



ASOCIACIÓN VIEIRO

CREANDO SAÚDE

Curso de prevención para alumnado de 5º e 6º de E. Primaria

- 1.- Presentación e xustificación.
- 2.- Obxectivos.
- 3.- Poboación destinataria.
- 4.- Metodoloxía
- 5.- Contidos
- 6.- Lugar de celebración
- 7.- Duración



ASOCIACIÓN VIEIRO

1.- PRESENTACIÓN E XUSTIFICACIÓN

O curso de Adestramento en Habilidades de Vida “Creando Saúde” constitúe unha aproximación á prevención que se centra nos principais factores sociais e psicolóxicos que propician as primeiras etapas do uso/abuso das drogas, o mal uso das novas tecnoloxías e outras conductas de risco. Presta gran atención ó desenvolvemento de habilidades persoais e sociais, centrándose unha parte dos contidos na adquisición de habilidades de vida, mentres que outra parte vai dirixida dun modo máis específico ao problema do consumo de sustancias e ao mal uso das novas tecnoloxías.

Polo tanto, non só lles ensina ós alumnos e alumnas un amplo rango de habilidades persoais e sociais co fin de mellorar a súa competencia xeral, senón que, ademais se lles mostra a aplicación destas habilidades a situacións concretas nas que poden experimentar presións cara o consumo de sustancias ou implicación en actividades de risco. Por outra banda, ensínase os riscos asociados ao mal uso das novas tecnoloxías facendo especial fincapé non só na adicción senón tamén nos riscos asociados a mala utilización das redes sociais, dos videoxogos e do smartphone.

2.- OBXECTIVOS

A finalidade do curso de adestramento en habilidades de vida é promover a adopción de estilos de vida saudables entre a poboación escolar, potenciando diversos factores de protección e reducindo o impacto de determinados factores de risco asociados ao consumo de sustancias e o mal uso das novas tecnoloxías.

Entre os seus obxectivos xerais atópanse:

- Proporcionar aos alumnos/as ás habilidades necesarias para o desenvolvemento da súa vida diaria.
- Dotar de coñecementos básicos para a utilización das novas tecnoloxías dun xeito saudable e responsable.



ASOCIACIÓN VIEIRO

- Informar sobre os efectos e os riscos asociados aos consumo de alcol e tabaco.
- Retrasar a idade de inicio no consumo de sustancias.

3.- POBOACIÓN DESTINATARIA

A poboación destinataria do curso é o alumnado de 5º e 6º de Educación Primaria.

4.- METODOLOXÍA

Para conseguir os obxectivos do curso ímonos valer dunha metodoloxía caracterizada por ser, activa (a maior participación do alumnado maior aproveitamento do programa), construtiva (servindo de guía para un coñecemento máis axeitado) e interactiva (fomentando a cohesión grupal e unha boa relación coa educadora).

Cada unidade temática contén unha meta principal, unha serie de obxectivos específicos e actividades para ser traballadas na aula .

5.- CONTIDOS

O curso “Creando Saúde” consta de 9 sesións distribuídas en tres bloques temáticos:

- 1.- Contrúe: consta de 5 sesións sobre habilidades persoais e sociais.
- 2.- Des-conecta: con 2 sesións que teñen como finalidade a utilización das novas tecnoloxías dun xeito saudable e responsable.
- 3.- Ti elixes: no que se traballan 2 sesións a través das que se pretende facilitar información sobre as distintas sustancias aditivas ás que os nenos e nenas podan ter acceso.



ASOCIACIÓN VIEIRO

6.- LUGAR DE CELEBRACIÓN

Centros de Educación Primaria

7.- DURACIÓN

9 sesións semanais de 50 minutos de duración.