

Sobre las Conductas de Riesgo - Nivel 1

Guía de actividades para Profesores



Contenido:

El objetivo de esta guía es ayudar a los profesores a capacitar a los alumnos para que sepan tomar decisiones correctas frente a situaciones que les puedan inducir a adoptar conductas de riesgo. La guía contiene «Estrategias» para ver los vídeos, «Actividades» con los alumnos y un «Concurso» de preguntas con una guía de respuestas. Cada recurso puede emplearse conjunta o independientemente según el tiempo disponible. Los tiempos estimados son:

- **Ver el Vídeo:**

Sin emplear ninguna Estrategia:
4 minutos

Empleando las Estrategias (ver abajo):
10 minutos

- **Actividades con los Alumnos:**

Anotación en Mi Diario - 10 minutos
Actividad Grupal -10 minutos
Actividad Individual - 5 minutos
¡Quiero Saber Más! - 10 minutos

- **Concurso «Cerebritos»** - 5-10 minutos

Estrategias para ver los vídeos con los alumnos:

- **Antes de ver el vídeo (3-5 minutos):**

- Pide a los alumnos que completen el «**Hazlo ahora**» para ponerlos en marcha.
- Pide a los alumnos que «**formen pareja y compartan**» con otro compañero y/o que tengan un debate en clase.
- Recuerda a los alumnos que **vean la guía antes de ver el vídeo** para saber qué información van a recibir.

- **Mientras veis el vídeo (3-5 min):** páralo de vez en cuando para comprobar que lo están entendiendo. Puedes pedir a algunos alumnos que respondan a alguna Pregunta de Comprobación (PC) de forma individual o grupal.

- Para el vídeo e introduce la PC #1:

¿Podrías poner algunos ejemplos de «**conductas de riesgo**» que se dan en el colegio o instituto?

- Para el vídeo e introduce la PC #2:

¿Qué significa la regla «Usar o Tirar» que aplica el cerebro en su desarrollo? (**Respuesta:** lo que el cerebro no usa, lo descarta, así que hay que usar el «**freno**» o lóbulo frontal para evitar adoptar conductas de riesgo. Cuanto más usamos el «freno» más fortalecemos nuestra capacidad de toma de decisiones correctas).

Continúa en la otra cara

Sobre las Conductas de Riesgo - Nivel 1

Guía de actividades para Profesores



Actividades con los alumnos (opciones):

• Anotación en Mi diario (5-10 minutos):

a. Materiales necesarios: papel y algo para escribir.

b. Instrucciones: hemos aprendido que tenemos que ejercitar nuestro lóbulo frontal o "freno" del cerebro mientras crece y se desarrolla. ¿Qué estrategias podrías utilizar cuando estás frente a una conducta de riesgo? Pon un ejemplo de una conducta de riesgo real que hayas tenido enfrente y de la estrategia que usaste o podrías usar en ese momento para evitar adoptarla.

• Actividad individual (5 minutos):

a. Materiales: papel y algo para escribir. Los alumnos tienen que hacer una tabla de 2 columnas como se muestra en la hoja de recursos para los alumnos.

b. Instrucciones: los alumnos tienen que completar la tabla de abajo con ejemplos específicos. Por ejemplo: sonrío, me sudan las manos, etc.

¿Qué sensaciones tienes cuando tomas la decisión CORRECTA?	¿Qué sensaciones tienes cuando tomas la decisión INCORRECTA?

c. Criterios de corrección: cada alumno incluye al menos dos ejemplos de señales físicas que siente cuando hace una u otra cosa. Por ejemplo: Sonrío, me sudan las manos, me sonrojo, etc.

• Actividad Grupal (10 minutos):

a. Materiales necesarios: pizarra blanca, cartulina grande o algo en lo que poner respuestas y que toda la clase pueda verlo.

b. Instrucciones: haced el cuadro en grande para poner 3-5 ejemplos de conductas de riesgo que se den en el colegio / instituto. Cada uno debe tener su correspondiente declaración para evitar adoptarla.

Ejemplos de conductas de riesgo que se dan en el colegio / instituto:	¿Qué dirías / harías para evitar adoptar esa conducta de riesgo?

• Actividad «¡Quiero saber más!» (5-10 minutos)

a. Materiales necesarios: grupos de 2-3 alumnos.

b. Instrucciones: la clase ha identificado una lista de conductas de riesgo y las sentencias o habilidades de rechazo correspondientes a cada una. Ahora cada grupo debe seleccionar una conducta para interpretar una pequeña obra de teatro en la que unos hacen el papel de instigadores y otros el papel de los que evitan la conducta y le dan la espalda.

c. Criterios de corrección: los alumnos participan activamente y de forma correcta.

• Concurso «Cerebritos» - Respuestas (5-10 minutos)

1. Conductas que son malas o ponerte en peligro.
2. C. 12 años.
3. B. 25 años.
4. D. Dopamina.
5. Verdadero.