



FORMACION PERMANENTE

EDUCACIÓN EN SALUD Y PRIMEROS AUXILIOS

EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PRIMEROS AUXILIOS

Bienvenid@s al curso de Educación para la Salud y Primeros Auxilios.

El curso tiene dos partes diferenciadas pero complementarias: Educación para la Salud y Primeros Auxilios, con sus correspondientes documentos de consulta (dosieres independientes). Cada una de ellas consta de dos unidades temáticas con su vídeo y sus actividades correspondientes.

Recordad que, además del vídeo que debéis visualizar antes de realizar las actividades, en los dosieres tenéis a vuestra disposición con todo el contenido ampliado y detallado. Es necesario que os lo leáis tanto para que os ayude a entender mejor lo que se pretende transmitir como para que os facilite la realización de prácticamente todas las actividades.

Para cualquier duda, arriba tenéis los correos de coordinación de la escuela y el mío propio.

Espero podáis aprender y entender la importancia de los contenidos que a continuación trabajaremos.

¡Vamos a ello!

ACT. 0 - PRESENTACIÓN

Como complemento, no evaluable pero sí interesante para poder conoceros un poco, lo cual no podremos hacer en persona dadas las circunstancias, es presentaros. Me lo podéis enviar directamente en un email ya que no existe formulario para ello ☺

Un pequeño escrito, una imagen... libremente, nos gustaría saber quiénes sois, vuestras inquietudes y formación, qué os ha hecho inscribiros en este curso...

¿Nos cuentas?

ABAST, Escuela Oficial de Animadores/as Juveniles

Según Resolución del Director General del Instituto Valenciano de la Juventud de 17 septiembre 2004

C/ Pintor Vila Prades 13 bajo dcha. ● 46008 VALENCIA ● 962 069 386 ● valencia@abastanimacio.org
C/ del Carmen 79 Entlo. C ● 03550 SANT JOAN D'ALACANT ● 966 593 140 ● alacant@abastanimacio.org
C/ Rafalafena, 39. Edif. Comercial. Local 9 ● 12003 CASTELLÓN ● 960 046 293 ● castellon@abastanimacio.org



EDUCACIÓN PARA LA SALUD

UT1. PROMOCIÓN DE HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES

ACT. 1 – BENEFICIOS DE LOS HÁBITOS SALUDABLES

Como has podido leer en la introducción del tema, la Educación para la Salud es importante que forme parte de la educación global de las personas. Desde pequeños, aprender rutinas de cuidados, los llamados hábitos saludables, nos puede reportar grandes beneficios a corto y largo plazo.

Es de suponer que conocías en mayor o menor medida los hábitos saludables. Aprovecha información y conocimientos para, junto con lo que puedes encontrar en el dossier, utilizarlo para la actividad que proponemos a continuación.

Se trata de diseñar **un juego de mesa**. Quiero pensar que han acudido varias ideas a tu cabeza, unas más sencillas y otras que requieren más elaboración. Vamos a marcar unas directrices:

- Debe ser una actividad planteada para realizar en un lugar cerrado (un aula o espacio a cubierto), aunque si quieres puedes combinar el estar sentado con pequeñas pruebas
- Irá enfocado a una edad de 6 a 10 años (puedes cerrar un poco el tramo si prefieres)
- Debe durar unas dos horas
- Trabajaremos los cinco hábitos saludables que aparecen en el dossier (si quieres puedes añadir o combinarlos con algún otro cuidado o trabajo sobre el cuerpo humano, como por ejemplo los cinco sentidos...)
- En el caso de que haya cuestiones, pequeñas pruebas... basta con que plantees un ejemplo de cada una y de cada hábito (una cuestión tipo de higiene, una cuestión tipo de alimentación...)
- A tu elección que sea una actividad por equipos o individual

¡A ver qué sorpresas nos dais!

Os dejo un video con algo más de información a ver si os inspira ;)

<https://www.youtube.com/watch?v=ddEpH4hpkGU>

ABAST, Escuela Oficial de Animadores/as Juveniles

Según Resolución del Director General del Instituto Valenciano de la Juventud de 17 septiembre 2004

C/ Pintor Vila Prades 13 bajo dcha. ● 46008 VALENCIA ● 962 069 386 ● valencia@abastanimacio.org
C/ del Carmen 79 Entlo. C ● 03550 SANT JOAN D'ALACANT ● 966 593 140 ● alacant@abastanimacio.org
C/ Rafalafena, 39. Edif. Comercial. Local 9 ● 12003 CASTELLÓN ● 960 046 293 ● castellon@abastanimacio.org



ACT. 2 – EDUCACIÓN EMOCIONAL

Vamos con otro punto diana en la Promoción de la Salud. Es interesante que os leáis detenidamente el dossier. Si buscáis en internet Rafael Bisquerra, podéis tener información más detallada sobre la educación y la inteligencia emocional.

Muchas de las corrientes pedagógicas actuales buscan el ayudar a l@s niñ@s desde la primera infancia, a identificar sus emociones. Son muchas las carencias que encontramos en los adolescentes para enfrentarse a las dificultades que les van surgiendo, como la frustración.

Nuestra tarea en este campo va a ir dirigida hacia ell@s.

Los cuentos son un gran recurso que utilizamos muchas veces con la infancia, pero también puede serlo si los elegimos adecuadamente, para trabajar las emociones y situaciones de conflicto que pueden vivir los jóvenes y adolescentes.

En ello consiste la actividad. Debéis **contarnos un cuento** con el que podamos trabajar una emoción (con jóvenes o adolescentes). Puede tratar la emoción que preferáis, pero que sea interesante tanto en forma como en fondo para estas edades.

Como contarnos un cuento mediante un video es complicado para gestionar el peso de los archivos, podéis copiar un enlace y/o el título, autor y editorial y basta con que nos hagáis un resumen (pero con viñetas, combinando partes claves del texto y dibujándolas sencillamente).

Por supuesto también valdría un cuento vuestro, propio 😊

Para explicarnos por qué has elegido ese cuento debes adjuntar al resumen las respuestas a estas cuestiones:

- ¿Qué emoción podemos trabajar con este cuento?
- ¿Por qué crees que es interesante trabajar esa emoción con adolescentes/jóvenes?
- ¿Con que otra actividad (corta, sencilla...) podríamos completar este cuentacuentos?

A nosotros nos encantan los cuentos, ¡deseando conocer algunos nuevos!

ABAST, Escuela Oficial de Animadores/as Juveniles

Según Resolución del Director General del Instituto Valenciano de la Juventud de 17 septiembre 2004

C/ Pintor Vila Prades 13 bajo dcha. ● 46008 VALENCIA ● 962 069 386 ● valencia@abastanimacio.org
C/ del Carmen 79 Entlo. C ● 03550 SANT JOAN D'ALACANT ● 966 593 140 ● alacant@abastanimacio.org
C/ Rafalafena, 39. Edif. Comercial. Local 9 ● 12003 CASTELLÓN ● 960 046 293 ● castellon@abastanimacio.org