

PLANIFICAR UNA ACTIVIDAD GRUPAL (PREPARACIÓN DE LA SESIÓN)

Planificar una actividad grupal es fundamental para alcanzar el objetivo que se persigue. En la planificación se puede utilizar varios recursos como por ejemplo un cuadrante/tabla en el que se recojan los siguientes apartados:

- Nombre de la actividad grupal
- Objetivos:
 - Generales: Expresan la idea central y finalidad de la actividad. No son medibles y evaluables, describen en términos generales lo que se quiere alcanzar al terminar la actividad.
 - Específicos: Corresponden a los pasos que se deben seguir para alcanzar el objetivo general. Debe atender todos los ámbitos de aprendizaje: área cognitiva (conceptos, hechos, principios) se refiere al saber; área emocional (valores, actitudes, normas); área de las habilidades (cognitivas, habilidades personales y sociales).
- Contenidos a tratar
- Actividades que se van a desarrollar durante la actividad grupal.
- Metodología que se va a utilizar para cada una de las actividades.
- Temporalización de cada una de las actividades.
- Recursos que se van a necesitar.
- Evaluación. Qué instrumentos/recursos vamos a utilizar para la evaluación.

Nombre de la actividad

Objetivos

Contenidos	Actividades	Metodología	Temporalización	Recursos	Evaluación

FASES DE UNA ACTIVIDAD GRUPAL

FASE 1 PREPARACIÓN

Para que la actividad grupal sea un éxito, la fase de preparación es crucial. Dentro de la preparación podemos distinguir tres momentos:

- **El diseño:** es el momento en el que se elabora el concepto del taller, incluyendo los objetivos, los contenidos y la metodología del mismo.
- **La planificación:** consiste en detallar los pasos del evento, destacando los horarios, técnicas y actividades, materiales, responsabilidades y recursos necesarios.
- **La elaboración de los materiales:** es el momento en el que se consiguen y construyen todos los materiales necesarios, como son papelógrafos, transparencias, tarjetas, juegos, material de apoyo, etc.

Al diseñar una actividad grupal de promoción de la salud se deben plantear siete preguntas claves que guían su conceptualización.

PREGUNTAS CLAVE

1. ¿Para qué? Los objetivos y el contexto de la actividad	<ul style="list-style-type: none">○ ¿Qué se espera lograr en el taller?○ ¿Corresponde el taller a las necesidades de nuestro grupo meta?○ ¿Cómo se relaciona el taller con otras actividades que se realizan en el centro?
2. ¿Quiénes? El grupo meta y los/as profesionales que participan	<ul style="list-style-type: none">○ ¿Van a participar el centro educativo en la ejecución del taller?○ ¿Cuántas personas van a participar; sus edades y sexo?○ ¿Se conocen las y los participantes entre sí?○ ¿Qué conocimientos o habilidades tienen las y los participantes en cuanto a la temática?○ ¿Qué expectativas y motivaciones tienen?
3. ¿Qué? Contenidos	<ul style="list-style-type: none">○ ¿Quién define los contenidos?○ ¿Cómo estructurar los contenidos?○ ¿Corresponden los contenidos a las experiencias y expectativas previas de las y los participantes?
4. ¿Cómo? Métodos y técnicas	<ul style="list-style-type: none">○ ¿Cuáles son las condiciones que facilitan la aplicación de una metodología participativa?○ ¿Cuáles son los métodos y técnicas que las personas participantes han utilizado en eventos anteriores?○ ¿Qué métodos son adecuados: de investigación, de análisis, de planificación, de información?○ ¿La temática se presta para realizar actividades prácticas?
5. ¿Con qué? Medios de apoyo	<ul style="list-style-type: none">○ ¿Qué materiales se necesitan (papelógrafos, marcadores, tarjetas, retroproyector, etc.)?○ ¿Cuáles de los materiales necesarios se pueden preparar con anticipación?

PREGUNTAS CLAVE

	<ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Hay que preparar material de apoyo escrito para las y los participantes? ○ ¿Existen materiales didácticos ya elaborados? ○ ¿Quién puede ayudar en la preparación de los materiales? ○ ¿Cuál es el presupuesto del taller (lugar, materiales, sueldos, transporte, viáticos, etc.)?
6. ¿Cuándo? Fechas y tiempo disponible	<ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Cuál puede ser la duración del taller, de acuerdo con la disponibilidad de tiempo laboral de las y los participantes? ○ ¿Con cuánto tiempo es posible contar, de acuerdo con la disponibilidad económica? ○ ¿Es apropiado hacerlo durante varios días seguidos, o con días intermedios para efectuar trabajo de campo?
7. ¿Dónde? Lugar	<ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Es el lugar escogido el más adecuado para realizar el taller? ○ ¿Cómo vamos a organizar el espacio físico de manera que facilite la integración y participación? ○ ¿El lugar escogido cuenta con espacios disponibles para trabajar en asamblea y en grupos pequeños? ○ ¿Tiene los materiales de apoyo necesarios? ○ ¿Tiene buena ventilación e iluminación?

FASE 2 EJECUCIÓN

Frecuentemente, se toma en cuenta solamente la segunda fase (ejecución de un taller) y se subestima la importancia, el esfuerzo y los recursos necesarios para la preparación y la evaluación.

En esta fase ejecución se puede hablar de 3 momentos o bloques:

MOMENTOS O BLOQUES

1º. Momento inicial o introducción	Tiene por finalidad orientar y motivar al alumnado, crear un ambiente de confianza, recoger las expectativas y temores, y presentar los objetivos.
2º. Momento central.	<p>En esta fase pueden utilizarse numerosos métodos y técnicas, tanto para la presentación de contenidos como para el desarrollo temático. La presentación de contenidos estará más dirigida por el/la profesional de salud, mientras que el desarrollo temático deberá contar con la participación activa del alumnado.</p> <p>Los elementos principales son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Presentación de los contenidos ○ Dinámicas ○ Trabajar la temática con el alumnado en grupos. Realizar la puesta en común.
3º. Momento final	Conclusiones

FASE 3 EVALUACIÓN

EVALUACIÓN

Estructuras	Recursos y su organización, herramientas, competencias y actitudes
Procesos	Actividades
Resultados	Productos
Impacto	Producto resultante en indicadores sanitarios

Bibliografía

Preparación y ejecución de talleres de capacitación. Una guía práctica. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales. 2001

Manual de Educación para la Salud. Gobierno de Navarra. 2006.

Núñez, T.; y Loscertales F. El grupo y su eficacia. Técnicas al servicio de la dirección y coordinación de grupos. Editorial EUB, 1997

Costa, M.; López, E.. Educación para la salud. Guía práctica para promover estilos de vida saludables. Edit. Ojos Solares. 2008

Pérez de Villar, M.J.; Torres C. Dinámica de grupos en formación de formadores: casos prácticos. Herder, 2018

ACTIVOS EN SALUD

NOMBRE: EVALUACIÓN DE ACTIVOS EN SALUD EN EL CENTRO EDUCATIVO

OBJETIVOS: este sería el objetivo general, faltarían los específicos. Pero no se corresponde con el título de la actividad por lo que había que quitar la palabra EVALUACIÓN
Identificar y promover la utilización de los activos en salud comunitaria para la práctica de actividad física.

CONTENIDOS:

- Concepto de activos en salud
- Tipología de activos en salud
- Elaboración de un checklist de actividad física para el centro, barrio, etc
- Elaboración de mapeo de activos en salud

DESTINATARIOS

- Chicos y chicas

METODOLOGÍA/DESARROLLO

Descubrir mediante una metodología participativa, en la que los chicos y chicas tengan especial protagonismo, los activos existentes y potenciales del centro educativo, así como de las organizaciones, asociaciones e individuos para fomentar estilos de vida y entornos saludables en la infancia y en sus familias.

• **Opción 1: Trabajo en el centro educativo**

Dar a un grupo de chicos/as el checklist o lista de comprobación sobre Actividad Física de su colegio. Explicarles lo que se les pide.

Se les puede pedir: que recorran el colegio comprobando y anotando los aspectos destacables sobre los recursos existentes en el centro para realizar actividad física. Pueden hacer una foto de cada aspecto recogido en el checklist. También pueden hacer un dibujo pero lo importante es que haya una representación gráfica de cada aspecto incluido en el checklist para poder presentarlo luego en clase y establecer un debate sobre los puntos positivos que se han encontrado y sobre las carencias. La discusión sobre las carencias puede llevar a establecer mejoras a corto plazo o para el curso siguiente.

• **Opción 2: Trabajo en el barrio**

Organizar un recorrido por el barrio o por el pueblo para fotografiar los recursos que hay para hacer ocio activo, actividad física, ejercicio físico o deporte. Si no se pueden hacer fotos, hacer dibujos. Esta actividad se puede hacer como una actividad externa de la clase o bien se puede pedir la colaboración de las familias para que cada chico/a traiga una foto o un dibujo de un recurso y que lo haga con ayuda de su familia si es necesario (hermanos mayores, padres o madres...). Cada colegio tendrá que decidir qué método le resulta más conveniente, si el recorrido lo hace la clase con su profesor/a pueden resaltarse muy bien los aspectos más didácticos de la actividad. Si se hace con ayuda de las familias, se consigue una pequeña implicación de las mismas.

• **Opción 3: Trabajo con la familia**

Se les puede pasar un pequeño cuestionario para preguntarles qué actividades hacen los padres, madres y hermanos mayores, qué actividades hacen juntos (con su hijos e hijas) y qué actividades hacen los hijos e hijas solos o con otros chicos/as.

TEMPORALIZACIÓN: 1 hora

RECURSOS

- Modelo de lista de control (checklist)
- Documento explicativo activos en salud
- Técnica Fotovoice

EVALUACIÓN

- Obtención de un checklist o mapa de activos del centro educativo/ barrio.
- Grado de implicación de las familias en la actividad del centro

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: ESTILOS DE VIDA SALUDABLE

TEMÁTICA: ALIMENTACIÓN SALUDABLE

NOMBRE: ¿COMERÍAS DE TODO?

OBJETIVOS:

- Identificar las características de la comida basura.
- Reflexionar sobre la importancia de una alimentación saludable.
- Identificar las consecuencias sobre la salud de consumir comida basura habitualmente.

CONTENIDOS:

- Tipos de alimentos
- Características de una alimentación saludable

DESTINATARIOS

- Chicos y chicas de 2º de ESO

METODOLOGÍA/DESARROLLO

- Proyección del video “La mala alimentación” de Jemie Oliver TEDx
- Se creará un foro de debate sobre el tema.

TEMPORALIZACIÓN: 1 hora

RECURSOS

- Proyector
- Ordenador

EVALUACIÓN

- Evaluar los alimentos elegidos para su consumo en las próximas semanas en el recreo.

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: SEXUALIDAD Y RELACIONES IGUALITARIAS

NOMBRE: EL JUEGO DE LAS TARJETAS

OBJETIVOS:

- Mostrar al alumnado el riesgo derivado de los contactos sexuales en los que no se han tomado unas mínimas precauciones destinadas a evitar las infecciones de transmisión sexual.
- Promover el uso del condón.
- Adquirir conocimiento sobre las infecciones de transmisión sexual.

CONTENIDOS:

- Infecciones de transmisión sexual, VIH y SIDA.

DESTINATARIOS

- Chicos y chicas de 3º y 4º de ESO

METODOLOGÍA/DESARROLLO

- Este juego de tarjetas debe servir para comprobar la facilidad de las transmisiones de las infecciones de transmisión sexual, para promover el conocimiento sobre las mismas y para promocionar el uso del preservativo. Por ello, si quieren saber más, debemos facilitar esa información, pero no creemos conveniente mostrar un catálogo con todas las ITS o dar una imagen de la sexualidad como foco de enfermedades.
1. Dividir al alumnado en grupos de cuatro alumnos y alumnas.
 2. El profesor o la profesora reparte cuatro pequeñas tarjetas –del tamaño de una carta de naipes- entre el alumnado de tal manera que cada persona tenga cuatro del mismo color. ¡Atención!: Habrá tarjetas de cuatro colores diferentes, por ejemplo: rojo, verde, azul y amarillo.
 3. En el encerado se escribirá al lado de cada color el número total de personas que tienen ese color, que ha de ser proporcional al número total de alumnos. Por ejemplo, en una clase de veinte alumnos y alumnas habrá cinco personas con tarjetas del mismo color.
 4. El alumnado dispone de unos minutos para intercambiar las tarjetas. Cada persona ha de deshacerse de todas las suyas y ha de recibir otras cuatro de cuatro personas diferentes (no es necesario que sean de diferente color pero sí de diferente persona). Las personas con las que intercambien tarjetas deben tener algo en común: el mes del año en que nacieron, aficiones en su tiempo libre, color favorito... No existe límite en el número de intercambios.
 5. En una libreta u hoja deben ir anotando con qué personas han intercambiado las tarjetas y qué es lo que tenían en común. Después de un cierto tiempo, vuelve la calma a la clase y cada persona queda de nuevo con cuatro tarjetas que ha recibido de sus compañeros y que pueden tener diferentes colores.
 6. A continuación se explica el significado del color de las tarjetas:
 - Rojo: Eras seronegativo y mantuviste una relación sexual con una persona seropositiva, pero fue con preservativo por lo que no te ha transmitido el VIH. Eres seronegativo.
 - Verde: Eras seronegativo y mantuviste una relación sin preservativo con una persona seropositiva que te ha transmitido el VIH. Eres seropositivo.
 - Azul: Eras seronegativo y no has mantenido relaciones sexuales por lo que sigues siendo seronegativo.
 - Amarillo: Eras seronegativo y mantuviste una relación sexual con una persona sin preservativo. Tuviste suerte pues era seronegativo y sigues siendo seronegativo.

Preguntas para el coloquio:

1. ¿Cuántas personas seronegativas (rojo, azul y amarillo) y seropositivas (verde) había al iniciar el juego? ¿Cuántas hay ahora? ¿Cuál ha sido el grupo que más ha aumentado?
2. ¿Cómo se puede evitar la transmisión de las ITS y del SIDA?
3. ¿Qué responsabilidad tenemos a la hora de mantener relaciones sexuales si somos personas sanas? ¿Y si sabemos que tenemos el VIH?
4. ¿Puede haber personas con el virus y de aspecto saludable? ¿Se puede tener el virus y no desarrollar la enfermedad? ¿Y si es un niño o una niña?

TEMPORALIZACIÓN: 1 hora

RECURSOS

Documento anexo de la Guía Forma Joven para Profesionales de Salud. Consejería de Salud y Familias Junta de Andalucía.2020

- Cartulinas de colores que se cortarán en forma de pequeñas tarjetas.

EVALUACIÓN

- Grado de participación en el coloquio y aprendizaje de contenidos.

LÍNEA DE INTERVENCIÓN: PREVENCIÓN DROGODEPENDENCIAS

TEMÁTICA: PREVENCIÓN TABAQUISMO

NOMBRE: JUGANDO AL TRIVIAL

OBJETIVOS:

- Adquirir información documentada sobre tabaquismo.
- Ser conscientes de la necesidad de buscar información y ser críticos con los mensajes dados, que en muchos temas atañen a nuestra salud.

CONTENIDOS:

- Información sobre el tabaco y los efectos sobre su salud

DESTINATARIOS

- Chicos y chicas de 2º de ESO

METODOLOGÍA/DESARROLLO

- Dinámicas de grupos para recoger creencias sobre los riesgos asociados al tabaquismo.
- Se divide a la clase en equipos. El docente toma las fichas de preguntas y respuestas y la ofrece a uno de los participantes del primer equipo. Este lee en voz alta las preguntas y respuestas recogidas.
- Todos los equipos darán una respuesta que se anotará en la pizarra.
- Se da la respuesta acertada y se anotan 3 puntos por respuesta acertada o se resta uno por respuesta errónea.
- Se entrega a otro miembro de otro equipo la segunda ficha y se vuelve a hacer la misma actividad hasta que se hayan leído y contestado todas.
- Gana el equipo con más puntos.

TEMPORALIZACIÓN: 1 hora

RECURSOS

- Los contenidos básicos de la unidad didáctica "Rompiendo mitos"
- El contenido básico "Los efectos del tabaco sobre la salud" de la unidad didáctica LO QUE EL HUMO SE LLEVA.

EVALUACIÓN

- Grado de aprendizaje de contenidos