



GYMCANA DE LA SALUD

PROGRAMA MUNICIPAL DE PREVENCIÓN DE
LAS ADICCIONES

La Gymkana de la Salud, es una actividad elaborada y diseñada por el Programa Municipal de Prevención de las Adicciones, del Ayuntamiento de Zaragoza, para la utilización, aplicación o reproducción total o parcial de este material, dirigirse a:

Programa Municipal de Prevención de las Adicciones
Excmo. Ayuntamiento de Zaragoza D.L. Z3009-2003
Sección Drogodependencias
C/Miguel Servet, 174-178, bajos. Zaragoza. 50.013
Tel.: 976-59.68.82 / Fax: 976- 48 12 89
e-mail: prevenciondedrogas@ic1.inycom.es

INTRODUCCIÓN

Desde el Ayuntamiento de Zaragoza, el Equipo Municipal de Prevención de las Adicciones, siguiendo una filosofía de trabajo en la que la prevención es una estrategia para enfrentarnos a un problema tan complejo como es el consumo de drogas; nos planteamos sensibilizar y promover la participación de diversos colectivos, utilizando para ello diferentes caminos, como en el ámbito escolar, a través de un Programa de Prevención en Drogodependencias en el ámbito Educativo, dirigido al Primer Ciclo de Educación Secundaria, por medio de un conjunto programado y coherente de actividades, donde se propone una línea de intervención psico-educativa que permita a los alumnos disponer de los conocimientos, habilidades y estrategias suficientes para afrontar situaciones de riesgo, contribuyendo de esta manera a evitar o retrasar el primer contacto con las drogas legales, a resistir la presión para consumirlas y si en un futuro se da este consumo que sea moderado y responsable por oposición a una conducta de abuso.

Como complementario a este programa amplio de prevención de drogodependencias, han ido surgiendo diferentes intervenciones, que refuerzan el objetivo que hemos planteado anteriormente, siendo una de esas actuaciones la que presentamos como *Gymcana de la Salud*; se trata de un trabajo más específico

de prevención del consumo de tabaco, cuya aplicación no se entiende de una forma puntual y aislada sino dentro de un plan de actuación más amplio, dirigida a los adolescentes de 12 a 14 años, siendo de particular importancia, si tenemos en cuenta que en esta etapa es cuando comienzan los primeros contactos con el tabaco, según los últimos datos que nos aporta el Plan Nacional sobre Drogas.

El tabaco es la sustancia con la que los escolares tienen un contacto más temprano, situándose la edad de inicio en los 13'6 años produciéndose el incremento en cuanto al consumo entre los 14-15 años, lo que hace de ésta una edad crítica.

EDAD	%
11 Años	0,4%
12 años	1,4%
13 Años	7,8%
14 Años	25,67%
15 Años	38,06%

Si a esto le sumamos los elevados costes socio-sanitarios que el tabaquismo genera, siendo uno de los principales problemas de salud pública y, la primera causa de muerte prematura evitable en la población española; resulta por ello evidente que frente al problema del tabaquismo, la necesidad de priorizar diferentes y variadas intervenciones preventivas, con el objetivo claro de concienciar a la población sobre los peligros de su consumo, evitar que se inicien en el hábito las personas no fumadoras y muy especialmente los adolescentes y jóvenes.

(Encuesta sobre Drogas en la población escolar, PNSD, 2000)


La "Gymkana de la Salud" es una actividad preventiva que utilizando una metodología participativa en un contexto lúdico, plantea una serie de juegos relacionadas entre sí, con la finalidad de facilitar momentos de reflexión en torno al consumo de tabaco.


Los destinatarios de dirigir o impulsar esta actuación pueden ser, mediadores juveniles, animadores de ocio y tiempo libre, monitores que realizan actividades extra-escolares, profesores en su contexto escolar, asociaciones de padres y otras que desarrollan su actividad con adolescentes de 12 a 14 años, y que estando interesados en el fenómeno del consumo de drogas quieran desarrollar su actividad cotidiana de una forma más preventiva.

OBJETIVOS


La Gymkana de la Salud, es un material que se propone, fundamentalmente en la educación integral de los adolescentes y la prevención comunitaria de las drogas, plantea unos objetivos destinados al desarrollo de una serie de capacidades tendentes a educar y promocionar la salud, promover la adquisición de habilidades sociales, ofrecer alternativas al consumo y dar una información sobre el tabaco. Los objetivos son los siguientes:


- EN RELACIÓN A LOS ANIMADORES:


 Motivar la práctica de actividades artísticas, culturales, grupales, deportivas, etc... que contribuyan al adecuado desarrollo físico, intelectual, afectivo y social de adolescentes.


 Favorecer que los adolescentes mantengan una actitud positiva hacia el ocio y la preservación de la salud.


- EN RELACIÓN A LOS PARTICIPANTES:

 Sensibilizar a los adolescentes sobre los aspectos positivos del no consumo de tabaco.

 Reflexionar sobre los diferentes aspectos del tabaco en la salud.

 Crear espacios y cauces que permitan a los adolescentes establecer vínculos con sus iguales.

 Promover la adquisición de valores, actitudes, habilidades y pautas de comportamiento que contribuyan a preservar su salud y les protejan frente a los riesgos de consumir drogas.

 Favorecer el análisis y la reflexión personal de las formas de ocio dominantes en la sociedad.

DESTINATARIOS

La Gymkana de la Salud se dirige a todas aquellas personas y profesionales que desarrollan funciones de animadores, monitores, educadores, padres, etc... que estén interesados en trabajar, a través de actividades lúdicas, la prevención del consumo de tabaco en los adolescentes como complementó de un programa amplio.

Los destinatarios de las actividades son en último término los adolescentes de 12 a 14 años, con los que los mediadores sociales, han trabajado aspectos claves relacionados con el uso y abuso de tabaco, tanto específicos (efectos, consecuencias, componentes, etc...), como inespecíficos (la presión de grupo, la autoestima, la presión ejercida por la publicidad, la toma de decisiones y la resolución de conflictos, la comunicación y relaciones familiares, etc...).

Las actividades están diseñadas para ser realizadas tanto en los centros educativos como complemento a las áreas, materias o la tutoría, centros de tiempo libre, organizaciones o asociaciones que trabajan con adolescentes de 12 a 14 años.

CRITERIOS METODOLÓGICOS

La educación sobre drogas no requiere una metodología específica sino el uso de técnicas y procedimientos que favorezcan el:

- ☞ Cuestionarse sus propias ideas al contrastarlas con la nueva información.
- ☞ Generar actitudes y valores personales fundamentados en la reflexión.
- ☞ Desarrollar factores de protección personales y sociales, frente a los de riesgo.

Los principios psicopedagógicos de esta actividad, se engloban desde una perspectiva teórico-paráctica basada en el protagonismo del alumno para el desarrollo personal, conectada con la construcción de aprendizajes significativos sobre el tabaco, el desarrollo de relaciones socio-afectivas junto con el trabajo cooperativo.

Utilizamos el ocio como un espacio desde el cual promover la salud, y prevenir o retrasar el consumo de tabaco, ofertando actividades que suponen algo más que realizar deporte, participar en actividades culturales, etc...para facilitar el desarrollo de un proceso educativo con adolescentes de 12 a 14 años, que les ayude a interesarse y disfrutar con la práctica de determinadas actividades que contribuyan a un desarrollo físico, intelectual, afectivo y social adecuado. En definitiva, a través de diferentes propuestas lúdicas tratamos de potenciar las capacidades y recursos personales de los adolescentes, de modo que puedan enfrentarse de una manera responsable a la oferta de consumo de tabaco.

Sin embargo, es preciso tener en cuenta que esta actividad lúdica es por si sola, positiva y saludable, aunque no se puede considerar como preventiva del consumo de tabaco, si no se

integran en un programa amplio que permita completar, a través del ocio, la educación, la promoción y el desarrollo personal.

La Gymkana de la Salud que proponemos consiste en una secuencia de 4 juegos, cada uno de ellos está relacionado con los siguientes aspectos relacionados con el consumo de tabaco:



Mitos y contramitos.



Alternativas de ocio y tiempo libre.



Algunos conocimientos básicos.



El fumador pasivo.

En el material que presentamos aportamos en cada uno de los juegos: conocimientos previos sobre el aspecto que se va a trabajar (mitos, alternativas, conocimientos básicos, etc...), los objetivos que se esperan conseguir, el desarrollo, los recursos materiales que se necesitan y la duración aproximada. Se utilizan técnicas activas individuales y dinámicas de aprendizaje en grupo que fomentan la creatividad, la participación, el análisis de la realidad, el trabajo en equipo, la cooperación, la responsabilidad, las habilidades sociales, etc...

La actividad que se describe, tiene un carácter "orientativo" en el sentido de que puede ser adaptada a las características y a las peculiaridades del grupo de adolescentes a la que se dirige y al espacio o contexto desde el cual se lleva a cabo.

DESARROLLO

Para comenzar la Gymkana de la Salud, como un paso previo el monitor/a, deberá dividir al grupo en cuatro equipos de cinco a seis personas en función del número total de participantes. Para lo cual, podrá utilizar alguna dinámica grupal que le ayude a realizar la agrupación "diversificada y no pactada" entre los chavales.

Por ejemplo, podría introducir dentro de un sombrero 4 tipos de pins o símbolos diferentes. Los chavales los irán sacando y se formarán los equipos entre aquellos que tengan los mismos tipos de pins o símbolos.



Seguidamente, se explica en que va a consistir la Gymkana de la Salud y se les pide a cada uno de los participantes que digan su nombre y lo escriban en un papel adhesivo que se colocara en un sitio visible.

Todos los grupos van superando cada uno de los cuatro juegos secuencialmente, de forma cooperativa entre los miembros del equipo. Al finalizar la actividad, todo el grupo ha tenido que participar en cada uno de los juegos.

Y para terminar, se les pide que evalúen la Gymkana, eligiendo el juego que más les ha gustado y expresando en un cuaderno, lo que les ha parecido la actividad en general.

JUEGO 1**MITOS Y CONTRAMITOS****JUSTIFICACIÓN**

Nuestras creencias juegan un papel importante en la toma de decisiones. Pero estas creencias no son siempre ni fundadas ni lógicas. Es importante ponerlas en cuestión. De este modo algunas creencias sobre el tabaco no son en realidad más que mitos extendidos que hay que desmitificar.

OBJETIVO

Ayudar a los alumnos, a través de la reflexión, a reconocer los mitos más extendidos sobre el tabaco.

MATERIALES

- 👍 De 9 a 11 bolos con forma de cigarrillo, en los que van escritos los mitos, hechos con algún material que les dé cierto peso para mantenerse de pie y que sea duradero para que al caer, no se rompan (P.V.C., goma espuma, cartón, etc....)



- 👍 Dos o tres pelotas.
- 👍 Tiras adhesivas o tizas de colores para marcar el campo.
- 👍 De 9 a 11 bolos, papeleras-ceniceros donde se lean cada contramito.

TEMPORALIZACIÓN

La duración de la actividad será de 10 minutos.

DESARROLLO

Antes de explicar el funcionamiento del juego es importante que entre todos definamos y aclaremos el concepto de "mito". A continuación, el/la animador/a explicará que la actividad, es una adaptación del juego de los bolos, siendo su desarrollo el siguiente:

En la primera parte del juego, los participantes, de uno en uno, deberán lanzar con las manos y al ras del suelo una pelota sobre un grupo de 9 a 11 bolos, a los que se les ha dado el aspecto de cigarrillos; teniendo cada uno de ellos escrito un mito sobre el tabaco.



El participante que ha lanzado deberá recoger, solo uno de los cigarrillos caídos, levantando (si es el caso) y, colocando en su sitio los demás. Si no consiguen tirar ninguno, se volverá a colocar al final de la fila para volver a lanzar.

MITOS

- 1.- *Fumar esta de moda*
- 2.- *La mayoría de la gente fuma*
- 3.- *El tabaco no es una droga*
- 4.- *El tabaco sólo afecta a los que fuman*
- 5.- *El tabaco no es una droga tan peligrosa como se dice*
- 6.- *El humo del tabaco perjudica menos que el producido por los coches y fábricas.*
- 7.- *Los efectos del tabaco solo perjudica cuando pasa mucho tiempo*
- 8.- *La venta de tabaco está permitida a menores de 18 años*
- 9.- *He conocido a muchos fumadores que no han estado nunca enfermos*
- 10.- *Dejar de fumar no resulta difícil*
- 11.- *Fumando ligo más*

En la segunda parte del juego el participante con el bolo-cigarro que haya recogido, leerá el mito que lleva escrito y deberá elegir, entre alguna de las 9 a 11 bolos papeleras-ceniceros en que estén expuestos los contramitos, el que mejor se adapte a desmitificarlo, dirigiéndose seguidamente a introducir su bolo-cigarrillo en ella para que este se extinga o apague.



Dando la oportunidad al participante de volver a la fila para lanzar de nuevo contra los mitos que falten, hasta que el tiempo del juego finalice, o hayan desmitificado todos los bolos-cigarrillos.

CONTRAMITOS

- 1.- Fumar pertenece a la cultura del pasado
- 2.- Cada vez menos gente fuma
- 3.- El tabaco crea dependencia
- 4.- El fumador pasivo tiene riesgo para su salud
- 5.- El tabaco es el principal problema de salud en el mundo
- 6.- El fumar causa más cánceres que la contaminación ambiental
- 7.- El tabaco provoca tos, dificulta hacer ejercicio físico, etc...
- 8.- Esta prohibida la venta de tabaco a los menores de edad.
- 9.- El fumador tiene peor calidad de vida que los no fumadores.
- 10.- Dejar de fumar conlleva, irritabilidad, ansiedad, insomnio, etc...
- 11.- Es poco atractivo dar un beso a un fumador

ALTERNATIVAS DE OCIO Y TIEMPO LIBRE

JUSTIFICACIÓN

Las actividades de ocio son el conjunto de actividades placenteras, que selecciona libremente cada persona en función de sus propias preferencias y gustos.

Son muchas las posibilidades que nos ofrece el tiempo libre, de forma que un uso adecuado del mismo contribuiría a favorecer el bienestar y la salud de los adolescentes.







De ahí la importancia de que piensen todas las alternativas posibles que tienen para disponer en su tiempo libre para que aprendan a hacer un uso adecuado de este, y permita a los adolescentes rentabilizar al máximo sus potencialidades.

OBJETIVO

Promover actitudes sanas, a partir de una reflexión personal y colectiva, sobre las diferentes alternativas que pueden desarrollar en su tiempo libre.



MATERIALES

-  Paneles expositores
-  Ruleta de las diferentes técnicas de representación.
-  Rotuladores / lapiceros.
-  Cuaderno para dibujar las alternativas
-  Papeles adhesivos.
-  Tarjetas con las alternativas

TEMPORALIZACIÓN

La duración de la actividad será de 10 minutos.

DESARROLLO

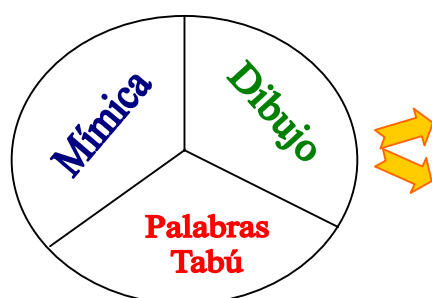
Se comienza el juego preguntando a los chavales que entienden por alternativas al consumo de tabaco, y pidiéndoles que enumeren diferentes alternativas sanas posibles a realizar, en el tiempo de ocio de cada uno.

A partir de ahí, repartimos a cada uno de los miembros del grupo una tarjeta en la que se encuentra escrita una alternativa, siendo las siguientes:

- *Salir con amigos.*
- *Ver la televisión.*
- *Hacer deporte.*
- *Oír música.*
- *Viajar.*
- *Practicar hobbies.*



Posteriormente al reparto de tarjetas y en orden, deberán hacer girar una ruleta en la que aparecen descritas varias técnicas de representación, siendo las siguientes:





Después de hacer girar la ruleta, con la técnica que les haya tocado, deberán de conseguir que el

resto del grupo, la adivinen y, así uno a uno, todo el grupo.

Para finalizar el juego cada una de los participantes tiene que dar dos ejemplos de la alternativa que le ha tocado, escribiéndolas en unos papeles, que se pondrán en un expositor de tela.

(Por ejemplo: a las alternativas de ver la TV, apuntar 2 programas que recomienda)



ALGUNOS CONOCIMIENTOS BÁSICOS

JUSTIFICACIÓN

Esta actividad pretende que el alumnado adquiera una información básica sobre el tabaco y los efectos de su consumo. Las ideas a trabajar van a ser las siguientes:

- El humo del tabaco contiene elementos tóxicos que condicionan el bienestar de fumador y de quienes le rodean (fumadores pasivos).
- Acción de los componentes del cigarrillo sobre los distintos sistemas del organismo con especial atención a los sistemas respiratorio, digestivo y circulatorio.
- Principales efectos a corto plazo del consumo de tabaco, destacando los siguientes aspectos:
 - ✎ *Coste económico*
 - ✎ *Impacto sobre la condición física*
 - ✎ *Influencia sobre la imagen estética*
- A veces, el "DECIR NO" de forma directa y tajante, puede llevar consigo el perder la amistad del grupo, a lo cual mucha gente no está dispuesta y prefiere poner excusas, da largas, cambiar de tema, etc.

OBJETIVO



Adquirir una información suficiente y adecuada sobre la nocividad del tabaco.

MATERIALES

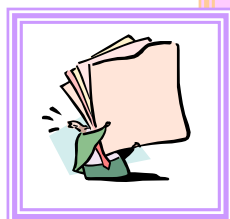
- ✎ Recipiente similar a un pozo
- ✎ Confeti, globos, corcho o material que sirva de relleno.
- ✎ Un puzzle para cada uno de los temas que se ofrecen. Compuesto por 9 piezas en las que están escritos los distintos conocimientos que se trabajan.

TEMPORALIZACIÓN

La duración de la actividad será de 10 minutos.

DESARROLLO

Se explica al grupo la importancia de la información sobre el tabaco, para poder plantearse el no consumo o consumo de éste, para ello se les ofrece la posibilidad de buscar en una gran pozo de sabiduría (o similar) lleno de serpentinas, confeti, globos, etc..., pequeñas piezas que componen un puzzle. Estas piezas informan sobre cada uno de estos temas:



Efectos a corto plazo del consumo de tabaco

Efectos a largo plazo del consumo de tabaco

Formas de decir "NO" al tabaco

Componentes del humo del tabaco

Seguidamente, se entrega al grupo uno de los cuatro temas o puzzles que deben completar; buscando en el pozo de sabiduría aquellas piezas que lleven escrito el contenido referido a ese tema, desechando las demás que volverán a dejar dentro del pozo, A continuación deberán de encajar o pegar las piezas en el lugar correspondiente del



puzzle que le ha correspondido hacer. Cuando pase el grupo siguiente le asignaremos otro tema a trabajar, anteriormente el/la animador/a habrá echado de nuevo al pozo todas las piezas.

LOS CONTENIDOS QUE VAN A IR ENCONTRANDO SON:

□ Efectos a corto plazo:

Alteración del ritmo del pulso

Mal aliento

Más posibilidades de resfriarse



Bajo rendimiento deportivo

Coloración amarillenta de dedos y dientes

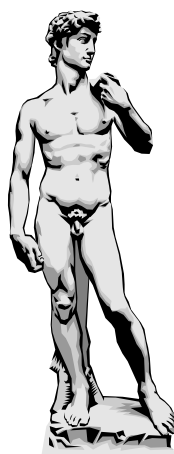
Tos y fatiga prematura

□ Efectos a largo plazo:

Infarto de Miocardio

Úlcera Gastroduodenal

Efisema pulmonar



Cáncer de pulmón

Bronquitis

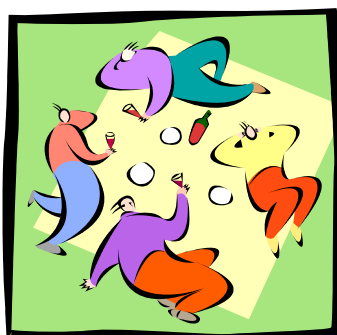
Cáncer de boca

□ Formas "de decir no" al tabaco:

Sencillamente di "NO"

Pon una excusa

Hazte el despistado



Cambia de tema

Dale largas

Di lo que opinas

□ Componentes del humo del tabaco:

Alquitranes

Monóxido del carbono

Acetona



Insecticida

Amoníaco

Nicotina

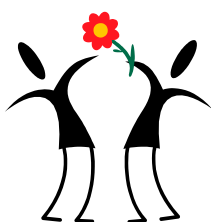
VIVIR SIN HUMO

JUSTIFICACIÓN

Hasta hace poco tiempo se pensaba que convivir en un ambiente cargado de humo de tabaco tenía como consecuencia que resultaba molesto, pero no se tenía consciencia de consecuencias más serias.

Con esta actividad queremos que los adolescentes sepan que existe una evidencia creciente de que más allá de una simple incomodidad, la condición de fumador pasivo representa un riesgo cierto para la salud y que por ello tienen que reclamar cortesía por parte de los fumadores, para convertirla en educación y respeto hacia los no fumadores.

OBJETIVO



- ✎ Tomar conciencia de los efectos negativos del humo del tabaco en los no fumadores
- ✎ Lograr que los adolescentes tengan una actitud favorable de respeto y educación hacia el no consumidor de tabaco.

MATERIALES

- ✂ Tizas o tiras adhesivas para marcar el recorrido de las fichas.
- ✂ Fichas: 4 rojas, 4 azules (de corcho, cartón, etc...)
- ✂ Tarjetas con la lista de frases.
- ✂ Globos.
- ✂ 2 Bocinas.

TEMPORALIZACIÓN

La duración de la actividad será de 10 minutos.

DESARROLLO

El/la animador/a explica a los participantes que este juego esta dedicado a los fumadores pasivos, por lo que hay que llegar a completar un recorrido de preguntas, para alcanzar unos globos con los que representaremos el humo sano que respiramos.

Comenzaremos dividiendo el grupo en dos equipos, los azules y los rojos, el/la animador/a del



juego, formula una pregunta, y el equipo que primero conozca la respuesta, debe hacer sonar una campanilla o bocina, si es correcta adelanta una casilla y si es incorrecta no avanza, pasando a realizar el animador la siguiente pregunta. Cuando llegan a colocar cuatro casillas, que corresponden a cuatro preguntas acertadas, el equipo deberá dirigirse a un punto donde encontraran 6 globos y tendrán que inflarlos, siendo el equipo ganador el que antes lo complete todo, y haga sonar la bocina.



LISTA DE PREGUNTAS

- ? Di un ejemplo de como afecta el humo del tabaco al feto, cuando una mujer está embarazada

Menor crecimiento intrauterino del feto, mayor riesgo de aborto, posible riesgo para la salud del niño, etc...

- ? Define lo que es un fumador pasivo

Persona que habiendo decidido no fumar, o dejar de hacerlo, se ve expuesta, de manera sistémica al humo procedente de quienes fuman a su alrededor.

- ? Poner un ejemplo de la última vez que fuisteis fumadores pasivos.

- ? Enumera dos síntomas que puede padecer una persona cuando esta expuesta al humo del tabaco en un lugar cerrado.

Irritación de los ojos, dolor de cabeza, estornudos, tos, faringítis, afonía, etc.

- ? Di dos lugares donde no esta permitido el consumo de tabaco

Centros educativos, autobús urbano, hospital, centro de salud, avión, etc...

- ? Hasta que edad esta prohibida la venta y el suministro de tabaco, en la Comunidad Autónoma de Aragón.

Los 18 años

- ? Di dos razones por las que se empieza a consumir tabaco

Curiosidad, presión de los amigos, publicidad, imitar a los mayores, etc.

? Enumera dos ventajas de vivir sin tabaco

Poder hacer más ejercicio físico, la piel no se estropea, los dedos y los dientes no se ponen amarillos, la ropa no huele, ahorras dinero, etc.

? Calcula aproximadamente, cuanto dinero se gasta un fumador al mes, si consume un paquete diario, y te cuesta 350 ptas, que son 2,10 euros, el paquete.

Se gasta unas 10.000 ptas, que son 60,10 euros.

? Di dos componentes del humo del tabaco:

Nicotina, alquitrán, monóxido de carbono, insecticida, acetona, etc.

? En caso de conflicto. ¿Qué derechos prevalecen los del fumador o los del no fumador?

Los del no fumador

? Describe los efectos que tiene el tabaco en el aparato respiratorio de un fumador pasivo

Tos, expectoración y silbidos al respirar, enfermedades agudas del aparato respiratorio inferior (neumonía, bronquitis y bronquiolitis), supuraciones del oído, agudeza de síntomas de asma, cancer de pulmón, etc...

? ¿Por qué se sigue consumiendo el tabaco a pesar de que es peligroso?

Por la adicción que produce, cuanto más se fuma, más se acostumbra el cuerpo a la nicotina y más nicotina se necesita para lograr el mismo efecto. La necesidad creciente de aumentar la cantidad para sentir los mismos efectos. De manera que acaba dependiendo del consumo de tabaco.

- ? ¿Que otras alternativas puede elegir una persona para sustituir el hábito o la adicción de fumar?

Comer alimentos sanos, caminar después de la comida, masticar chicle, chupar caramelos sin azúcar, jugar con algo en las manos, etc.

- ? Enumera que mensajes nos dan la televisión o las revistas sobre tabaco, y en realidad no son ciertos.

Mejoras tu imagen = dientes y dedos manchados, piel se estropea
Ligas más = mal aliento, ropa maloliente
Juventud = piel arrugada, color amarillento
Vida sana = dificultades para respirar, reduce capacidad física

- ? Algunos fumadores piensan que los letreros que dicen "Gracias por no fumar" en los lugares públicos restringen sus libertades ¿Cuáles son los derechos de los no fumadores?

Derecho a que este señalizado el Prohibido fumar, en aquellos lugares en los que no se puede hacer.

- ? Di dos motivos por los que crees que cada vez, menos gente fuma.

Mayor conciencia de los efectos perjudiciales del consumo de tabaco, las campañas realizada desaconsejando su consumo, gasto económico que produce, etc.

- ? Enumera por lo menos dos consecuencias del tabaco en la sociedad en general.

Provoca incendios, gastos en la sanidad públicas por las enfermedades que genera, accidentes de tráfico, contaminación, etc..

- ? Inventa un eslogan para un anuncio que trate de convencer a las personas de que no fumen.

EVALUACIÓN

La evaluación de la Gymkana de la Salud, como actividad puntual dentro de un programa amplio de prevención de drogodependencias, se plantea como evaluación de proceso, pretendiendo recoger los datos del desarrollo de la actuación con arreglo a los objetivos planteados, recuperar la opinión de todas las personas e instancias implicadas en el desarrollo de la actividad, interpretar y explicar lo sucedido, redefinir la situación y establecer la línea de continuidad de la acción.

La evaluación supone realizar un proceso de reflexión acerca de los resultados conseguidos con la actuación, tendente a analizar las posibilidades de mejorar de cara al futuro. Para su realización se proponen las siguientes valoraciones: información sobre la relación entre lo propuesto y lo conseguido, las dificultades surgidas, las soluciones adoptadas, las propuestas de mejora y el procedimiento elegido para evaluar cada juego de la actividad. Vamos a contemplar fundamentalmente dos aspectos:

- *El grupo de animación en relación al desarrollo de la actividad:*
En el que se valorará la relación entre los objetivos propuestos y los resultados obtenidos, así como las propuestas para mejorar en futuras actuaciones.

Para ello se les pasará un cuestionario de evaluación cada día, en el que se están los siguientes apartados:

- ♣ Grado de consecución de cada uno de los juegos

- ♣ Adecuación de la actividad a los objetivos
 - ♣ Adecuación de la actividad a la población destinataria
 - ♣ Grado de participación de los asistentes
 - ♣ Nivel de satisfacción de los participantes
 - ♣ Grado de interés y motivación generado por cada uno de los juegos
 - ♣ Aspectos positivos a destacar
 - ♣ Aspectos negativos a destacar
 - ♣ Sugerencias
- Con la población destinataria: En la que evaluaremos la opinión de los participantes sobre el grado de satisfacción de la actividad en general.

Siendo una actividad lúdica, vamos a utilizar técnicas dinámicas, en las que podamos valorar el grado de satisfacción de la actividad en general.

Para ello utilizaremos 5 cajas vacías, repartidas en cada uno de los cuatro juegos y la que queda en el centro de la Gymkana, en ellas tendrán que depositar su tarjeta de identificación en el juego que más les ha gustado y si no les ha gustado ninguno, la tendrán que depositar en la caja del centro de la Gymkana.

Paralelamente, podrán reflejar en un cuaderno libremente, las impresiones que les ha causado su participación en la actividad.