* (Que sus zapatillas no son mágicas realmente, sino que se lo habían hecho creer).
- *¿Crees que quien le dijo que las botas eran mágicas realmente le ayudó?* (No, porque le hizo depositar su confianza en un objeto, restándole importancia a sus verdaderas capacidades).
- *¿Cómo podría esa persona haberle ayudado mejor?* (Diciéndole la verdad, resaltando sus cualidades y virtudes).

“Jimmy descubre una gran verdad en la conversación con Robby que le hace cambiar completamente de actitud respecto al partido. ¿Cuál es esa verdad?”

Cuando depositamos nuestra confianza en amuletos estamos, en realidad, otorgándoles la capacidad de resolver nuestros problemas o de mejorar nuestra vida, sin ser cierto. Simplemente nos hacen sentir seguros y seguras y afrontar la situación con más valor, pero el problema aparece cuando desaparecen, desvaneciéndose a la vez nuestra seguridad.

Vamos a reflexionar un poco más sobre esto...”

3^a
fase

Dinámica “te lo cambio”

En esta fase, se trata de que los alumnos y las alumnas hagan un intercambio entre sus amuletos y las verdaderas capacidades que atesoran para hacer frente con éxito a diferentes situaciones. Para ello, se les remite de nuevo a la hoja sobre la que escribieron en la primera fase.

“Retomemos el amuleto del que hablábamos antes...”





- ¿Qué cualidad vuestra sustituía ese amuleto?
- ¿Cómo podía ese amuleto tener esa capacidad?
- ¿Existe alguna posibilidad de que no fuera el amuleto la explicación a vuestro éxito y fuerais vosotros y vosotras quienes lo conseguisteis con vuestras capacidades?
- ¿Estaríais dispuestos y dispuestas a cambiar vuestro amuleto por la confianza en vuestras capacidades? (Escribidlo).

Dadle la vuelta al papel y dibujad el amuleto en el que habéis confiado hasta ahora. Cuando lo tengáis dibujado, levantad la mano para que yo lo vea y os dé una hoja nueva, en la que aparecerá un mensaje”.

El profesor o la profesora recoge las hojas de quien vaya levantando la mano y las mete en una bolsa de basura preparada a tal efecto (puede servir la papelera de la clase), a continuación se entrega a cada alumno y alumna que lo solicita una nueva hoja, con el siguiente mensaje a completar:

Quando me ocurrió _____ pensé que el responsable o la responsable de ello había sido el amuleto _____ pero ahora me doy cuenta de que los amuletos no tienen la capacidad de ayudarme. Aquello salió bien debido a mi capacidad para _____, así que, de ahora en adelante, prefiero confiar en mí y en mis posibilidades y no depender de un objeto que en nada puede ayudarme.
¡Mi nuevo amuleto soy YO!

Este mensaje será guardado por cada alumno y alumna y se les aconsejará que nunca olviden lo que pone.



COMENTARIO FINAL

“Con esta actividad hemos descubierto que todo el mundo tiene en su forma de ser rasgos positivos que nos pueden facilitar o ayudar a la hora de afrontar situaciones. También, hemos aprendido lo importante que es destacar nuestras mejores capacidades y habilidades para conseguir las metas deseadas, sin necesidad de atribuirlo a otros factores externos”.





Competencias básicas

- Competencia en comunicación lingüística.
- Autonomía e iniciativa personal.

Objetivos



- Valorar la importancia de tener desarrollada la capacidad de autocontrol.
- Analizar y reflexionar acerca de las distintas maneras de control en diferentes situaciones.

Recursos materiales



- ✓ Secuencia *¡Cuánta tentación!* (El laberinto del fauno).
- ✓ Una bolsa de chuches.
- ✓ Celofán.

Tiempo aproximado



50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

La capacidad de autocontrol es una habilidad básica que permite a las personas tomar decisiones de manera inteligente. Ser capaces de retrasar los estímulos gratificantes al momento adecuado o sacrificar un placer inmediato por algo más lejano pero valioso permite desarrollar actitudes y valores tan positivos como la paciencia o la capacidad de reflexión.

Hoy en día, la sociedad de consumo nos pone a prueba constantemente, ofreciendo productos y mostrándonos irresistibles (e imprescindibles) mediante adornos, imágenes envolventes, colores llamativos, músicas pegadizas, regalos y personas atractivas; y dificultando, en muchos casos, la consecución de nuestros auténticos propósitos. Aprender a vivir en esta sociedad implica aprender a regular la conducta, parándose a pensar qué es lo que se desea realmente en cada momento y aprendiendo a lidiar con el bombardeo mediático al que estamos sometidos.

La secuencia propuesta y un experimento antes de su visionado permitirá al profesor o la profesora promover la reflexión en el aula sobre la necesidad de autocontrolarse para posponer gratificaciones a largo plazo. En una dinámica posterior se trabajará la técnica de las autoinstrucciones, que ayudará a regular el comportamiento y a guiar la conducta.

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

Dos días antes al visionado de la secuencia se prepara una bolsa con chucherías (caramelos, gominolas,...) y se envuelve con celofán o algún material que sea transparente y haga ruido fácilmente. Al día siguiente, al comienzo de una clase cualquiera, se pedirá un voluntario o una voluntaria para hacer un experimento.

Se explica a la clase:

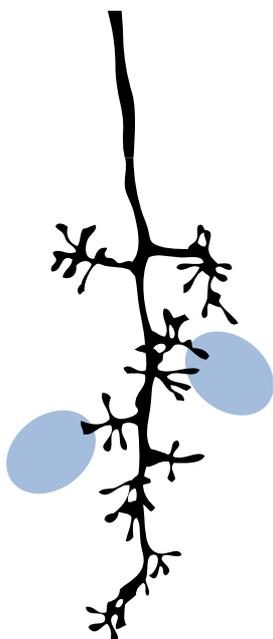
“Esto que tengo en mi mano es una bolsa llena de chuches. Está envuelta en papel celofán para que haga ruido cuando se coja. Vamos a hacer un pequeño experimento de autocontrol. Voy a darle la bolsa a quien se ha ofrecido voluntario o voluntaria. Tendrá que tenerla en la mano durante toda la clase procurando no hacer ruido. Si lo consigue, al final de la clase la bolsa será suya, pero en el momento en que haga ruido o la suelte se elegirá al azar a otra persona que continúe con el experimento”.

El profesor o la profesora desarrollará su clase normal, fijándose en si la persona que tiene la bolsa hace ruido o no.

Diez minutos antes del final de la clase, se hacen las siguientes preguntas a quienes sostuvieron la bolsa:

- ¿Qué dificultades habéis tenido para no hacer ruido?





- *¿Qué os habéis dicho o habéis hecho para conseguir no hacer ruido?*

Se finalizará con el siguiente comentario:

“Este experimento tenía como objetivo autocontrolarse. Quien haya conseguido no hacer ruido no sólo tiene la recompensa de la bolsa de chuches, también habrá logrado una gran satisfacción personal por el simple hecho de haber superado el reto. En la vida real, estas situaciones se dan con más frecuencia de la que os imagináis. Por ejemplo, al estar aquí sentados escuchando las clases estáis, de alguna forma, autocontrolándoos para no hacer otras cosas que a lo mejor os gustan más. La mayoría lo hacéis porque esperáis una recompensa posterior: obtener el título de la ESO, pasar a Bachillerato o entrar en la Universidad”.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1^a
fase

Reflexión sobre el experimento y visionado de la secuencia

Se inicia la actividad preguntando al grupo acerca del experimento que se llevó a cabo en clase el otro día e intentando que responda sobre el tema que trataba (Posibles respuestas: el autocontrol, controlarnos para conseguir un objetivo,...).

Posteriormente, se proyectará la secuencia seleccionada y una vez vista, se lanzan una serie de preguntas que guiarán el debate en torno a la película:

- *¿Qué ha ocurrido?* (Ofelia no ha podido contener la tentación y ha cogido comida de la mesa sin pensar en las consecuencias de dicha acción).
- *¿Por qué creéis que Ofelia no se ha podido contener?, ¿en qué momentos nos puede pasar algo parecido?* (Los alumnos y las alumnas pondrán ejemplos de situaciones en las que se hayan dejado llevar por la tentación y no hayan sido capaces de esperar).

Posibles respuestas:

- Tener que estudiar un examen y nos ofrecen un plan alternativo.
 - Un profesor o una profesora nos hace una crítica dura y nos dan ganas de gritar.
 - Tener que hacer un trabajo para clase y nos regalan un videojuego.
 - Estar pasándolo muy bien y tener que irse a casa para llegar a la hora.
-
- *¿Cómo creéis que debe sentirse Ofelia al coger la comida?* (Al coger la comida, Ofelia sintió placer, gratificación hasta el punto de olvidarse del lugar donde estaba. Estas sensaciones son muy parecidas a las que podemos obtener cuando deseamos mucho conseguir algo).



- *¿Por qué Ofelia arriesga su vida al coger la comida?* (Ofelia se deja llevar por el deseo inmediato sin pensar en las consecuencias que ello puede acarrear).
- *¿Qué podría haber hecho para resistir la tentación?* (Seguir los consejos de las hadas: irse corriendo, no mirar la comida,...).
- *¿Qué cosas son para vosotros y vosotras irresistibles?, ¿creéis que la publicidad se aprovecha de este hecho?* (La publicidad sabe qué valores tiene que asociar a los productos para que éstos resulten irresistibles y deseemos obtenerlos a toda costa).

2^a fase

La técnica de las auto-instrucciones

Se hace el siguiente comentario:

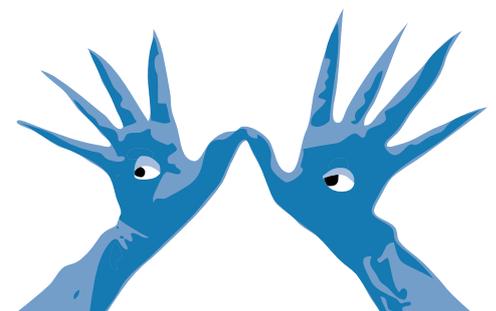
“Miremos donde miremos estamos rodeados de anuncios publicitarios que intentan, por un lado vender productos y por otro, que al pensar o al referirnos a esos productos lo hagamos de una manera positiva. Sólo con levantar la vista y abrir bien los ojos veremos gran cantidad de estímulos atractivos que incitan a su consumo. ¿Cómo resistirnos a esta presión que no tiene en cuenta si se tiene dinero o no para obtener los productos o si de verdad ayudan en lo que dicen? Hay trucos que funcionan para lograr eso y que de hecho los usáis cada día sin daros cuenta, por ejemplo, ¿alguna vez os habéis sorprendido hablando con vosotros mismos o vosotras mismas? Ésta es la técnica que en Psicología se llama de las “auto-instrucciones”. ¿Alguien sabe en qué consiste? (La persona se dice así misma lo que tiene que hacer para conseguir un objetivo)”.

Se desarrolla una dinámica con el objetivo de aprender a utilizar la técnica de las auto-instrucciones, para ello se divide a la clase en parejas y se hace el siguiente comentario:

“Vamos a elegir una situación que nos resulte difícil de controlar, por ejemplo, no gritar a los padres y las madres cuando nos regañan por no recoger la habitación”. A continuación, las parejas se ayudarán mutuamente a transcribir en un papel las instrucciones que tendrán que darse cuando se encuentren ante tales situaciones.

“Por ejemplo, en el caso del experimento de ayer:

- *Bien, ¿qué es lo que tengo que hacer?*
- *Tengo que... por ejemplo, “coger la bolsa y no hacer ruido”.*
- *¡Espacio y con cuidado!*



- *Vale, lo estoy haciendo bastante bien.*
- *Recuerda: he de ir sin prisas.*
- *(Ante un error): ¡vaya, no creí que..., bueno, no pasa nada! sólo tengo que mantener el equilibrio la próxima vez.*
- *Aunque cometa un error no pasa nada. Esto es un juego y estoy aprendiendo. Ahora sé que hay que hacerlo lentamente y con atención.*
- *¡Acabé, lo hice, muy bien!”*

Para finalizar se pondrán en común los resultados y se comentará la utilidad de generar frases positivas ante situaciones de difícil control y se hará el siguiente comentario:

“Hablar con vosotros mismos y vosotras mismas es muy saludable para decidir qué hacer y cómo comportaros”.



COMENTARIO FINAL

“Con esta actividad hemos visto que es muy importante poder pararnos a pensar en lo que nos apetece hacer y sobre todo, en lo que más tarde puede ocurrir, en lugar de actuar impulsivamente. Muchas veces, nuestros impulsos son muy fuertes, por ello, es importante tener cierto nivel de autocontrol: con relación a lo que pensamos, a lo que sentimos y a lo que hacemos”.





Actitudes
hacia las drogas



Toma
de decisiones



Competencias básicas

- Competencia en comunicación lingüística
- Tratamiento de la información y competencia digital.
- Autonomía e iniciativa personal.

Objetivos



- Que reflexionen sobre algunas de las creencias que existen en relación al alcohol.
- Que el alumnado tome conciencia de la capacidad que tiene para divertirse y disfrutar sin necesidad de consumir alcohol.

Recursos materiales



- ✓ Anuncio *Oda a la normalidad*. (Cruzcampo).

Tiempo aproximado



50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

La sociedad actual tiende a promover la comercialización de productos mediante la asociación de éstos con valores. De este modo se generan en los compradores y las compradoras expectativas encaminadas al logro de determinadas metas (felicidad, diversión, etc.). Este hecho incluye la publicidad del alcohol que, aunque hoy

por hoy es la droga más consumida, también es una de las que mayores problemas causa en la sociedad. Aun así, la publicidad la sigue mostrando como fuente de diversión y evasión.

A partir de un anuncio, se explorará con el alumnado su capacidad de disfrute y diversión. En dinámicas posteriores se profundizará en la desmitificación de la idea del alcohol como generador de diversión.

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

“Con esta actividad vamos a poder descubrir la capacidad que todo el mundo tiene en un momento dado para disfrutar, pasarlo bien y divertirse, sin necesidad de consumir ninguna sustancia. Además, vamos a ver cómo el alcohol, aunque la publicidad le sigue dando el papel de fuente de diversión y evasión, no tiene este poder”.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1^a
fase

Introducción al audiovisual

Para la realización de la actividad, habrá que romper la disposición habitual del aula. Los alumnos y las alumnas se colocarán en círculo o semicírculo, creando así un clima distendido y de confianza.

Se hace una pequeña introducción al audiovisual que posteriormente se va a ver:

“¿Alguna vez os habéis parado a pensar qué significado tiene para vosotros el sofá de casa? Para mi el sofá de casa significa desconectar del trabajo, me siento y me olvido de todo. ¿Qué significa para vosotros y vosotras? (Posibles respuestas: descanso, paz, relax, estar a gusto, dormir, estar con la familia,...).

Todos le hemos dado unas características positivas y un significado, le hemos atribuido una serie de valores. Esto también ocurre con otros productos en nuestra vida cotidiana. Vamos a comprobarlo, os voy a decir una palabra y todo el mundo escribirá en una hoja una frase, una situación o una idea que le evoque dicha palabra. La palabra es ALCOHOL (Los valores que se han asociado al alcohol son diversión, felicidad, amistad,...).

El relax es la traducción que hacemos del sofá que tenemos en casa, la diversión es la traducción que hacemos del alcohol, aunque no nos demos cuenta, porque no nos hemos parado a pensarlo detenidamente. De la mayoría de los productos hacemos traducciones. Estad pendientes a los anuncios publicitarios y seguro que os convertís en unos traductores expertos y unas traductoras expertas”.



2^a
fase

Visionado del anuncio

Se introduce el audiovisual que se va a proyectar:

“Vamos a ver un spot publicitario en el que se muestra el relax y la diversión como valor fundamental del producto que intentan vender”.

Se proyecta el audiovisual.

Se divide a la clase en equipos de 3-4 personas. Una vez visto el audiovisual, cada equipo tendrá que responder a unas cuestiones como las que aparecen a continuación:

SPOT PUBLICITARIO: ODA A LA NORMALIDAD	
<i>¿Qué cosas agradables se asocian a la cerveza?</i>	Amor, familia, compartir, descanso, relax, recompensa después de trabajar, gratificaciones, ir de compras, cantar en la ducha, diversión, alegría, amigos y amigas, fútbol, celebración, etc.
<i>¿Cómo dice que es la gente que bebe cerveza a diario?</i>	Es gente de verdad, auténtica y que sabe disfrutar, es joven, se ríe, etc.
<i>¿Qué es lo que no cuenta el anuncio?</i>	Borrachera. Resaca y mal cuerpo del día siguiente. El abuso provoca falta de coordinación y confusión. Agresividad, violencia, peleas. El alcohol no tiene por qué producir diversión. El alcohol no proporciona la felicidad.

Cada grupo contará con 5 minutos para contestar a estas preguntas, y a continuación se procederá a una puesta en común.

Se finaliza la dinámica resaltando la siguiente idea:

“La publicidad es la principal responsable de atribuirle a la cerveza y a todas las bebidas alcohólicas el valor de la diversión. Pero, ¿realmente creéis que el alcohol es lo que hace que os divirtáis?, ¿no será que se está en un ambiente que de por sí es divertido?, ¿no será que se está con los amigos y las amigas de bromas y risas? Pensad una cosa: Si cogéis unas cervezas y os las bebéis en casa pero solos o solas, sin nadie más a vuestro alrededor, ¿os lo pasáis tan bien?”.



3^a fase

Reflexión sobre nuestra capacidad de diversión

Se propone una dinámica, en la que el profesorado escoge como mínimo una de las propuestas que se hacen a continuación, para llevarla a la práctica en el aula:

1. Besar a otra persona

Se pide a la clase que formen círculos de 7 u 8 componentes, cada componente pensará una parte del cuerpo humano. Cuando todo el mundo haya pensado en esa parte del cuerpo, se dice: *"Ahora vais a besar la parte pensada al compañero o compañera de la derecha"* (Seguramente surgirán bastantes reacciones graciosas que harán reír a toda la clase).

2. Hacer reír al compañero o a la compañera

Se pide a los alumnos y las alumnas que hagan dos filas y se pongan frente a frente. Durante un minuto o dos, una fila se encarga de hacer reír a la otra. La otra fila tiene la instrucción de no reírse. Después se invierten los papeles.

3. Construir "COLMOS"

Se divide la clase en equipos de 4 personas. Su misión será elaborar 4 "colmos" por grupo, de diferentes profesiones, atributos físicos o rasgos de personalidad. Por ejemplo, *"¿cuál es el colmo de un electricista?, ¿cuál es el colmo de un calvo?, ¿cuál es el colmo de una charlatana?"*.

Una vez finalizados los juegos de humor, se pide a los grupos que reflexionen sobre la gran cantidad de momentos divertidos que tienen y han tenido en su vida, y de como son capaces de reírse y pasarlo bien como ha sucedido ahora con estas actividades.



COMENTARIO FINAL

"El alcohol y las demás drogas no son divertidas en sí, son objetos inanimados que producen unos efectos, tienen unos riesgos y unas consecuencias para nuestra salud. Somos las personas, las que tenemos capacidad para divertirnos, y lo mejor de todo, podemos hacerlo sin tener necesidad de comprar ningún producto".



¿QUÉ HARÍAS CON 1.000€?



Actitudes
hacia las drogas



Toma
de decisiones



Competencias básicas

- Competencia matemática.
- Tratamiento de la información y competencia digital.
- Autonomía e iniciativa personal.

Objetivos



- Que el alumnado conozca y analice las características de los fumadores y fumadoras de su entorno y las causas que les llevaron a consumir.
- Que reflexionen acerca de las ventajas que tiene el no fumar.

Recursos materiales



- ✓ Secuencia *¿Qué harías con 1.000€?* (FAD).
- ✓ Material para el profesorado: los componentes del tabaco.
- ✓ Folios y bolígrafos.

Tiempo aproximado



50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

Cuando el consumo de tabaco tiende a ser regular, nos encontramos ante un producto que para muchos y muchas jóvenes supone un desembolso económico continuado. Cuando el gasto es fraccionado en pequeñas cantidades (lo que

cuesta un paquete) se tiende a no tenerlo en cuenta o no darle importancia. Sin embargo, basta con pararse a reflexionar sobre el gasto anual de tabaco que puede tener una persona que fuma para darse cuenta de la cantidad de cosas que se podrían comprar o hacer con ese dinero.

El alumnado reflexionará sobre el consumo y el gasto real que supone el consumo de drogas, en concreto el de tabaco, percibiendo y pensando en las pérdidas y lo que se deja de hacer a costa de su consumo y las razones que llevan al mismo: ¿cuál es el precio de sentirse "importante", "relajado", "parecer mayor", "ir a la moda", "poner en peligro la salud", etc.?

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

"No es raro encontrar gente de nuestro entorno que fume: familiares, profesores y profesoras, amigos y amigas,... Desde la infancia convivimos con el tabaco, y nos vamos haciendo una idea de lo que es. Más tarde, podemos tener o no experiencias propias de consumo que también determinarán en gran medida esas ideas previas. Es muy importante que podáis elaborar opiniones realistas y ser conscientes de todas las ventajas que conlleva el no fumar".

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1^a
fase

Reflexión inicial

Se introduce la sesión con el siguiente comentario:

"Imaginad que jugando al "rasca y gana" os toca un premio de 1.000 euros. ¿Qué de cosas podríais hacer con esa cantidad, ¿verdad?! Pensad por unos instantes en qué gastaríais ese dinero".

Cada alumno y alumna realizará (en un folio,) una lista, lo más detallada posible, de las cosas en las que podría gastar el dinero que supuestamente le ha tocado en el "rasca y gana". El profesor o la profesora puede apoyarse en el cuadro que aparece a continuación para dar algunas ideas al grupo de posibles productos en los que invertir el capital ganado.

POSIBLES PRODUCTOS

Viaje (especifica cuál) _____

Ordenador portátil

Ordenador sobremesa

MP3, MP4



Móvil

Libros

Ropa

Calzado

Chucherías

Videojuegos

Material deportivo (especifica cuál) _____

Salir con los amigos y las amigas (dónde) _____

Ir de comida, cena (dónde) _____

Regalos

Una vez confeccionadas las listas, se distribuye a la clase en grupos de 3 ó 4 personas para que intercambien opiniones sobre las diferentes maneras de gastar los 1.000 euros. Para finalizar, se hace una puesta en común de ideas surgidas en cada grupo que se anotarán en la pizarra.

2^a

fase

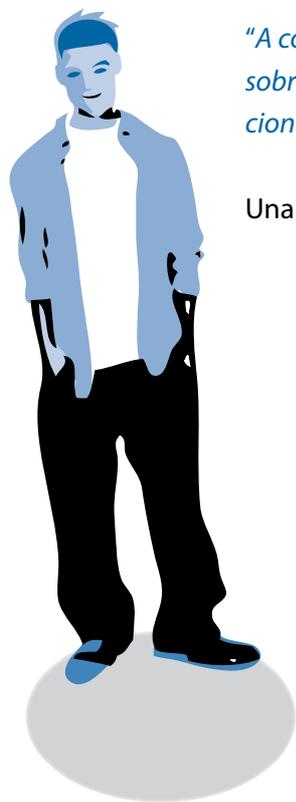
Visionado de la secuencia

Se introduce el audiovisual con el siguiente comentario:

“A continuación, vamos a ver una secuencia en la que los y las protagonistas fantasean sobre la posibilidad de que les toque 1.000 euros. Prestad atención a las cosas que mencionan y compararlas con el contenido de vuestra lista”.

Una vez vista la secuencia, se abre un pequeño debate:

- *¿Conocéis a alguien que fume un paquete al día?, ¿cuánto creéis que se gasta al año en tabaco?* (Se hará el cálculo en el aula, como se ha hecho en la secuencia).
- *¿Qué creéis que se deja de hacer por fumar?*
- *¿Si supierais qué vais a perder 1.000 euros cada año en tabaco os arriesgarías a empezar a fumar?*
- *¿Cuáles creéis que son las razones que llevan a una persona a fumar?* (Mencionar los factores de inicio: por curiosidad, porque todo el mundo lo hace,...).
- *¿Qué precio estaríais dispuestos a pagar por satisfacer vuestra curiosidad, por hacer lo que las demás personas hacen?* (Mencionar los factores de inicio que hayan salido a debate).



3^a
fase

Murales llenos de razones

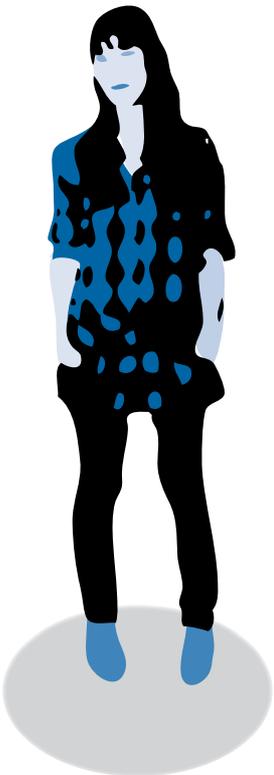
Se continúa el debate iniciado en la fase anterior, con el siguiente comentario:

“El dinero es un motivo DE PESO para no fumar, pero, ¿qué otros motivos creéis que harían que una persona se parara dos veces a pensar si comenzar con ese hábito o no?”

Para animar y dirigir el debate el profesorado puede apoyarse en el documento contenido en *“Material para el profesorado”*.

A tener en cuenta: La información contenida en *“Material para el profesorado”* sirve únicamente de complemento al profesor o la profesora, por lo tanto ésta no será ni leída, ni entregada al alumnado. El objetivo será centrar toda la sesión en los **beneficios de no fumar** y NO en los riesgos de fumar.

A partir de las respuestas dadas en el aula, se forman equipos de 4-5 personas. Su misión será elaborar un mural en el que se representarán las razones más importantes que se pueden tener para no comenzar a fumar y beneficiarse así de todas las ventajas que tiene el no fumar.



COMENTARIO FINAL

“Fumar es algo habitual y lo podemos observar continuamente en nuestra vida diaria. Esto conlleva el riesgo de ver como normal este hábito, por ese motivo es muy importante que estemos muy bien informados de todos los aspectos del tabaco, para poder tomar una decisión correcta el día de mañana”.

4

¿Qué harías con 1.000 €?



Actitudes hacia las drogas



Toma de decisiones

Documento para el **profesorado**

Los componentes del tabaco

La combustión del tabaco origina un tipo de humo que contiene más de 4.000 sustancias químicas. De ellas, más de 50 son carcinógenas. De manera específica el IARC ha identificado 69 agentes carcinógenos en el humo del tabaco, de ellos:

- 11 son carcinógenos para los seres humanos.
- 7 son probablemente carcinógenos para los seres humanos.
- 49 son carcinógenos para los animales (no está probado en seres humanos).

Entre estas sustancias carcinógenas se incluyen:

- Alquitranes: utilizados para asfaltar carreteras y calles.
- Arsénico: veneno mortal muy potente.
- Cadmio y níquel: utilizado en baterías.
- Cloruro de vinilo: material para la creación de discos de vinilos.
- Creosota: un componente del alquitrán.
- Formaldehido: conservante orgánico usado en laboratorios forenses y en anatomía patológica.
- Polonio 210: componente radioactivo.
- Uretano: utilizado para embalajes.

Otros tóxicos catalogados como irritantes para los ojos y las vías respiratorias superiores:

- Amoníaco: utilizado en los limpiacristales.
- Acetona: disolvente tóxico.
- Acroleína: potente irritante bronquial y causante de enfisemas.
- Cianuro de hidrógeno: veneno mortal utilizado como raticida.
- Monóxido de carbono: mortal en espacios cerrados cuando hay una combustión deficiente (calderas, estufas, braseros,...).
- Metanol: utilizado como combustible de misiles.
- Tolueno: disolvente tóxico.



Ventajas de no fumar

Por motivos de salud:

- Para respirar mejor.
- Para cansarse menos y dejar de toser.
- Para vivir más años y vivirlos mejor.
- Para reducir las posibilidades de sufrir un ataque al corazón, una embolia o algún tipo de cáncer.
- Para respetar el derecho a la salud de las demás personas, especialmente: niños, niñas, ancianos, ancianas o personas con problemas de salud.

Para mejorar la calidad de vida:

- Para recuperar el buen aliento.
- Para que la ropa no apeste a tabaco.
- Para disfrutar en casa de un ambiente más fresco y limpio.
- Para que los besos sepan mejor.
- Para no quemar camisas, pantalones y jerséis.
- Para recuperar una dentadura blanca y limpia.
- Para gastarme el dinero en cosas más gratificantes: música, perfumes, libros, cine, teatro, juego, viajes, vacaciones, etc.
- Para no tener que pintar la casa cada año.
- Para ahorrar en tintorería.

Para la autoestima:

- Para librarse de esa esclavitud.
- Para evitar el envejecimiento prematuro de la piel.
- Para que el rostro recupere el aspecto de la edad que realmente tiene.
- Para dar una alegría a la pareja, familiares o amigos y amigas.

Fuente: www.dejar-de-fumar.org.es



Competencias básicas

- Competencia social y ciudadana.
- Autonomía e iniciativa personal.

Objetivos



- Que el alumnado reflexione acerca de la importancia del trabajo en equipo.
- Que se aprenda a valorar la ayuda que otras personas pueden prestar en un momento dado.

Recursos materiales



- ✓ Anuncio *Heist*. (Coca-cola).
- ✓ Dos cajas de cartón grandes.
- ✓ Material de papelería (lapiceros, gomas, rotuladores, bolígrafos,...).

Tiempo aproximado



50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

En una sociedad individualista, como en la que vivimos, cada vez nos cuesta más desempeñarnos adecuadamente trabajando en equipo. Seguimos falsos ideales como “tú solo puedes” o “hazlo tú misma”, sin ser suficientemente conscientes de que nuestros grandes logros vienen del trabajo en grupo. Cuando la colaboración entre personas funciona, los esfuerzos para realizar las tareas son menores y mayo-

res las satisfacciones. Pero para que esto se dé, han de tenerse en cuenta algunas claves importantes sin las cuales el trabajo en grupo no es tal.

El alumnado habrá de enfrentarse en la actividad a una dinámica que pondrá a prueba su capacidad de trabajar individualmente. Tras ello, y a través del anuncio que nos ocupa, podrán reflexionar sobre qué aspectos de su desempeño podrían haberse mejorado y tendrán la oportunidad de colaborar como equipo en una segunda ocasión, esta vez aprovechando las consignas vistas a partir del anuncio.

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

“Con la actividad de hoy vamos a comprobar lo importante que es saber trabajar en grupo, el formar un equipo donde cada componente tenga su función, con la idea de lograr una meta en común, que de ser de otra manera, nos resultaría muy complicado llegar a ella”.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Dinámica “la fila muda”

1^a
fase

Se introduce la actividad haciendo previamente un pequeño juego:

“Colocaos en una fila apoyados en esa pared lateral (asegurarse de que sea una pared sobre la que quepa todo el mundo colocado en fila). Todo el mundo debe apoyar una mano en la pared y no se podrá levantar durante el tiempo que dure el juego. Tampoco se podrá hablar. Si se incumple cualquiera de estas dos normas, se empezará de nuevo el juego.”

“Cuando diga “YA”, deberéis colocaros por orden de nacimiento, teniendo en cuenta únicamente día y mes, no año. Siempre deberéis mantener la mano sobre la pared y cuando hayáis terminado, todo el mundo levantará la mano libre al mismo tiempo, como señal para el final del juego”.

Durante la dinámica, es importante que el profesor o la profesora observe que recursos se ponen en marcha de forma espontánea para poder resolver el desafío propuesto. De esa manera, en las siguientes fases podrá referirse en concreto a los comportamientos que su alumnado verdaderamente pone en marcha o no, incluso teniendo en cuenta anécdotas propias del grupo y de su funcionamiento en clase que estén en conocimiento del profesorado, haciendo así que el contenido de la actividad se viva como útil y propio.

2^a
fase

Visionado del anuncio y reflexión en grupo

Se hace el siguiente comentario:

“Después de haber conseguido el reto propuesto, os habréis dado cuenta de que parte de la clave de este juego era trabajar en equipo. Era absolutamente imposible resolver el



desafío sin coordinarse, sin considerar al que tenéis al lado, sin estar atentos a los movimientos que los compañeros y compañeras daban.

Vamos a ver un anuncio en el que, al igual que aquí, el trabajo en equipo es la clave del éxito”.

Se pone el anuncio por primera vez y posteriormente, se anuncia que lo van a ver de nuevo, teniendo que prestar atención a algunos puntos clave del mismo:

“Mientras lo veis una segunda vez, me gustaría que pudierais tomar nota de aquellos elementos que han sido importantes para que la misión del ejército de insectos salga bien”.

Cuando lo hayan visto una segunda vez y hayan tomado nota de los aspectos que consideren importantes, se hace una puesta en común en gran grupo.

Al profesorado puede serle de utilidad las siguientes consideraciones:

Elemento clave 1: Tener claro un objetivo (indispensable que todo el equipo sepa cuál es el objetivo para que se empuje en una dirección común). (El principio del anuncio consiste en la visualización clara del refresco).

Elemento clave 2: Alguien que coordine (el papel de la mariquita en el anuncio). El líder o la líder de un grupo no se dedica sólo a mandar como tal, sino que coordina, supervisa los movimientos, se asegura de que todo vaya bien, es creativo o creativa, anima a sus subordinados,... y da órdenes claras, ya que tiene en mente qué pasos hay que seguir para llegar al final.

Elemento clave 3: Gente capaz de trabajar en equipo. No todo el mundo es capaz de trabajar en equipo porque sus propios objetivos están por encima de los objetivos comunes del grupo. Mientras no se sepa establecer un nuevo orden de prioridades en este sentido, es complicado que el trabajo en equipo sea fructífero. (Referirse a los saltamontes, que trabajan juntos, las abejas, las mariposas,...).

Elemento clave 4: Un plan. Cuando se busca un objetivo concreto no se trabaja al azar, ya que a menudo el tiempo es importante y ser organizado y organizada ahorra mucho tiempo y esfuerzo. Ese plan normalmente va a implicar esfuerzo, coordinación, que no haya actividades ni tareas duplicadas... en fin, implica un trabajo inteligente. (Primero tiran la botella, luego la hacen rodar, mientras, otros insectos hacen que el chico se rasque la nariz y el brazo no les suponga un obstáculo,...).

Elemento clave 5: Entender que un gran objetivo se compone de pequeños objetivos y que el gran grupo se compone de pequeños grupos, que cooperan entre sí (que no malgastan su tiempo en competir entre sí). (El gran ejército de insectos tiene a su vez un mini ejército de saltamontes, de abejas, de mariposas,... y cada componente desempeña su papel).

Elemento clave 6: En el trabajo en equipo, todos los componentes son importantes. Si alguno de los insectos no hubiera estado desempeñando su papel, no hubieran po-

dido hacerse con el refresco al final. (Por ejemplo, ¿de qué hubiera servido todo el esfuerzo si el escarabajo no hubiera abierto la botella, aún cuando parecía que tenía un papel menor?, ¿quién es más importante en esta misión: la mariquita o el escarabajo?).

Elemento clave 7: El resultado final es grande, todos los insectos se benefician, todos pueden sentirse satisfechos con ello. El trabajo en equipo siempre aporta una satisfacción que el trabajo individual no da: la alegría de haber cooperado. Cuando se aúnan esfuerzos, los resultados siempre son mayores. Es más, existen objetivos que nunca podrían alcanzarse de no trabajar en equipo. (Ver el final del anuncio, en que el refresco fluye y lo hace para todos los insectos, añadiendo además la satisfacción en las felicitaciones que se dan entre sí por el trabajo bien hecho).

3^a fase

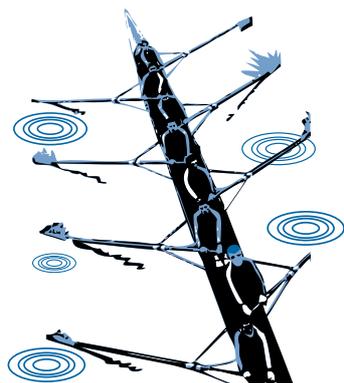
Dinámica “la segunda oportunidad”

Para poder desempeñar la dinámica, el profesor o la profesora deberá conseguir dos cajas grandes con bastante material de papelería, que sea variado y de cuatro categorías diferentes (por ejemplo, lápices, gomas, rotuladores y bolígrafos).

Se van a realizar dos desafíos. En el primero sólo participará un alumno o alumna, alguien que se crea capaz de competir en solitario. En el segundo, el resto de la clase participará como un equipo y el objetivo a cumplir será el mismo en ambos casos, pero no se comunicará hasta que se sepa quién participará de forma aislada.

El objetivo consiste en que, con los ojos vendados, como si fueran ciegos y ciegas, deben separar el material en sus cuatro categorías colocándolo de forma diferenciada sobre cuatro pupitres diferentes. La persona que actúa en solitario, evidentemente, al tener la venda puesta en los ojos tendrá una dificultad mayor que el otro equipo, en que sólo llevará la venda en los ojos quien ha de colocar separados los útiles de papelería. El resto del grupo puede ayudar de la manera que considere oportuna, pero debe ser la persona vendada quien deposite cada material en el pupitre correspondiente.

Ha de cronometrarse el tiempo que tardan en realizar la tarea en una y otra modalidad y sacar las conclusiones correspondientes al final de la sesión, referidas al contenido ya mencionado anteriormente. (Por ejemplo, ¿cuáles han sido las claves para que gane uno u otro equipo?, ¿qué claves de las vistas en la fase anterior han aplicado en este caso y les han facilitado la tarea?).



COMENTARIO FINAL

“Con esta actividad hemos comprobado la importancia que tiene el saber trabajar en grupo y poder contar con la ayuda y el esfuerzo de otras personas para conseguir un objetivo común, teniendo en cuenta algunas claves importantes sin las cuales el trabajo en grupo no sería tal”.



Actividad

6

Una barra de pan para todo el planeta



Participación social



Empatía



Competencias básicas

- Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
- Competencia social y ciudadana.
- Autonomía e iniciativa personal.

Objetivos



- Fomentar la empatía entre el alumnado hacia una situación que se da en el mundo.
- Reflexionar sobre el tratamiento que se da a nivel mundial al problema del hambre.
- Reflexionar sobre lo que se puede hacer respecto a esta situación desde su posición.

Recursos materiales



- ✓ Anuncio *Dar de comer*. (Acción contra el hambre).
- ✓ Una barra de pan.

Tiempo aproximado



Durante un trimestre.

SENTIDO PREVENTIVO

En el año 2.000, Naciones Unidas planteó la Declaración del Milenio cuyo fin es eliminar las desigualdades entre países. Esta declaración fue firmada por 189 países que se comprometían a reducir la pobreza, sus causas y sus efectos en el plazo de 15 años. Para este fin se plantearon 8 objetivos a cumplir, entre los que se destaca el primero de ellos: "Erradicar la pobreza extrema y el hambre".

El último informe de la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) concluye que el número de víctimas del hambre es mayor que nunca, concretamente 1.020 millones de personas sufren de desnutrición en el planeta. Estos datos parecen indicar que para 2.015 no se alcanzarán los objetivos planteados y se hace necesario concienciar y sensibilizar al alumnado sobre este problema al que muchas veces se vive ajeno.

Tras la proyección del anuncio "Dar de comer", se tomará conciencia sobre la existencia de hambrunas en el mundo. En sucesivas dinámicas, el profesorado invitará al alumnado a que reflexione sobre las causas y los motivos por los que aún no se ha conseguido solucionar el problema del hambre en el mundo.

PARA INICIAR LA ACTIVIDAD

"Durante estos meses, hemos planteado realizar algunas actividades con las que poder aprender quiénes somos, cuáles son nuestros verdaderos valores, cómo actuar para ser coherentes con ellos, cómo tomar decisiones correctas en cada momento, etc.

Pero una de las actividades en la que vamos a invertir más tiempo va encaminada a que reflexionemos sobre la situación de hambre en el mundo, y sobre lo que podemos hacer, desde nuestra posición actual".

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1^a
fase

Toma de contacto con el anuncio "dar de comer"

Se anuncia la proyección de un spot publicitario, en el que aparecen diferentes personas (niños y niñas, ancianos y ancianas,...) alimentando a animales, a un bebé e incluso a una muñeca.

Se proyecta el anuncio. Se plantean algunas preguntas de aproximación que relacionen las imágenes que aparecen en el audiovisual con la existencia de hambre en el mundo:

- *¿Cuál es el mensaje que pretende transmitir el spot?* (En el mundo hay personas que pasan hambre y todos nosotros y nosotras podemos hacer algo para mitigarlo).



- *¿Qué significa el eslogan que aparece en el anuncio “Existe el instinto de dar de comer. ¿No lo sientes?” (La acción de dar de comer la realizamos de forma casi inconsciente y más a menudo de lo que creemos, sólo falta que la pongamos en práctica con aquellas personas que más lo necesitan).*

- *¿Qué os ha transmitido el audiovisual?, ¿pena?, ¿indiferencia?, ¿ganas de ayudar?*

2^a fase

Reflexión sobre las razones y las causas del hambre en el mundo

Se plantean preguntas para un coloquio inicial:

- *¿Qué sabéis sobre el hambre?, ¿en qué países se pasa hambre?, ¿hay muchas o pocas personas que pasan hambre?* (Según el último informe de la FAO la mayoría de las personas que sufren hambre crónica viven en países en desarrollo (Asía y el Pacífico, África, América Latina, el Caribe y el lejano Oriente), siendo un total de 1.002 millones de personas, frente a los 15 millones de los países desarrollados).

Se aclarará, si fuera necesario, los conceptos relativos a “país en vía de desarrollo” y “país desarrollado”.

- *El spot que hemos visto intenta despertar sentimientos de ayuda, pero generalmente, ¿cómo nos comportamos con las personas que pasan hambre?, ¿de forma generosa o de forma egoísta?*

- *Pongámonos en el otro lado del anuncio. ¿Habéis sentido alguna vez hambre?, ¿qué sensaciones habéis tenido?* (Se diferenciará entre hambre, desnutrición e inanición).

- *¿Qué característica común tienen las personas que pasan hambre?* (Se hará hincapié en que todas las características comunes de las personas hambrientas llevan a indicadores de pobreza).

A continuación se hace el siguiente comentario:

“Solucionar el problema del hambre es una meta que han fijado muchos países, pero el tiempo va pasando y no parece que haya resultados positivos. Por ese motivo, muchas ONGs como la autora del spot intentan luchar contra este problema de diversas maneras. ¿Por qué no se consigue solventar la problemática del hambre? A continuación vamos a hacer una actividad que nos dará algunas pistas”.

Se desarrolla una dinámica en la que se divide a la clase en 5 grupos. Cada grupo representará a 1/5 (20%) de la población mundial: Un 20% simboliza la población que vive en la extrema pobreza (sobreviven con menos de 35 céntimos de euro al día),

otro 20%, representa a la población que vive en la pobreza (sobreviven con menos de 70 céntimos al día), y así hasta llegar al grupo que simula al 20% de la población más rica del planeta. Una vez hechos los grupos, se saca una barra de pan que representa la riqueza que hay en el mundo y se pide a los grupos que reflexionen sobre las siguientes preguntas:

- *¿Qué trozo de pan habría que cortar para satisfacer vuestras necesidades (alimentación, educación, sanidad,...)?, ¿por qué?*
- *¿Qué trozo de pan habría que cortar para satisfacer las necesidades del resto de grupos?, ¿por qué?*

Finalizado el trabajo de reflexión, se pondrán en común las respuestas de los grupos que serán anotadas en la pizarra para facilitar la posterior explicación. (Las respuestas del alumnado irán en la línea de un reparto equitativo en todos los grupos o un mayor porcentaje de "pan" para la población pobre y menor para el 20% de la población más rica).

A continuación se muestra a la clase cuál es la realidad de la distribución de la riqueza mundial. Corta 4/5 (80%) de la barra de pan y se la entrega al grupo que representa el 20% de la población más rica.

"El 80% de la riqueza del planeta la disfruta el 20% de las personas más ricas del planeta. Quedando el 20% para las personas más pobres".

A continuación se coge el 20% de pan que ha quedado y se pregunta a los grupos qué trozo habría que cortar para el grupo de pobreza extrema. Seguidamente se divide en dos partes el pan que queda (10%). Se coge una de las partes y se fracciona en 8 trozos, representando cada trozo el 1,25% de la barra de pan, y se da un trozo al grupo que representa la pobreza extrema.

"A las personas que viven en extrema pobreza, (el 20% de la población mundial que sobrevive al día con menos de 50 céntimos de dólar) les corresponde el 1,2% de la riqueza mundial. ÉSTA ES LA SITUACIÓN REAL DEL PLANETA".

Se comparan estos datos con los apuntados en la pizarra al comienzo de la dinámica y se lanzan las siguientes preguntas de comprensión:

- *Echad un vistazo al trozo de pan del grupo más rico y al trozo de pan del grupo de pobreza extrema, ¿qué conclusión sacáis?* (La riqueza mundial se distribuye de forma desigual. Esta distribución es injusta y causante de numerosas diferencias).
- *¿Qué consecuencias acarrea esta distribución de la riqueza?* (Hambruna, falta de educación, enfermedades, falta de vestuario, falta de vivienda, falta de energía,...).





- *Todo el mundo tiene unos derechos reconocidos en la Constitución Española y en la Declaración Universal de los Derechos Humanos. ¿Las personas que pasan hambre podrían alegar la violación de alguno de sus derechos? (Alimentarse es un derecho. Tanto en la Constitución española como en la Declaración Universal de los Derechos Humanos se reconoce el derecho a la vida y para poder vivir es necesario alimentarse).*

En otro momento el profesor o la profesora lee el siguiente fragmento de un informe de la FAO, publicado en 1999:

“En el mundo existe la capacidad para producir suficientes alimentos para toda la población. Sin embargo, para lograrlo se necesita: 1) un aumento en la producción de alimentos, particularmente en los países de bajo ingreso que enfrentan escasez de alimentos; 2) acciones para asegurar que todas las personas tengan acceso a la alimentación; 3) promoción del desarrollo rural y erradicación de la pobreza, en especial en los países acosados por la escasez de alimentos”.

- *Según este informe podríamos decir que la escasez de alimentos no es el problema de que exista hambre en el mundo, ¿cuál pensáis que es el problema? (Las hambrunas en ocasiones se deben a una falta de alimentos, pero la mayoría de las veces las causa la ausencia de dinero para comprarlos, es decir, la inadecuada distribución de la riqueza mundial).*
- *¿Habéis oído hablar de la ONU? (La Organización de las Naciones Unidas nació el 24 de octubre de 1945 y su misión es encontrar soluciones a problemas como el hambre, las enfermedades o las guerras). ¿Qué medidas podría tomar la ONU para enfrentar este problema?*
- *¿Qué podéis hacer vosotros y vosotras para aliviar esta situación? (Llevar alimentos a los bancos de alimentos locales, hablar con amigos, amigas y familiares para que sepan de esta problemática,...).*

3^a fase

Resumen de ideas generales

Se concluye la actividad recordando las ideas principales:

- *“La alimentación es un derecho que todo el mundo tiene.*
- *El hambre se debe fundamentalmente a la pobreza y a las desigualdades de acceso a los recursos como la tierra, el agua o la tecnología, más que a la falta de alimentos.*
- *El hambre es evitable, el planeta tiene capacidad para producir suficientes alimentos para todo el mundo.*

Todas las personas somos responsables de la problemática del hambre en el mundo”.

4^a fase

Campaña de recogida de alimentos

Profesorado y alumnado organizarán una campaña de recogida de alimentos en el centro escolar (www.bancomundial.org). Para la campaña se dividirá la clase en 4 grupos. Cada grupo se encargará de:

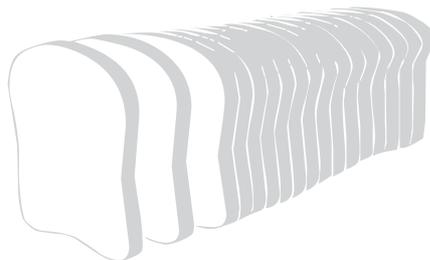
1º grupo (compuesto por 4 personas): Encargado de las relaciones sociales. Su labor consistirá en informar, concienciar y sensibilizar a todos los tutores y las tutoras de Educación Secundaria, sobre la acción que van a llevar a cabo, para que trasmitan toda la información en sus aulas de referencia.

2º grupo (compuesto por 6 personas): Encargado de las relaciones sociales. Su labor consistirá en informar, concienciar y sensibilizar a todos los tutores y las tutoras de Educación Primaria (en el caso de que hubiera), sobre la acción que van a llevar a cabo, para que trasmitan toda la información en sus aulas de referencia.

3º grupo (compuesto por 3 personas): Encargado de las relaciones sociales. Su labor consistirá en informar, concienciar y sensibilizar a todos los tutores y las tutoras de Educación Infantil (en el caso de que hubiera), sobre la acción que van a llevar a cabo, para que trasmitan toda la información en sus aulas de referencia.

4º grupo (compuesto por 5 personas): Se encargará de elegir la fecha más adecuada para realizar la recogida de comida y se informarán del tipo de alimentos y el lugar de entrega.

5º grupo (resto de la clase): Harán un mural, diversos eslóganes y frases para adornar e informar de la campaña en el centro escolar.



COMENTARIO FINAL

"Hagamos una reflexión acerca de lo que hemos sacado de esta actividad, llevada a cabo en este trimestre".

Sería interesante que todo el aula, incluido el profesor o la profesora, pudiera aportar sus reflexiones al grupo.

Anexo: Cuestionario para el profesorado

FOTOCOPIABLE

Nombre del Centro _____

Nombre y apellidos _____

Localidad _____ Código Postal _____ Provincia _____

Instrucciones para cumplimentar el apartado sobre ACTIVIDADES QUE HA REALIZADO

Señale los niveles y grupos en que ha realizado el programa:

Por ejemplo: Supongamos que ha realizado la actividad *Ideales de belleza* en 3º A y en 3º C, y la actividad *¿Soy original?* en 3º B. Además, ha realizado también la actividad *O conmigo o sin mí* en 4º A y 4ª B.

En este caso escribirá lo siguiente:

	Nivel 3º Grupo A	Nivel 3º Grupo B	Nivel 3º Grupo C	Nivel 4º Grupo A
<i>Ideales de belleza</i>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>¿Soy original?</i>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>O conmigo o sin mí</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Puesto que esta ficha sólo puede recoger la información de 4 grupos, tendría que utilizar una nueva ficha para la información correspondiente a 4º B.

	Nivel _____ Grupo _____	Nivel _____ Grupo _____	Nivel _____ Grupo _____	Nivel _____ Grupo _____
Actividad 1: Amuletos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 2: ¡Cuánta tentación!	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 3: Oda a la normalidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 4: ¿Qué harías con 1.000 €?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 5: Juntos podemos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 6: Una barra de pan para todo el planeta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 7: Todo tiene pegas <small>DISPONIBLE EN EL DVD</small> (Complementaria)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 8: Yo también me siento gordo <small>DISPONIBLE EN EL DVD</small> (Complementaria)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Actividad 9: He dicho que no <small>DISPONIBLE EN EL DVD</small> (Complementaria)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Nº de alumnos/as por cada grupo: _____ alumnos/as _____ alumnos/as _____ alumnos/as _____ alumnos/as

1 En conjunto, ¿cómo valora su experiencia con las actividades realizadas?

Nada satisfactoria	Poco satisfactoria	Satisfactoria	Bastante satisfactoria	Muy satisfactoria
<input type="checkbox"/>				

2 En los próximos años, ¿volverá a aplicar el programa?

- Probablemente sí, con la **misma** dedicación (número de grupos y/o número de actividades).
- Probablemente sí, pero con **más** dedicación (número de grupos y/o número de actividades).
- Probablemente sí, pero con **menos** dedicación (número de grupos y/o número de actividades).
- Probablemente no lo aplicaré.
- No lo sé.

3 En general, el alumnado de los grupos señalados, ¿han mostrado interés por las actividades?

<input type="checkbox"/> Mucho	<input type="checkbox"/> Escaso
<input type="checkbox"/> Bastante	<input type="checkbox"/> Nada

4 ¿Ha integrado las actividades realizadas en su Programación de Aula?

Sí No

5 ¿Considera que la realización de actividades del programa ha influido en el clima del aula?

- Sí, notablemente.
- Sí, ligeramente.
- No especialmente.

6 ¿Cómo le ha resultado la aplicación en el aula de las actividades del programa?

<input type="checkbox"/> Muy sencilla	<input type="checkbox"/> Algo complicada
<input type="checkbox"/> Sencilla	<input type="checkbox"/> Especialmente complicada

Valore, por favor, las siguientes cuestiones, siendo 1 la puntuación mínima y 4 la máxima:

7 La presentación y claridad de los materiales audiovisuales. 1 2 3 4

8 La facilidad a la hora de manejar los materiales. 1 2 3 4

9 El nivel de satisfacción percibido en el alumnado. 1 2 3 4

10 El grado de utilidad para la consecución de los objetivos propuestos. 1 2 3 4



11 En qué grado considera que las actividades han servido para ayudar a sus alumnos y alumnas a...
(1= Nada; 2= Ligeramente; 3= Bastante; 4= Notablemente)

Sentirse más seguros y seguras de sí mismos/as. 1 2 3 4

Expresar más adecuadamente sus opiniones o sentimientos. 1 2 3 4

Tomar decisiones de manera más responsable. 1 2 3 4

Adoptar actitudes más positivas hacia la salud. 1 2 3 4

Relacionarse más y mejor con sus compañeros/as. 1 2 3 4

Comprender mejor a los/las demás. 1 2 3 4

Grado de interiorización de valores prosociales. 1 2 3 4

Poner en práctica la habilidad para actuar. 1 2 3 4

12 Señale, por favor, cuál ha sido la actividad que le ha parecido más útil:

13 Señale, por favor, cuál ha sido la actividad que más le ha gustado, en general:

14 Durante la realización del programa, ¿ha mantenido informadas a las familias sobre el mismo?

Sí No

Si desea hacer alguna sugerencia sobre las actividades, puede escribirla en este espacio o en papel aparte y remitirla junto al cuestionario. Será tomada en cuenta.

Muchas gracias por su colaboración

