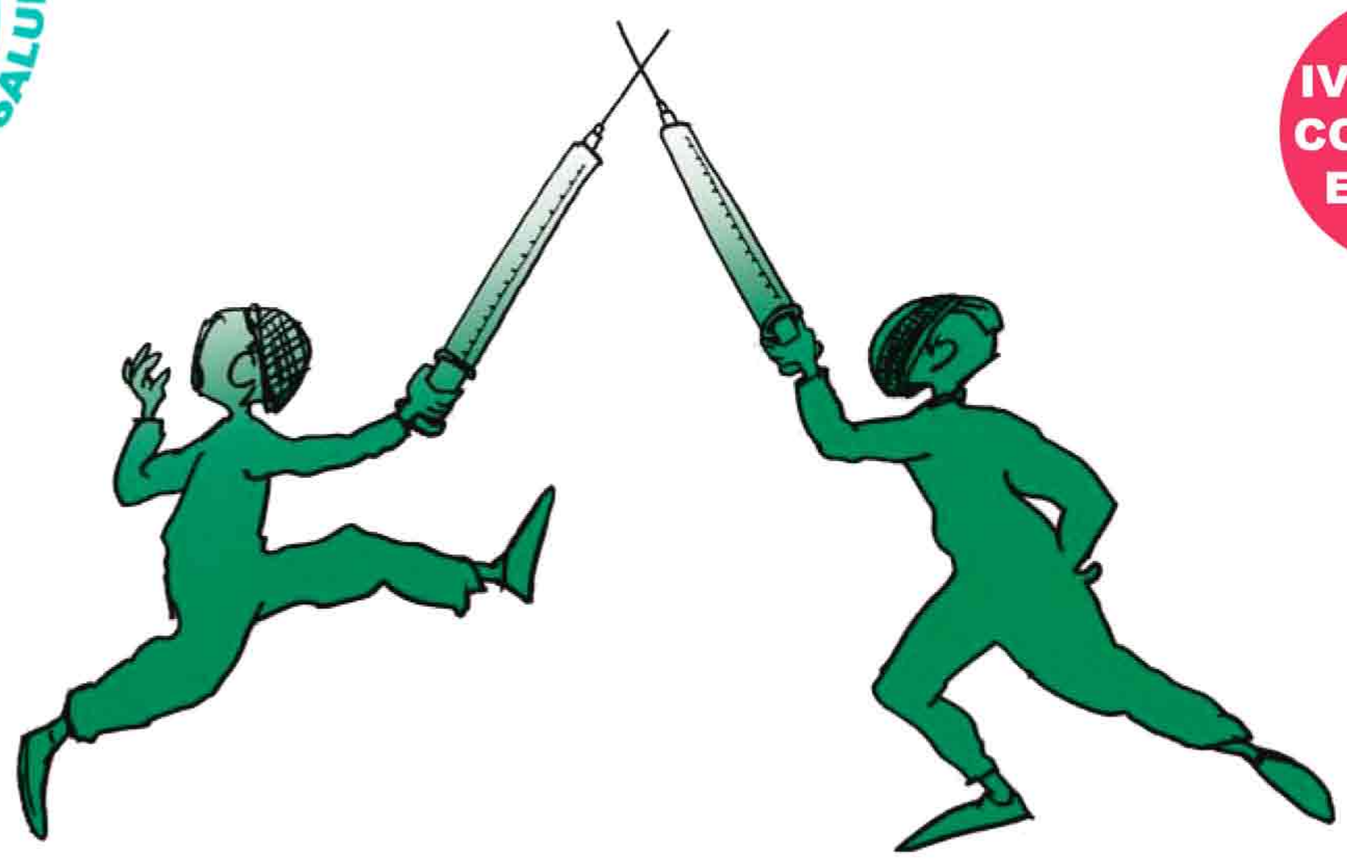
Las drogas no son un juego

ACT IVIDADES COMPLEM ENTARI AS



COMPETENCIAS BÁSICAS

Competencia en comunicación lingüística.
Competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico.
Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

Distinguir entre uso y abuso de sustancias u otros posibles objetos de dependencia.

Analizar y reflexionar sobre las actividades que el alumnado lleva a cabo en su tiempo libre.

RECURSOS MATERIALES

Anuncio *Las drogas no son un juego* (FAD, 1998).
Ficha *¿Qué significa...?*
Ficha *Calendario semanal de mi tiempo libre.*

TIEMPO APROXIMADO

SENTIDO PREVENTIVO

Una de las características de consumir sustancias es que pueden generar adicción. Pero no sólo las drogas provocan una dependencia. La televisión, Internet, los videojuegos también pueden convertirse en un problema cuando se pasa del uso al abuso. En esta actividad, partiremos de la reflexión y el diálogo para tratar de enseñar al alumnado diferentes formas de consumo. Seguidamente, se realizará un calendario semanal en el que se indicará el tiempo que se dedica a estar con los amigos y las amigas y el tiempo dedicado a los videojuegos, televisión o Internet.

PARA INICIAR LA LA ACTIVIDAD

"La salud de nuestro cuerpo no depende sólo de que esté sano o enfermo. También depende de los hábitos de vida que tengamos, que consumimos, en qué empleamos nuestro tiempo libre, cuánto dormimos,..."

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1ª FASE Introducción y motivación

Se divide a la clase en grupos de 4-5 componentes y se les pide que realicen la ficha *¿Qué significa...?* Pasados entre 5-10 minutos se procede a una puesta en común en la que el profesor o la profesora aclarará los términos que aparecen en la ficha.

2ª FASE Visionado del anuncio

Se hace el siguiente comentario:

"Vamos a ver un anuncio en el que aparece la imagen "tipo videojuego" de un cerebro y un comecocos que va comiéndose cachitos del cerebro por las circunvoluciones de éste. Fijaos bien en todo, porque luego hablaremos de ello".

Se proyecta el anuncio y seguidamente se hacen las siguientes preguntas de aproximación:

- *¿Qué creéis que quiere trasmitir el anuncio?* (El anuncio quiere trasmitir que el consumo de drogas afecta de forma negativa a nuestra salud).

- *El juego termina pidiendo que se introduzca una moneda para poder continuar, ¿qué quiere decir esto?* (Consumir drogas puede provocar adicción y por eso se necesita una moneda para continuar).

Anteriormente hemos considerado como droga todo aquello que puede crear una adicción, haced una lista de todas aquellas cosas que nos pueden generar dependencia (no sólo drogas). Posibles respuestas: tabaco, alcohol, cannabis,cocaína, heroína, pastillas, televisión,

videojuegos, ordenador, máquinas tragaperras,...

• *¿Qué diferencias creéis que hay entre usar y abusar de los videojuegos?* (Usar un videojuego: Tenemos tiempo para hacer más cosas y si no podemos jugar no nos importa. Abusar de un videojuego: Dedicamos todo nuestro tiempo a jugar y si no podemos hacerlo nos sentimos mal y nos enfadamos).

3ª FASE Calendario semanal de mi tiempo libre

Se pide a la clase que realice individualmente la ficha *Calendario semanal de mi tiempo libre.*

Posteriormente, se reflexionará sobre el tiempo que se dedica a cada una de las actividades, tratando de llegar a diferentes conclusiones que se pondrán en común en el aula.

Preguntas de reflexión:

• *¿Qué os divierte más, estar con vuestros amigos y amigas o jugar sin nadie?, ¿por qué?*

• *¿Cómo se podría hacer para estar más tiempo con los amigos y las amigas?*

• *¿Pensáis que hay gente que se obsesiona por el juego?, ¿cómo se comportan?*

• *¿Cómo podríais ayudar a un amigo o amiga que estuviera "enganchado" a algún juego?*

Comentario final

"Debemos aprender a ser responsables y ocupar nuestro tiempo con diversas actividades que nos enriquecerán como personas y que nos harán sentirnos más felices. Aunque muchas actividades se realizarán en solitario, llenar nuestro tiempo con aquellas que implican a otras personas (amigos, amigas, familia, etc.) será muy reconfortante".

¿QUÉ SIGNIFICA...?

Contestad a las siguientes preguntas:

1. Define el sustantivo “droga” (Toda sustancia que introducida en el cuerpo produce cambios
físicos y/ o psicológicos y es capaz de producir dependencia).

_____

_____

_____

2. Existen drogas legales e ilegales. Nombra las que conozcas:

Drogas legales: (Alcohol y tabaco).

Drogas ilegales: (Cannabis, cocaína, heroína, drogas de síntesis, tranquilizantes,...).

3. Define el sustantivo “adicción” (Hábito, necesidad imperiosa por conseguir el objeto de dependencia: drogas, Internet, videojuegos, etc.).

_____

_____

_____

4. Define el verbo “usar” (Utilizar algo puntualmente o habitualmente. El uso no tiene consecuencias negativas para quien lo usa).

_____

_____

_____

5. Define el verbo “abusar” (Usar de forma indebida o impropia algo. El abuso tiene consecuencias negativas para quien lo lleva acabo).

_____

_____

_____

CALENDARIO SEMANAL DE MI TIEMPO LIBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
Ver la televisión							
Utilizar el ordenador							
Jugar a videojuegos tipo DS, PSP o similares							
Jugar a videojuegos tipo Wii, Play, Xbox o similares							
TOTAL TIEMPO INVERTIDO							

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
Tiempo que paso charlando con mis amigos y amigas							
Tiempo que paso jugando con mis amigos y amigas							
Tiempo que paso haciendo deporte con mis amigos y amigas							
TOTAL TIEMPO INVERTIDO							