



PROGRAMAS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS DIRIGIDOS AL ALUMNADO DE EDUCACIÓN PRIMARIA, EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA, FORMACIÓN PROFESIONAL Y BACHILLERATO

Información para el profesorado. Curso escolar 2023-2024

ÍNDICE

PRESENTACIÓN

FINALIDAD

INSCRIPCIÓN

PROGRAMAS Y ACTUACIONES

Educación Primaria

- Programa de promoción de la salud, desarrollo personal y social a través del visionado de películas
- Programa de alimentación sana
- Programa de educación para la salud afectivo-sexual dirigido al alumnado de 6º de E.P.

Educación Secundaria Obligatoria, Formación Profesional y Bachillerato

- Cuadro: resumen de los programas
- Programa de educación y prevención universal del consumo de drogas
- Programa de prevención selectiva e indicada del consumo de drogas
- Programa de educación para la salud afectivo sexual
- Programa de promoción de la salud, desarrollo personal y social a través del visionado de películas

EVALUACIÓN



PRESENTACIÓN

La OMS define la salud como “un estado completo de bienestar físico, psicológico y social, y no la mera ausencia de enfermedad”. Este es un concepto integral de salud que hace referencia, no solo a los aspectos fisiológicos, sino a la globalidad de la persona, incluyendo su dimensión psicológica y social.

La educación es uno de los principales determinantes de la salud. Las personas alcanzan un mayor nivel de salud cuanto más alto es su nivel de formación; conocen más y en mayor profundidad los aspectos relacionados con la salud, evitan y/o reducen riesgos y tienen hábitos y conductas promotoras de salud (actividad física, alimentación saludable, descanso, no consumo de drogas...).

Los centros educativos constituyen un entorno privilegiado para la educación para la salud y el desarrollo integral del alumnado; el profesorado, junto con profesionales del ámbito sanitario, puede desarrollar acciones para promover estilos de vida saludables.

Al incidir, mediante distintas actuaciones, en Educación Primaria (5º y 6º), Educación Secundaria Obligatoria, Formación Profesional y Bachillerato, de forma progresiva y continua se posibilita la adquisición y refuerzo de distintas competencias; muchas de éstas son comunes en los distintos programas y se trabajan con distinto nivel de profundidad en función de la edad del alumnado: presión social, grupal y emocional; comunicación asertiva; resolución de problemas y conflictos; el cuidado de nuestro cuerpo y la salud; toma de decisiones, percepción del riesgo, vulnerabilidad personal, salud comunitaria...



FINALIDAD

Capacitar al alumnado para la elección de conductas que favorezcan su salud, mediante la adquisición de competencias y contenidos relacionados con la alimentación y actividad física, el desarrollo personal y social, la educación afectivo-sexual y la educación y prevención del consumo de drogas.

INSCRIPCIÓN

Se realizará mediante formulario on-line

El centro que desee desarrollar cualquiera de los programas o actuaciones deberá cumplimentar el formulario de solicitud de participación.

Procedimiento de inscripción:

- La persona responsable de la actividad realizará la inscripción a través de: <https://apps.riojasalud.es/educacion-salud/>
- Al acceder aparece una ventana en la que se debe introducir el usuario y clave que cada profesora o profesor utiliza para acceder a RACIMA
- Una vez dentro se visualiza un documento “Formulario de inscripción a programas de salud”. Junto a cada uno de los programas aparecen archivos en pdf con la información del programa (objetivos, contenidos y actividades)
- Se cumplimenta el formulario y al dar a enviar, la inscripción ha finalizado
- En su correo recibirá, a los pocos minutos, la verificación de la inscripción
- Si observa algún error o tiene problemas llame a los teléfonos 941 29 12 99 o 941 29 19 79 o envíe un correo a educacion.salud@larioja.org

EDUCACIÓN PRIMARIA





PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD, DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DEL VISIONADO DE PELÍCULAS.

ALUMNADO DE 5º Y 6º DE PRIMARIA

Finalidad

Promover, a través de un recurso motivador como es el visionado de películas por parte del alumnado y el posterior trabajo de análisis en el aula, el desarrollo y adquisición de estilos de vida saludables.

Objetivos

- Desarrollar competencias y habilidades que favorezcan la adopción de estilos de vida saludables.
- Facilitar la clarificación y asunción de valores personales y sociales, afianzando los derechos humanos universales como valores comunes de una sociedad plural y democrática.
- Desarrollar el pensamiento crítico a través de la reflexión, análisis y valoración de las distintas situaciones, conflictos y relaciones que viven los personajes.
- Favorecer la expresión de ideas, sentimientos y experiencias.
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia del cine como elemento de enriquecimiento cultural y de utilización del tiempo de ocio.

Objetivos específicos

Se establecen para cada una de las películas.

Contenidos

- Conductas saludables: actividad física, alimentación sana, ocio saludable, sueño, relaciones positivas, medidas preventivas frente a determinadas enfermedades...
- Relaciones familiares. Comunicación, resolución de problemas y conflictos.
- La amistad. El apoyo y la ayuda mutua. La solidaridad.
- La igualdad de género.
- La importancia del esfuerzo y la constancia. Pensamiento crítico. Toma de decisiones. Responsabilidad.
- Autonomía personal, tolerancia a la frustración. Autoconcepto.
- El acoso y la violencia. La presión de grupo. Resiliencia.
- Valores personales y sociales. La ética y la coherencia.
- Responsabilidad y libertad. El respeto a las normas. Los derechos y deberes de las personas.
- La multiculturalidad: tolerancia, respeto, aceptación, enriquecimiento mutuo...
- La expresión de ideas, emociones, sentimientos y experiencias. Empatía.
- Convivencia. Gestión de conflictos. La importancia del diálogo y la comunicación.
- Medioambiente y salud. La importancia de la sostenibilidad
- Prevención de riesgos por el mal uso de las TIC.
- Drogas: riesgos y prevención del consumo.

Desarrollo y metodología

- Visionado de tres películas en el aula, una cada trimestre.
- A cada centro inscrito se le proporciona, el enlace a las películas y los “Cuadernos de Cine” correspondientes a cada una de las películas, en formato PDF interactivos, uno para el profesorado y otro para el alumnado.
- Una vez realizado el visionado, el profesorado trabaja con su alumnado los distintos aspectos de las películas. Los “cuadernos de cine” incluyen diversas actividades; el profesorado puede realizar todas o bien seleccionar las que considera más adecuadas, pudiéndose trabajar de forma individual y/o grupal.

Evaluación

Cuestionario de valoración, cumplimentado por el profesorado y el alumnado.



PELÍCULAS DEL PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD, DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL ALUMNADO DE 5º Y 6º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

“Lunana un yak en la escuela”

Sinopsis: Ugyen es un joven profesor en Bután, que elude sus deberes mientras planea ir a Australia para convertirse en cantante. Como sanción, sus superiores le envían a la escuela más remota del mundo, una aldea glacial del Himalaya llamada Lunana; allí se encuentra sin electricidad ni calefacción, en una escuela sin ventanas ni pizarra. Aunque pobres, las personas que viven allí, le dan una cálida bienvenida. Desesperado, quiere abandonar y marcharse cuanto antes, pero, poco a poco, se ve conquistado por la sencillez, bondad y ganas de aprender de los pequeños y sus familias.

Director: Pawo Choyning Dorji. **Duración:** 110 minutos. **Año:** 2019.

Contenidos:

- El derecho a la educación de niños y niñas. Su importancia. Motivación e interés por aprender.
- Utilización de las TIC con responsabilidad. Ventajas e inconvenientes de los medios digitales e internet.
- Importancia de valorar las pequeñas cosas cotidianas.
- Consecuencias del consumo de alcohol. La adicción.
- Respeto y cuidado del medio ambiente. Vínculo con los animales y sus beneficios.
- Valores: bondad, generosidad, amabilidad, gratitud, respeto por las creencias distintas a las nuestras, humildad, capacidad para compartir.
- Capacidad de adaptación al cambio.
- Tomar decisiones.
- Autoestima. Aprender a valorarnos.

Público apropiado: todos los públicos y especialmente recomendada para la infancia.

Premios: nominación al Oscar (2021) mejor película internacional por Bután.

“Héroes de barrio”

Sinopsis: Paula tiene nueve años, juega al fútbol en el equipo del barrio, vive con su madre y su nueva pareja y adora a su padre, Luis, un camarero que es el prototipo de buen hombre al que todo le sale mal. Un día, Luis presume delante de sus amigos de conocer a Joaquín, el famoso delantero del Betis, y lo que parecía un sencillo comentario fanfarrón irá convirtiéndose en una mentira de imprevisibles consecuencias.

Director: Ángeles Reiné. **Duración:** 86 minutos. **Año:** 2022.

Contenidos:

- Lograr nuestros sueños: confiar en uno mismo, poner los medios, tener apoyo familiar.
- Conductas saludables y no saludables.
- Consecuencias de mentir: para uno mismo y para los demás.
- La importancia de los afectos en nuestra vida: familia, amistad, pareja
- La importancia de confiar en uno mismo. La autoestima.
- Dignidad y respeto hacia todas las profesiones.
- El miedo a defraudar, al fracaso.
- Las dificultades económicas.

Público apropiado: no recomendada para menores de 7 años.



“El malvado zorro feroz”

Sinopsis: Aquellos que piensan que la campiña es un lugar tranquilo y pacífico están equivocados, allí se encuentran animales particularmente agitados, un Zorro que piensa que es un pollo, un Conejo que hace la cigüeña y un Pato que quiere reemplazar a Santa Claus. Si deseas tomarte unas vacaciones pasa de largo y sigue tu camino...

Director: Benjamin Renner, Patrick Imbert. **Duración:** 79 min. **Año:** 2017.

Contenidos:

- La empatía, su importancia en la relación con los demás.
- La amistad.
- La convivencia. La importancia del trabajo en equipo para conseguir objetivos comunes.
- El respeto por las creencias diferentes de los otros/as.
- La fuerza y el poder del amor.
- El miedo y la importancia de la confianza en uno mismo para enfrentarse a él.
- El sentido de la Navidad.
- Los estereotipos.

Público apropiado: todos los públicos.

Premios: ganadora del César 2018 a la Mejor Película de Animación y Premio Europa Junior (otorgado por el público infantil y juvenil) en el Festival de Sevilla.

Nota: esta programación puede ser cambiada si a lo largo del curso escolar surge alguna película de mayor interés.



PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SANA

ALUMNADO DE 6º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Finalidad

Proporcionar al alumnado los conocimientos y habilidades necesarias para llevar a cabo una alimentación saludable.

Objetivos

- Identificar los distintos elementos que incluye la dieta equilibrada: variedad de alimentos, frecuencia de consumo, tamaño de las raciones y número de comidas al día.
- Clasificar, según su función en el organismo, los distintos alimentos.
- Conocer la importancia que tiene la alimentación en nuestra salud.
- Sensibilizar sobre la importancia de reducir la ingesta de alimentos con exceso de grasas saturadas, azúcares o sal.
- Reflexionar sobre hábitos de alimentación incorrectos como el consumo de: bollería industrial, comida rápida, chucherías, helados, refrescos o bebidas energéticas.
- Identificar hábitos incorrectos frecuentes en esa edad como no desayunar o realizar un desayuno incompleto, rechazar alimentos sin haberlos probado, no consumir suficiente verdura, frutas, pescado...
- Sensibilizar en la importancia de leer, antes de comprar, el etiquetado. Desarrollar una actitud crítica frente a la publicidad.
- Desarrollar una actitud positiva hacia el consumo de productos frescos, locales y de temporada.
- Desarrollar una actitud positiva hacia la vida activa.
- Sensibilizar sobre la importancia de hábitos higiénico-sanitarios básicos como, lavarse las manos antes de las comidas o los dientes después de estas.

Contenidos

- Alimentación y nutrición: concepto, tipos de nutrientes, grupos de alimentos, necesidades en la adolescencia.
- Alimentación saludable: frecuencias de consumo de los diferentes grupos de alimentos, número de ingestas al día y tamaño de las raciones. La rueda de alimentos
- Los beneficios para la salud de la alimentación saludable y las consecuencias que puedan derivarse de una incorrecta alimentación.
- Consumo de alimentos naturales, frescos, locales y de temporada.
- Alimentación y sostenibilidad.
- Mitos y errores dietéticos.
- Chucherías, snack, refrescos, comida rápida, alimentos elaborados: composición nutritiva. Análisis y reflexión sobre su consumo.
- El etiquetado de los alimentos. Lectura crítica de la información nutricional y de los ingredientes: grasas, sal, azúcares...
- Las bebidas energéticas y sus riesgos para la salud.
- Promoción de actividad física.

Número de sesiones: 2

1ª sesión:

- Análisis y valoración del desayuno: *¿qué desayunamos?, ¿qué deberíamos desayunar?...*
- Exposición sobre los grupos de alimentos y sus funciones en el organismo. Dieta variada y equilibrada: necesidades nutritivas. Frecuencias recomendadas (diario, semanal, ocasional) en el consumo de alimentos.
- Alimentación y salud. Importancia de la actividad física diaria.
- Realización del juego interactivo “pasapalabra saludable”.
- Resolución de dudas y preguntas.



2ª sesión:

- Exposición sobre el etiquetado de alimentos: lectura de ingredientes e información nutricional, grasas, azúcares, sal...
- Cumplimentación del cuestionario interactivo para afianzar contenidos.
- Síntesis y conclusiones.

Documentación que se distribuye el alumnado

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/sal/stop_sal.pdf

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/azucar/def_Talonarios_AZUCAR.pdf

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/alimentos-frecuencias/alimentos-frecuencias.jpg>

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/consejos-generales/consejos-generales.jpg>

Profesionales: impartido por especialistas en Nutrición Humana y Dietética.

Evaluación: cuestionario, cumplimentado por el alumnado.

OPCIÓN A

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SANA. UNIDADES DE CRAS CON 10 o MÁS

ALUMNOS/AS (ENTRE 5º Y 6º DE EDUCACIÓN PRIMARIA)

Finalidad

Proporcionar al alumnado los conocimientos y habilidades necesarias para llevar a cabo una alimentación saludable.

Objetivos

- Identificar los distintos elementos que incluye la dieta equilibrada: variedad de alimentos, frecuencia de consumo, tamaño de las raciones y número de comidas al día.
- Clasificar, según su función en el organismo, los distintos alimentos.
- Conocer la importancia que tiene la alimentación en nuestra salud.
- Sensibilizar sobre la importancia de reducir la ingesta de alimentos con exceso de grasas saturadas, azúcares o sal.
- Reflexionar sobre hábitos de alimentación incorrectos como el consumo de: bollería industrial, comida rápida, chucherías, helados, refrescos o bebidas energéticas.
- Identificar hábitos incorrectos frecuentes en esa edad como no desayunar o realizar un desayuno incompleto, rechazar alimentos sin haberlos probado, no consumir suficiente verdura, frutas, pescado...
- Sensibilizar en la importancia de leer, antes de comprar, el etiquetado. Desarrollar una actitud crítica frente a la publicidad.
- Desarrollar una actitud positiva hacia el consumo de productos frescos, locales y de temporada.
- Desarrollar una actitud positiva hacia la vida activa.
- Sensibilizar sobre la importancia de hábitos higiénico-sanitarios básicos como, lavarse las manos antes de las comidas o los dientes después de estas.



Contenidos

- Alimentación y nutrición: concepto, tipos de nutrientes, grupos de alimentos, necesidades en la adolescencia.
- Alimentación saludable: frecuencias de consumo de los diferentes grupos de alimentos, número de ingestas al día y tamaño de las raciones. La rueda de alimentos.
- Los beneficios para la salud de la alimentación saludable y las consecuencias que puedan derivarse de una incorrecta alimentación.
- Consumo de alimentos naturales, frescos, locales y de temporada.
- Alimentación y sostenibilidad.
- Mitos y errores dietéticos.
- Chucherías, snack, refrescos, comida rápida, alimentos elaborados: composición nutritiva. Análisis y reflexión sobre su consumo.
- El etiquetado de los alimentos. Lectura crítica de la información nutricional y de los ingredientes: grasas, sal, azúcares...
- Las bebidas energéticas y sus riesgos para la salud.
- Promoción de la actividad física.

Número de sesiones: 2

1ª sesión:

- Análisis y valoración del desayuno: ¿qué desayunamos?, ¿qué deberíamos desayunar?...
- Exposición sobre los grupos de alimentos y sus funciones en el organismo. Dieta variada y equilibrada: necesidades nutritivas. Frecuencias recomendadas (diario, semanal, ocasional) en el consumo de alimentos.
- Alimentación y salud. Importancia de la actividad física diaria.
- Realización del juego interactivo “pasapalabra”.
- Resolución de dudas y preguntas.

2ª sesión:

- Exposición sobre el etiquetado de alimentos: lectura de ingredientes e información nutricional, grasas, azúcares, sal...
- Cumplimentación del cuestionario interactivo para afianzar contenidos.
- Síntesis y conclusiones.

Documentación que se distribuye el alumnado

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/sal/stop_sal.pdf

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/azucar/def_Talonarios_AZUCAR.pdf

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/alimentos-frecuencias/alimentos-frecuencias.jpg>

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/consejos-generales/consejos-generales.jpg>

Profesionales: impartidos por especialistas en Nutrición Humana y Dietética.

Evaluación: cuestionario, cumplimentado por el alumnado.



OPCIÓN B

PROGRAMA DE ALIMENTACIÓN SANA. UNIDADES DE CRAS CON MENOS DE 10 ALUMNOS/AS (ENTRE 5º Y 6º DE EDUCACIÓN PRIMARIA)

***Se proporciona el material de apoyo necesario para el profesorado**

Finalidad: proporcionar los conocimientos y habilidades necesarias para llevar a cabo una alimentación saludable.

Objetivos

- Identificar los distintos elementos que incluye la dieta equilibrada: variedad de alimentos, frecuencia de consumo, tamaño de las raciones y número de comidas al día.
- Clasificar, según su función en el organismo, los distintos alimentos.
- Conocer la importancia que tiene la alimentación en nuestra salud.
- Sensibilizar sobre la importancia de reducir la ingesta de alimentos con exceso de grasas saturadas, azúcares o sal.
- Reflexionar sobre hábitos de alimentación incorrectos como el consumo de: bollería industrial, comida rápida, chucherías, helados, refrescos o bebidas energéticas.
- Identificar hábitos incorrectos frecuentes en esa edad como no desayunar o realizar un desayuno incompleto, rechazar alimentos sin haberlos probado, no consumir suficiente verdura, frutas, pescado...
- Sensibilizar en la importancia de leer, antes de comprar, el etiquetado. Desarrollar una actitud crítica frente a la publicidad.
- Desarrollar una actitud positiva hacia el consumo de productos frescos, locales y de temporada.
- Desarrollar una actitud positiva hacia la vida activa.
- Sensibilizar sobre la importancia de hábitos higiénico-sanitarios básicos como, lavarse las manos antes de las comidas o los dientes después de estas.

Contenidos

- Alimentación y nutrición: concepto, tipos de nutrientes, grupos de alimentos, necesidades en la adolescencia.
- Alimentación saludable: frecuencias de consumo de los diferentes grupos de alimentos, número de ingestas al día y tamaño de las raciones. La rueda de alimentos.
- Los beneficios para la salud de la alimentación saludable y las consecuencias que puedan derivarse de una incorrecta alimentación.
- Consumo de alimentos naturales, frescos, locales y de temporada.
- Alimentación y sostenibilidad.
- Mitos y errores dietéticos.
- Chucherías, snack, refrescos, comida rápida, alimentos elaborados: composición nutritiva. Análisis y reflexión sobre su consumo.
- El etiquetado de los alimentos. Lectura crítica de la información nutricional y de los ingredientes: grasas, sal, azúcares...
- Las bebidas energéticas y sus riesgos para la salud.
- Promoción de la actividad física.

Material didáctico y actividades (se enviará una vez realizada la inscripción)

- **Presentación en PowerPoint.** Consta de tres bloques de contenidos y uno de repaso: funciones de los alimentos en nuestro organismo y frecuencias de consumo; alimentación y salud; el etiquetado de alimentos.
- **Actividad nº 1:** ficha para el registro de la dieta semanal. Registrar los alimentos que se ingieren a lo largo de una semana. Una vez finalizada es importante reflexionar con el alumnado sobre sus hábitos: piezas de fruta que tomamos al día y las que deberíamos consumir, raciones semanales de legumbres que tomamos y las que deberíamos consumir, raciones de pescado...



- **Actividad nº 2:** ficha sobre funciones de los alimentos y frecuencia de consumo. Se presenta un cuadro, con alimentos diversos, que hay que completar indicando la función que desempeñan en nuestro organismo, el consumo aconsejado y el grupo al que pertenecen de acuerdo a la rueda de alimentos.
- **Actividad nº 3:** ficha sobre alimentación. Contiene 3 actividades:
 - Se describe el menú de una semana: hay que buscar los errores.
 - Se presentan columnas de alimentos, en las que hay que identificar “*al intruso*” (el que no pertenece a la familia).
 - Análisis del etiquetado de los productos alimenticios.
- **Actividad nº 4:** ficha con sopa de letras (dos, de distinta dificultad): ambas contienen hortalizas/verduras y frutas; además de buscarlas, pueden clasificarlas según la estación en que se consumen; las que más gustan, las que menos; formas de cocinarlas; recordar lo que nos aportan, así como las raciones que tenemos que consumir.

Profesionales: profesorado de cada centro.

Evaluación: cuestionario inicial y final, a cumplimentar por el alumnado.

Documentación para el alumnado

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/sal/stop_sal.pdf

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/azucar/def_Talonarios_AZUCAR.pdf

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/alimentos-frecuencias/alimentos-frecuencias.jpg>

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/consejos-generales/consejos-generales.jpg>

Documentación para el profesorado

<https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/recetas/publicaciones/cocina-sana-peques-familia.pdf>

https://www.riojasalud.es/files/content/ciudadanos/escuela-salud/cuida-tu-salud/alimentacion/alimentacion-4-12/habitos_alimentarios-4-12.pdf



PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD AFECTIVO SEXUAL

ALUMNADO DE 6º DE EDUCACIÓN PRIMARIA

Finalidad

Empoderar al alumnado para promover su salud, bienestar y dignidad.

Objetivos

- Identificar los cambios que se experimentan en la pubertad.
- Desarrollar una actitud crítica respecto a los estereotipos de género.
- Clarificar el concepto de sexualidad en el marco de la educación integral en sexualidad¹.
- Desarrollar una actitud positiva respecto a los valores del respeto, igualdad, empatía, y responsabilidad.
- Promover la igualdad de género y el respeto a la diversidad en relación con la orientación sexual.
- Adquirir los conocimientos y habilidades para hacer frente a los distintos tipos de violencia, incluido el abuso sexual. Ser capaz de pedir ayuda.
- Desarrollar las competencias necesarias para hacer un uso responsable y sin riesgo de las tecnologías de la información y comunicación y reflexionar sobre las relaciones personales y las nuevas tecnologías.

Número de sesiones: 2

1ª Sesión: pubertad: cambios corporales y psicológicos. ¿Qué es la sexualidad?

Contenidos:

- Pubertad: conocimiento de nuestro cuerpo, anatomía y fisiología masculina y femenina. Sexo y género. Cambios corporales y emocionales.
- La imagen corporal; cánones de belleza en los distintos medios (publicidad, redes sociales ...). Relativizar el concepto de belleza física.
- Vocabulario básico de sexualidad. Actitud crítica frente al lenguaje sexista y soez.
- Concepto de sexualidad y elementos que incluye: conocimiento del cuerpo y nuestra relación con él, vínculos afectivos y amor, sexo; identidad de género, orientación sexual, placer, reproducción.

2ª Sesión: respeto, igualdad y estereotipos de género. Prevención de la violencia.

Contenidos:

- La importancia de los valores del respeto, la tolerancia y la igualdad en nuestras relaciones con los demás.
- Los estereotipos de género; qué son, su influencia.
- Importancia de desarrollar empatía en nuestras relaciones sociales: compañeros/as, amigos y amigas...
- La influencia y el uso crítico y responsable de los medios y las redes de comunicación. El respeto a la intimidad.
- Conocimientos y habilidades para hacer frente a los distintos tipos de violencia, incluido el abuso sexual. Ser capaz de pedir ayuda.

Metodología

- Lluvia de ideas.
- Exposiciones. Formulación de preguntas por parte del alumnado. Aclaración de dudas.
- Proyección de videos. Análisis y reflexión en gran grupo.
- Síntesis y conclusiones finales.

¹ Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad. Un enfoque basado en la evidencia. Edición revisada. 2018. UNESCO, ONU Mujeres, ONUSIDA, OMS, UNFPA, UNICEF. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>



Profesionales: impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología y/o Pedagogía.

Evaluación: cuestionario, cumplimentado por el alumnado.

Notas:

- Una vez realizada la inscripción se les remitirán las fechas de intervención.
- La intervención en 6º de EP se inserta dentro del programa de educación para la salud afectivo-sexual dirigido al alumnado de Educación Secundaria (4 sesiones) que, a partir de la incorporación de las dos sesiones se denominaría “Programa de educación para la salud afectivo-sexual dirigido al alumnado de 6º de Educación Primaria, Educación Secundaria y 1º FP”.

PROGRAMACIÓN. CENTROS DE PRIMARIA DE LOGROÑO

Curso 2023-2024

CENTRO	FECHAS ALIMENTACIÓN SANA	FECHAS AFECTIVO-SEXUAL. Una vez recibida la inscripción.
C.E.I.P. Ana María Matute	Del 16 al 20 de octubre de 2023	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 12 99 y 941 29 19 79
C.E.I.P. Bretón de los Herreros	Del 11 al 15 de diciembre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Caballero de la Rosa	Del 27 al 31 de mayo de 2024	Ídem
C.E.I.P. Doctor Castroviejo	Del 23 al 27 de octubre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Duquesa de la Victoria	Del 6 al 10 de mayo de 2024	Ídem
C.E.I.P. El Arco	Del 6 al 10 de noviembre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Escultor Vicente Ochoa	Del 5 al 9 de febrero de 2024	Ídem
C.E.I.P. General Espartero	Del 3 al 7 de junio de 2024	Ídem
C.E.I.P. Gonzalo de Berceo	Del 8 al 12 de enero de 2024	Ídem
C.E.I.P. La Guindalera	Del 4 al 8 de marzo de 2024	Ídem
C.E.I.P. Las Gaunas	Del 13 al 17 de noviembre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Madre de Dios	Del 20 al 24 de noviembre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Milenario de la Lengua Castellana	Del 15 al 19 de abril de 2024	Ídem
C.E.I.P. Navarrete el Mudo	Del 26 de febrero al 1 de marzo de 2024	Ídem
C.E.I.P. Obispo Blanco Nájera	Del 20 al 24 de mayo de 2024	Ídem
C.E.I.P. San Pío X	Del 23 al 27 de octubre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Siete Infantes de Lara	Del 6 al 10 de noviembre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Varía	Del 18 al 22 de diciembre de 2023	Ídem
C.E.I.P. Vélez de Guevara	Del 29 de enero al 2 de febrero de 2024	Ídem
C.E.I.P. Vuelo Madrid-Manila	Del 29 de abril al 3 de marzo de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. Alcaste	Del 6 al 10 de noviembre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Compañía de María	Del 16 al 20 de octubre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Divino Maestro	Del 13 al 17 de mayo de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. Escuelas Pías (Escolapios)	Del 18 al 22 de marzo de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. Inmaculado Corazón de María	Del 12 al 16 de febrero de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. Salesianos Los Boscos	Del 30 de octubre al 3 de noviembre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Ntra. Sra. del Buen Consejo	Del 29 de enero al 2 de febrero de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. Paula Montal	Del 30 de octubre al 3 de noviembre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Purísima Concepción y Sta. M ^a Micaela (Adoratrices)	Del 13 al 17 de noviembre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Rey Pastor	Del 16 al 20 de octubre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Sagrado Corazón (Jesuitas)	Del 27 de noviembre al 1 de diciembre de 2023	Ídem
C.P.E.I.P.S. Salesianos Domingo Savio	Del 15 al 19 de enero de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. San José (Maristas)	Del 19 al 23 de febrero de 2024	Ídem
C.P.E.I.P.S. Santa María (Marianistas)	Del 11 al 15 de marzo de 2024	Ídem

NOTA: Las fechas que se proponen para las intervenciones pueden modificarse indicándolo en la ficha de inscripción (observaciones), también por correo electrónico educacion.salud@larioja.org, o llamando al teléfono 941 29 12 99, Sección de Educación para la Salud.



PROGRAMACIÓN. CENTROS PROVINCIA

Curso 2023-2024

CENTRO	FECHAS ALIMENTACIÓN SANA	FECHAS AFECTIVO-SEXUAL. Una vez recibida la inscripción.
AGONCILLO. - C.R.A. Las cuatro villas	Del 22 al 26 de enero de 2024	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 12 99 y 941 29 19 79
ALBELDA.- C.E.I.P. San Prudencio	Del 8 al 12 de enero de 2024	Ídem
ALBERITE.- C.E.I.P. D ^a Avelina Cortázar	Del 20 al 24 de noviembre de 2023	Ídem
ALDEANUEVA DE EBRO.- C.E.I.P. Miguel Ángel Sainz	Del 27 de noviembre al 1 de diciembre de 2023	Ídem
ALFARO.- C.E.I.P. Obispo Ezequiel Moreno	Del 15 al 19 de abril de 2024	Ídem
ALFARO.- C.P.E.I.P.S. Amor Misericordioso	Del 15 al 19 de enero de 2024	Ídem
ALFARO. - C.P.E.I.P.S. La Salle- El Pilar	Del 5 al 9 de febrero de 2024	Ídem
ARNEDILLO.- C.R.A. Alto Cidacos	Del 26 de febrero al 1 de marzo de 2024	Ídem
ARNEDO.- C.E.I.P. Antonio Delgado Calvete	Del 25 al 27 de marzo de 2024	Ídem
ARNEDO. - C.E.I.P. La Estación	Del 11 al 15 de marzo de 2024	Ídem
ARNEDO.- C.P.E.I.P.S. Sagrado Corazón de Jesús	Del 29 de abril al 3 de mayo 2024	Ídem
AUSEJO.- C.R.A. Vista la Hez	Del 8 al 12 de abril de 2024	Ídem
AUTOL.- C.E.O. Villa de Autol	Del 11 al 15 de diciembre de 2023	Ídem
BADARÁN.- C.R.A. Entrevalles	Del 20 al 24 de noviembre de 2023	Ídem
BAÑOS DE RÍO TOBÍA.- C.E.I.P. San Pelayo	Del 6 al 10 de mayo de 2024	Ídem
CALAHORRA.- C.E.I.P. Angel Oliván	Del 6 al 10 de noviembre de 2023	Ídem
CALAHORRA.- C.E.I.P. Aurelio Prudencio	Del 4 al 5 de diciembre de 2023	Ídem
CALAHORRA.- C.E.I.P. Quintiliano	Del 12 al 16 de febrero de 2024	Ídem
CALAHORRA.- C.P.E.I.P. La Milagrosa	Del 13 al 17 de noviembre de 2023	Ídem
CALAHORRA.- C.P.E.I.P. San Andrés	Del 19 al 23 de febrero de 2024	Ídem
CALAHORRA.- C.P.E.I.P.S. San Agustín	Del 18 al 22 de marzo de 2024	Ídem
CALAHORRA.- C.P.E.I.P.S. Santa Teresa	Del 11 al 15 de marzo de 2024	Ídem
CASALARREINA.- C.E.I.P. Casalarreina	Del 22 al 26 de abril de 2024	Ídem
CASTAÑARES DE RIOJA.- C.R.A. Valle Oja-Tirón	Del 13 al 17 de mayo de 2024	Ídem
CENICERO.- C.E.I.P. Gregoria Artacho	Del 3 al 7 de junio de 2024	Ídem
CERVERA DEL RÍO ALHAMA.- C.R.A. Alhama	Del 27 al 31 de mayo de 2024	Ídem
EZCARAY.-C.E.I.P. San Lorenzo	Del 20 al 24 de mayo de 2024	Ídem
FUENMAYOR.- C.E.I.P. Cervantes	Del 11 al 14 de junio de 2024	Ídem
HARO.- C.E.I.P. Ntra. Sra. de la Vega	Del 18 al 22 de marzo de 2024	Ídem
HARO.- C.E.I.P. San Felices de Bilibio	Del 22 al 26 de enero de 2024	Ídem
HARO.- C.P.E.I.P.S. Sagrado Corazón	Del 19 al 23 de febrero de 2024	Ídem
IGEA.- C.R.A. Valle del Linares	Del 22 al 26 de abril de 2024	Ídem
LARDERO.- C.E.I.P. Eduardo González Gallarza	Del 8 al 12 de abril de 2024	Ídem
LARDERO.- C.E.I.P. Villa Patro	Del 8 al 12 de enero de 2024	Ídem
MURILLO RÍO LEZA.-C.E.I.P. D. Etadio del Campo Iñíguez	Del 13 al 17 de mayo de 2024	Ídem
NÁJERA.- C.E.I.P. San Fernando	Del 27 al 31 de mayo de 2024	Ídem
NÁJERA.- C.E.I.P. Sancho III el Mayor	Del 20 al 24 de mayo de 2024	Ídem
NÁJERA.- C.P.E.I.P.S. Ntra. Sra. de la Piedad	Del 4 al 8 de marzo de 2024	Ídem
NALDA.- C.R.A. Moncalvillo	Del 12 al 16 de febrero de 2024	Ídem
NAVARRETE.- C.E.I.P. Ntra. Sra. del Sagrario	Del 4 al 8 de marzo de 2024	Ídem
PRADEJÓN.- C.E.I.P. José Ortega Valderrama	Del 15 al 19 de abril de 2024	Ídem



CENTRO	FECHAS ALIMENTACIÓN SANA	FECHAS AFECTIVO-SEXUAL. Una vez recibida la inscripción.
QUEL.- C.E.I.P. Sáenz de Tejada	Del 22 al 26 de enero de 2024	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 12 99 y 941 29 19 79
RINCÓN DE SOTO.- C.E.I.P. Eduardo González Gallarza	Del 27 de noviembre al 1 de diciembre de 2023	Ídem
SAN VICENTE DE LA SONSIERRA.- C.R.A. Entreviñas	Del 11 al 14 de junio de 2024	Ídem
SANTO DOMINGO DE LA CALZADA.- C.E.I.P. Beato Jerónimo Hermosilla	Del 15 al 19 de abril de 2024	Ídem
SANTO DOMINGO DE LA CALZADA.- C.P.E.I.P. Sagrados Corazones	Del 15 al 19 de enero de 2024	Ídem
TORRECILLA EN CAMEROS.- C.R.A. Cameros Nuevo	Del 3 al 7 de junio de 2024	Ídem
URUÑUELA.-C.R.A. Cuenca del Najerilla	Del 8 al 12 de enero de 2024	Ídem
VILLAMEDIANA DE IREGUA.- C.E.I.P. Gonzalo de Berceo	Del 5 al 9 de febrero de 2024	Ídem

NOTA: Las fechas que se proponen para las intervenciones pueden modificarse indicándolo en la ficha de inscripción (observaciones), también por correo electrónico educacion.salud@larioja.org, o llamando al teléfono 941 29 12 99. Sección de Educación para la Salud



EDUCACIÓN SECUNDARIA, FORMACIÓN PROFESIONAL Y BACHILLERATO



CUADRO RESUMEN
PROGRAMAS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD Y PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS.
ALUMNADO DE ESO, FP Y BACHILLERATO

Programas	Cursos y sesiones
Educación y prevención <u>universal</u> del consumo de drogas:	<p>1º ESO 1ª Problemas de salud y consumo de tabaco. Presión de grupo. 2ª Problemas de salud y consumo de alcohol. Motivaciones de Inicio en el consumo.</p> <p>2º ESO 3ª Presión de grupo y consumo intensivo de alcohol (Binge drinking). Intoxicación aguda de alcohol. Toma de decisiones. 4ª Riesgos para la salud derivados del mal uso de las tecnologías de la información y comunicación.</p> <p>3º ESO 5ª problemas de salud derivados del consumo de cannabis. Tópicos y mitos. Presión de grupo</p> <p>4º ESO 6ª problemas de salud derivados del consumo de drogas de síntesis. Percepción de riesgo y vulnerabilidad personal...</p> <p>1º Bach/1º CFGM: 7ª problemas de salud derivados del consumo de cocaína. En 1º FPB: 2 sesiones que coinciden con las de 4º de ESO y 1º Bachillerato/CFGM.</p>
Prevención <u>selectiva e indicada</u> del consumo de drogas	<p>Prevención selectiva (1º FPB) 1ª sesión-Sesión introductoria 2ª sesión-Gestión emocional 3ª sesión-Interacción social 4ª sesión-Alcohol y bebidas energéticas 5ª sesión-Cannabis, CBD, vapeadores. Tabaco 6ª sesión-Bienestar emocional y psicofármacos 7ª sesión-Estrategias cognitivas 8ª sesión-Ocio y tiempo libre I: redes sociales y uso del móvil 9ª sesión-Ocio y tiempo libre II: Juegos de azar con dinero real/videojuegos 10ª sesión-Drogas de síntesis y otras</p> <p>Prevención indicada (1º FPB) Aquellos casos en los que se detecte en un alumno/a un consumo de drogas o una posible adicción comportamental será derivado/a al programa de prevención indicada (plan individualizado con el alumno/a y familia)</p>
Educación para la salud afectivo-sexual:	<p>1º ESO: pubertad y adolescencia. Autoestima e imagen corporal. 2º ESO: actitudes y dimensiones de la sexualidad humana 3º ESO: prevención de riesgos asociados a la sexualidad. Métodos anticonceptivos. Toma de decisiones. 4º ESO: medidas preventivas frente a las infecciones de transmisión sexual, infecciones de transmisión sexual. Toma de decisiones. 1º FPB: se desarrollará 2 sesiones que coinciden con los contenidos impartidos en de 3º y 4º de ESO</p>
Promoción de la salud, desarrollo personal y social a través del visionado películas	<p>4º ESO y 1º FPB: a lo largo del curso, visionado en el aula y posterior trabajo de los contenidos de tres películas, una en cada trimestre.</p>



PROGRAMA DE EDUCACIÓN Y PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE TABACO, ALCOHOL Y OTROS TRASTORNOS DERIVADOS DEL MAL USO DE LAS TIC. ALUMNADO DE 1º y 2º ESO.

Finalidad

- La abstinencia y/o retraso en la edad de inicio de consumo de tabaco y alcohol.
- Reducción de riesgos asociados al consumo.

Objetivos

- Saber que el tabaco y el alcohol pueden crear dependencia y tolerancia en las personas consumidoras.
- Conocer las consecuencias para la salud derivadas del consumo de tabaco y alcohol.
- Desarrollar capacidades y habilidades que les posibilite resistir la presión grupal y les permita tomar decisiones responsables y coherentes con el valor salud.
- Promover una actitud positiva y de respeto hacia las personas no consumidoras.
- Desmitificar tópicos e ideas erróneas sobre el consumo de tabaco y alcohol.
- Conocer los riesgos para la salud derivados de los cigarrillos electrónicos, vapeo, pipa de agua,
- Identificar los riesgos para la salud derivados del mal uso de las tecnologías de la información y comunicación.
- Valorar positivamente la salud.
- Facilitar información sobre los recursos asistenciales.

1º ESO (2 sesiones)

1ª Sesión: problemas de salud y consumo de tabaco. Presión de grupo.

Contenidos

- Componentes del humo de tabaco: nicotina, alquitrán, monóxido de carbono, irritantes.
- El proceso de la dependencia: probar-fumar ocasionalmente-periódicamente-diariamente. Tolerancia. Síndrome de abstinencia.
- Riesgos del consumo experimental.
- Problemas de salud derivados del consumo de tabaco: enfermedades respiratorias, cardiovasculares y algunos tipos de cáncer.
- Fumador pasivo
- Embarazo y tabaco
- Nuevas formas de consumo de tabaco y sus riesgos (vapeo, cigarrillo electrónico, pipa de agua)
- Motivaciones en el inicio de consumo: la importancia de la presión grupal y desarrollo de habilidades para afrontarla.
- Respeto de las opiniones y decisiones de los otros. Valoración positiva de las personas que no fuman.

Metodología

- Lluvia de ideas (1): ¿Cómo afecta el tabaco a nuestro organismo? Aportaciones del profesional.
- Se exponen los contenidos indicados en el apartado anterior intercalándolos con distintos videos que refuerzan y/o aportan información, invitando a hacer pensar y reflexionar al alumnado, que participa formulando preguntas y expresando sus opiniones.
- Lluvia de ideas (2): ¿por qué se empieza a fumar? A partir de las aportaciones del alumnado, el profesional explica las motivaciones de inicio, reflexionado sobre la presión grupal.
- Lluvia de ideas (3): ¿cómo podemos decir no? Aportaciones del alumnado, posteriormente el profesional señala distintas formas de negarse al consumo de tabaco.
- Síntesis y conclusiones finales.



2ª Sesión: problemas de salud y consumo de alcohol. Motivaciones de inicio.

Contenidos

- El consumo de alcohol: sus efectos sobre la salud y consecuencias a corto y largo plazo.
- Dependencia y tolerancia.
- Riesgos para salud derivados del consumo de alcohol en menores. La vulnerabilidad personal.
- Valoración positiva de las personas que no consumen alcohol.
- Consumo de riesgo en hombres y mujeres (adultos). No existe un nivel 0 de riesgo.
- Situaciones en las que no se debe consumir nada de alcohol: conducción de vehículos, manejo de maquinaria, embarazo y lactancia, menores de 18 años, personas que estén enfermas, cuando se está tomando medicación y cuando se trabaja o estudia.
- Reducción de riesgos.
- Motivaciones de inicio en el consumo: presión social y grupal, baja percepción de riesgo.

Metodología

- Lluvia de ideas (1): ¿cómo afecta el consumo de alcohol al organismo? ¿Qué riesgos tiene su consumo?
- Exposición: se explican los contenidos indicados en el apartado anterior intercalándolos con distintos videos que refuerzan, aportan información, invitan a reflexionar.... El alumnado participa a través de preguntas y mediante sus opiniones.
- Lluvia de ideas (2). ¿qué opciones existen cuando nos ofrecen alcohol? Posteriormente se elabora/ visualiza un mapa cognitivo sobre la presión grupal; se aportan cifras que refuerzan el mensaje “no todo el mundo bebe” (Campaña Gobierno de La Rioja).
- Síntesis y conclusiones finales.

2º ESO (2 sesiones)

3ª Sesión: presión de grupo y consumo intensivo de alcohol (Binge drinking). Intoxicación aguda por alcohol. Toma de decisiones.

Contenidos

- Problemas de salud derivados del consumo de alcohol (refuerzo/ampliación de los aspectos trabajados en 1º ESO).
- (Binge drinking). Intoxicación alcohólica: riesgos para la salud. Coma etílico.
- Recomendaciones ante una intoxicación aguda alcohólica.
- Reducción de riesgos respecto al consumo de alcohol.
- Presión de grupo. Responsabilidad y toma de decisiones.
- La percepción del riesgo. La vulnerabilidad personal.

Metodología

- Exposición: problemas de salud derivados del consumo de alcohol. Consumo intensivo de alcohol/ binge drinking. Reducción de riesgos. Coma etílico. El alumnado participa a través de las preguntas que realiza y mediante la expresión sus opiniones.
- Proyección y reflexión de secuencias de la película “Historias del Kronnen”.
- Proyección y reflexión de un vídeo sobre accidentes de tráfico.
- Síntesis y conclusiones.



4ª Sesión: Riesgos para la salud derivados del mal uso de las tecnologías de la información y comunicación.

Contenidos

- Aspectos positivos de las tecnologías, y riesgos para la salud derivados de su uso inadecuado.
- Riesgos del mal uso: contenido pornográfico, violencia, sexting, Grooming, ciberacoso, Deep Web, Free to Play-Pay to win.
- Los trastorno por juego, trastorno por videojuego, uso compulsivo de internet.
- Pautas de “higiene digital”.
- Recursos donde se puede solicitar ayuda.

Metodología

- Lluvia de ideas sobre los aspectos positivos y los riesgos de las Tic.
- Exposición: se explican los contenidos indicados en el apartado anterior intercalándolos con distintos videos que refuerzan, aportan información, invitan a reflexionar... El alumnado participa a través de preguntas y expresando sus opiniones.
- Síntesis y conclusiones finales.

Profesionales: impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología y/o Pedagogía.

Evaluación: cuestionario, a cumplimentar por el alumnado.



SESIÓN DE EDUCACIÓN Y PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE CANNABIS. PROBLEMAS DE SALUD DERIVADOS DE SU CONSUMO. TÓPICOS Y MITOS. PRESIÓN DE GRUPO. ALUMNADO DE 3º ESO

Finalidad

- La abstinencia y/o retraso en la edad de inicio del consumo de cannabis.
- Reducción de riesgos asociados al consumo.

Objetivos

- Identificar los problemas de salud derivados del consumo de cannabis.
- Desmitificar tópicos e ideas erróneas sobre el consumo de cannabis y otras drogas.
- Desarrollar capacidades y habilidades posibilite al alumnado tomar decisiones responsables y coherentes con el valor salud.
- Reflexionar sobre la vulnerabilidad personal: personalizar el riesgo.
- Valorar positivamente la salud.
- Valorar positivamente las normativas promotoras de salud.
- Desarrollar una actitud positiva y de respeto hacia las personas no consumidoras.
- Conocer pautas de actuación para minimizar los riesgos asociados al consumo de drogas.
- Conocer la responsabilidad legal sobre consumo y tenencia de cannabis.
- Proporcionar información sobre los recursos asistenciales existentes en La Rioja.

Contenidos

- Problemas de salud que pueden derivarse del consumo de cannabis. Conducción y consumo de esta sustancia.
- La vulnerabilidad personal y el consumo de drogas
- Tópicos y creencias: “todo el mundo lo consume”, “por probar una sola vez, no te va a pasar nada”, “es inocua porque es una planta”, “yo controlo” ...
- Riesgos del consumo experimental y del policonsumo.
- Presión grupal y social.
- Valoración positiva de la salud y de las personas no consumidoras.
- Tenencia de cannabis: responsabilidad legal.
- Recursos asistenciales en nuestra Comunidad Autónoma.

Metodología

- Lluvia de ideas: ¿Qué es el cannabis? ¿Cuáles son los problemas de salud que ocasiona? El profesor/a organiza las aportaciones del alumnado, clarifica y aporta nueva información.
- Proyección de 2 videos sobre los efectos y problemas de salud derivados del consumo de cannabis.
- Exposición y reflexión sobre: vulnerabilidad personal, riesgos del consumo experimental, presión grupal, reducción de riesgos.
- Proyección de un vídeo que aborda el consumo de cannabis y episodios de ansiedad.
- Resolución de dudas y preguntas.
- Síntesis y conclusiones finales.

Profesionales: impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología y/o Pedagogía.

Evaluación: cuestionario, cumplimentado por el alumnado.



SESIÓN DE EDUCACIÓN Y PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE DROGAS DE SÍNTESIS: PROBLEMAS DE SALUD DERIVADOS DE SU CONSUMO. ALUMNADO DE 4º ESO Y 1º FPB

Finalidad

- La abstinencia y/o retraso en la edad de inicio del consumo de drogas de síntesis.
- Reducción de riesgos asociados al consumo.

Objetivos

- Identificar los problemas de salud derivados del consumo de drogas de síntesis.
- Desarrollar capacidades y habilidades, que posibilite, al alumnado, tomar decisiones responsables y coherentes con el valor salud.
- Desarrollar una actitud positiva y de respeto hacia las personas no consumidoras.
- Corregir ideas y creencias erróneas respecto al consumo de drogas.
- Conocer riesgos del consumo experimental y del policonsumo.
- Reflexionar sobre nuestras conductas y su relación con nuestra salud.
- Valorar positivamente la salud.
- Reflexionar sobre la percepción de riesgo y la vulnerabilidad personal.
- Conocer pautas de actuación para minimizar los riesgos asociados al consumo de drogas.

Contenidos

- Drogas de síntesis, concepto y características.
- Dependencia y tolerancia.
- Problemas de salud que pueden derivarse del consumo de drogas de síntesis y otras (anfetaminas, alucinógenos, ketamina, spice...)
- La percepción de riesgo. La vulnerabilidad personal.
- Riesgos del consumo experimental.
- Pautas de actuación para minimizar riesgos asociados al consumo de drogas.
- Nuestras conductas y su relación con nuestra salud y la de la comunidad.
- Tópicos y mitos sobre el consumo de drogas: “por probar una sola vez, no te va a pasar nada”, “son seguras”, “en las fiestas las consumen todo el mundo”, “yo controlo”...
- Valoración positiva de la salud.
- Toma de decisiones ante la oferta de drogas. Actitud crítica.
- Recursos asistenciales en nuestra Comunidad Autónoma.

Metodología

- Lluvia de ideas sobre drogas de síntesis.
- Exposición: problemas de salud derivados del consumo de drogas, medidas para la reducción de riesgos.
- Análisis-reflexión, en gran grupo, de dos supuestos / casos (golpe de calor, sumisión química).
- Reflexión sobre la presión grupal a partir de la elaboración de un mapa cognitivo sobre la misma.
- Resolución de dudas y preguntas.
- Síntesis y conclusiones finales.

Profesionales: impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología y/o Pedagogía.

Evaluación: cuestionario, cumplimentado por el alumnado.



SESIÓN DE EDUCACIÓN Y PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE COCAÍNA: PROBLEMAS DE SALUD DERIVADOS DE SU CONSUMO. ALUMNADO DE 1º BACHILLERATO, 1º CFGM y 1º FPB

Finalidad

- La abstinencia y/o retraso en la edad de inicio del consumo de cocaína.
- Reducción de riesgos asociados al consumo.

Objetivos

- Conocer los problemas de salud y sociales derivados del consumo de cocaína.
- Comprender los riesgos derivados del consumo experimental y el policonsumo.
- Identificar los cambios que se producen en el cerebro como consecuencia del consumo de drogas.
- Desarrollar capacidades y habilidades que les posibilite tomar decisiones responsables y coherentes con la salud.
- Desarrollar una actitud positiva y de respeto hacia las personas no consumidoras.
- Corregir ideas y creencias erróneas con relación al consumo de drogas.
- Conocer pautas de actuación para minimizar los riesgos asociados al consumo de drogas.

Contenidos

- Problemas de salud derivados del consumo de cocaína: cardiovasculares, neurológicos, psiquiátricos, ...
- Dependencia y tolerancia. Tópicos y mitos: “por probar una vez no pasa nada”. Vulnerabilidad personal.
- Riesgos del consumo experimental y del policonsumo. Consumo de cocaína y alcohol.
- Actitud crítica respecto al consumo de cocaína.
- Oferta de drogas y toma de decisiones. Presión del entorno.
- Respeto y valoración positiva de las personas no consumidoras.
- Reducción de riesgos.
- Nuestras conductas y su relación con nuestra salud.
- Recursos asistenciales sobre drogodependencias existentes en nuestra Comunidad Autónoma.

Metodología

- Lluvia de ideas sobre la cocaína: ¿qué es?, ¿cómo afecta a la salud de quién consume?, ¿por qué se consume?
- Se exponen los contenidos indicados en el apartado anterior, intercalándolos con distintos videos que refuerzan y/o aportan información, invitan a hacer pensar/reflexiona al alumnado, que participa formulando preguntas y expresando sus opiniones.
- Resolución de dudas y preguntas.
- Recursos asistenciales.
- Síntesis y conclusiones finales.

Profesionales: impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología y/o Pedagogía.

Evaluación: cuestionario, cumplimentado por el alumnado.



PROGRAMA DE PREVENCIÓN SELECTIVA E INDICADA DEL CONSUMO DE DROGAS. ALUMNADO DE 1º FPB

Finalidad

Prevenir y/o reducir el consumo de drogas y otras conductas adictivas, así como minimizar los riesgos y detener la progresión del abuso de sustancias y otros comportamientos adictivos.

Objetivos específicos prevención selectiva

- Identificar los consumos de drogas y otras adicciones en el alumnado receptor del programa.
- Desarrollar intervenciones grupales abordando: gestión emocional, estrategias cognitivas, interacción social, ocio y tiempo libre e información sobre drogas y comportamientos adictivos.
- Intervenir a nivel individual y grupal, ante situaciones problemáticas utilizando estrategias de acompañamiento, búsqueda de recursos, escucha, orientación, información...
- Informar a las familias del programa que se está llevando a cabo con sus hijos e hijas, ofertándoles una formación mínima para ayudarles a reducir los factores de riesgo y fortalecer los factores de protección.
- Derivar al alumnado que lo precise a otros recursos (asistenciales, programa de prevención indicada, ...)

Metodología

El método de aplicación del Programa de Prevención consiste en la impartición de 10 sesiones, por el personal técnico de Proyecto Hombre, en las aulas de los distintos centros escolares. Persiguiendo crear un rol diferenciado y profesional al del tutor, con el que los alumnos puedan hablar libremente.

Intervención grupal con el alumnado

Número de sesiones: 10 sesiones.

1ª Sesión: Sesión introductoria.

Desarrollo de dinámicas grupales con los siguientes objetivos:

- Conocer el perfil general del grupo de alumnos en el que se implementa el programa.
- Generar un clima de cohesión y confianza entre los miembros del grupo.
- Conocer el perfil del alumnado en consumo de drogas y otros comportamientos potencialmente adictivos del grupo.

2ª Sesión: Gestión emocional.

Identificación y reconocimiento de las emociones, métodos para gestionar las emociones de forma saludable, identificación de cualidades personales para la mejora de la autoestima y conocer estrategias de actuación ante la ira.

3ª Sesión: Interacción social.

Conocer habilidades implicadas en la interacción social, reconocer el proceso de la comunicación, identificar las barreras que dificultan el proceso de comunicación e identificación de roles y pautas de actuación en situaciones de violencia.

4ª Sesión: Alcohol y bebidas energéticas.

Mitos y realidades sobre el consumo de alcohol, información básica del alcohol, factores que influyen sobre los efectos del alcohol, efectos del alcohol según los gramos/litro de alcohol en sangre, efectos y riesgos de mezclar alcohol y bebidas energéticas. Información sobre la resaca y peligros del alcohol en adolescentes.; Botellón, Binge drinking. Consecuencias del consumo de alcohol: agresiones sexuales en grupo, accidentes de tráfico; los riesgos del ocio nocturno (sumisión química).



5ª Sesión: Cannabis, CBD, vapeadores. Tabaco.

Mitos y realidades sobre el cannabis, CBD y vapeadores. Información básica sobre el THC y la nicotina y cómo generan adicción. Efectos y consecuencias para la salud derivados del consumo de estas drogas.

6ª Sesión: Bienestar emocional y psicofármacos.

Riesgos para la salud derivados del consumo de psicofármacos sin receta médica. Estrategias para promover el bienestar emocional. Pautas para la gestión del malestar emocional. El consumo de drogas incrementa el riesgo de sufrir trastornos y enfermedades mentales.

7ª Sesión: Estrategias cognitivas.

Conocer los procesos cognitivos implicados en el análisis de la realidad, conocer las características de los estilos atribucionales y reflexionar sobre el propio. Reconocer que las actuaciones tienen consecuencias inmediatas y demoradas, conocer los factores implicados en el proceso de toma de decisiones y entrenar el control inhibitorio.

8ª Sesión: Ocio y tiempo libre I: redes sociales y uso del móvil.

Optimizar la gestión que realizan las personas del ocio y tiempo libre. Conocer los recursos activos de ocio y tiempo libre de cada entorno. Reflexión sobre un uso saludable del Smartphone, identificación de las armas que emplean las redes sociales para retenernos, pautas recomendables de uso y pautas de actuación ante el cyberbullying.

9ª Sesión: Ocio y tiempo libre II: Juegos de azar con dinero real/videojuegos.

- Juegos de azar con dinero real: Herramientas de las empresas de apuestas para captar y/o “enganchar” usuarios. Apuestas deportivas. Cómo se genera la adicción al juego en el cerebro, fases y síntomas del juego patológico.
 - Videojuegos: Herramientas que emplean las empresas para retenernos el mayor tiempo posible, riesgos de un uso abusivo. Trastorno por uso de videojuegos.
- Pautas para fomentar un uso saludable de los videojuegos, beneficios de un uso adecuado.

10ª Sesión: Drogas de síntesis y otras.

Problemas de salud derivados del consumo de drogas de síntesis y otras. Riesgos del consumo experimental. Pautas para la reducción de riesgos. Policonsumo.

Intervención grupal con las familias y/o tutores legales

Número de sesiones: 4 sesiones

1ª Sesión: Universo adolescente, pautas y competencias parentales.

- Características propias de la adolescencia.
- Pautas comunicativas que ayudan a la convivencia en casa.
- Herramientas de comunicación y negociación con los adolescentes.

2ª Sesión: Adicciones con sustancia (Alcohol, cannabis y tabaco).

- Información sobre las diferentes drogas que habitualmente son más consumidas por los jóvenes.
- Pautas para detectar signos de alarma para poder actuar.
- Herramientas de gestión para cada droga específica.

3ª Sesión: Juegos de azar con dinero real.

- Información sobre los modelos y tipos de juego de azar con dinero real más usados por la población joven española.
- Pautas parentales para la detección y gestión de estas conductas en el hogar.



4ª Sesión: Nuevas tecnologías (Videojuegos, ordenador y móvil).

- Gestión de nuevas tecnologías en casa para fomentar un uso saludable, centrandó la atención en el uso del ordenador, los videojuegos y el aparato móvil, más concretamente en las redes sociales.
- Herramientas para poder gestionar un uso adecuado y prevenir un posible abuso de los aparatos tecnológicos.

Prevención indicada

Aquellos casos en los que se detecte en un alumno/a un consumo problemático de drogas o una posible adicción comportamental será derivado/a al programa de prevención indicada para trabajar mediante un plan individualizado tanto con el alumno/a como con su familia.

Las sesiones de intervención en prevención indicada tendrán lugar en las instalaciones de Proyecto Hombre.

Profesionales: impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología pertenecientes a Proyecto Hombre.

Evaluación: cuestionarios de valoración cumplimentados por el alumnado y las familias.



PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD AFECTIVO-SEXUAL ALUMNADO DE ESO Y 1º FPB.

Finalidades

- Retrasar la edad de inicio de las relaciones sexuales.
- Desarrollar las competencias y habilidades necesarias para el afrontamiento saludable de las relaciones afectivo sexuales.
- Reducir los embarazos no deseados y las enfermedades de transmisión sexual.

Objetivos

- Clarificar el concepto de sexualidad en el marco de la educación integral en sexualidad².
- Conocer los cambios físicos, cognitivos, emocionales y sociales que se experimentan en la pubertad, contribuyendo a su normalización.
- Identificar los distintos métodos anticonceptivos, así como las medias preventivas frente a las infecciones de transmisión sexual (ITS).
- Promover la igualdad de género y fomentar una actitud de respeto ante la diversidad en relación con la orientación sexual.
- Analizar y reflexionar sobre los diferentes factores que intervienen en la toma de decisiones respecto a las relaciones afectivo-sexuales.
- Reflexionar sobre nuestras conductas y su relación con nuestra salud.
- Identificar situaciones conflictivas para la toma de decisiones en las relaciones afectivo sexuales.
- Saber reconocer y expresar emociones y sentimientos; atracción interpersonal, amistad, enamoramiento, amor...
- Reflexionar sobre los riesgos derivados del establecimiento de relaciones personales a través de las TIC.
- Ser capaz de pedir ayuda ante situaciones de embarazo no deseado, acoso y abuso sexual.
- Conocer los recursos asistenciales: dónde acudir para solicitar ayuda y/o asesoramiento.

Sesiones: 4 (una en cada nivel de ESO)

1ª Sesión: Pubertad y adolescencia. Autoestima e imagen corporal

Contenidos

- Pubertad: mi cuerpo cambia; anatomía y fisiología sexual masculina y femenina; la reproducción humana.
- Cambios emocionales y sociales.
- Autoestima; imagen corporal. Relativizar el concepto de belleza física.
- Vocabulario básico de sexualidad. Actitud crítica frente al lenguaje sexista y soez.
- Diferenciar sexo y género; nos tratamos bien entre compañeros y compañeras. El vínculo de la amistad.
- Abuso sexual. Saber pedir ayuda.

Metodología

- Exposición sobre: fisiología masculina y femenina; la reproducción humana; los cambios psicológicos.
- Formulación de preguntas por parte del alumnado. Aclaración de dudas.
- Trabajo en grupos sobre un supuesto práctico: el caso aborda la autoestima corporal y personal.
- Síntesis y conclusiones finales. Recursos y direcciones de interés.

² Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad. Un enfoque basado en la evidencia. Edición revisada.2018. UNESCO, ONU Mujeres, ONUSIDA, OMS, UNFPA, UNICEF. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>

2ª Sesión: Actitudes y dimensiones de la sexualidad humana

Contenidos

- Concepto y dimensiones de la sexualidad.
- Orientación sexual. Respeto a la diversidad. Homofobia.
- Las primeras relaciones: sentimientos de atracción, el enamoramiento, el amor...
- Habilidades personales y sociales ante la presión grupal y emocional.
- Las relaciones personales y las nuevas tecnologías: oportunidades y riesgos.

Metodología

- Lluvia de ideas sobre el concepto de sexualidad. Se anotarán en la pizarra las aportaciones del alumnado, posteriormente se planteará las diferentes dimensiones del concepto sexualidad³. Resolución de dudas y preguntas.
- Breve exposición sobre la orientación sexual. La homofobia.
- Trabajo en grupo (1) sobre supuesto que aborda los riesgos derivados del establecimiento de relaciones a través de internet. Pautas y orientaciones preventivas.
- Trabajo en grupo (2): supuesto que aborda la presión dentro de la pareja.
- Recursos y direcciones de interés.
- Síntesis y conclusiones finales.

3ª Sesión: Prevención de riesgos asociados a la sexualidad. Métodos anticonceptivos. Toma de decisiones

Contenidos

- Opciones y alternativas en la vivencia de la sexualidad. El respeto.
- Métodos anticonceptivos, con especial énfasis en el preservativo. Eficacia de los diferentes métodos. La importancia de las revisiones ginecológicas.
- Empoderamiento de la mujer.
- La corresponsabilidad entre chicos y chicas.
- Las primeras relaciones: sentimientos de atracción, el enamoramiento, el amor. Riesgos: el chantaje emocional y el maltrato.
- El buen trato dentro de la relación de pareja. Cómo identificar una relación desigual o abusiva. La violencia de género.
- Ética del consentimiento, ética de la salud sexual, ética de la lealtad, ética de la igualdad.
- Recursos y direcciones de interés. Guía de métodos anticonceptivos de La Rioja.

Metodología

- Breve exposición y reflexión sobre las diferentes opciones existentes en la vivencia de la sexualidad.
- Proyección de video que muestra opiniones de jóvenes. Responsabilidad y decisiones personales.
- Lluvia de ideas: métodos anticonceptivos que conocen.
- Exposición sobre los diferentes métodos de anticoncepción. Eficacia. Preservativo masculino y femenino (únicos métodos de prevención que previenen tanto los embarazos como las infecciones de transmisión sexual). Resolución de dudas y preguntas.
- Síntesis y conclusiones finales. Recursos y direcciones de interés.

Documentación sobre métodos anticonceptivos <http://metodosanticonceptivos.riojasalud.es/>

³ Orientaciones técnicas internacionales sobre educación en sexualidad. Un enfoque basado en la evidencia. Edición revisada. 2018. UNESCO, ONU Mujeres, ONUSIDA, OMS, UNFPA, UNICEF. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000265335>



4ª Sesión: medidas preventivas frente a las infecciones de transmisión sexual (ITS). Toma de decisiones.

Contenidos

- Medidas preventivas respecto a la infección por VIH, infecciones de transmisión sexual.
- Conductas de riesgo. Utilización del preservativo en las relaciones sexuales.
- Tatuajes y piercings, riesgos para la salud. La importancia de realizarlos en centros autorizados.
- Importancia de la detección precoz de las infecciones de transmisión sexual.
- Nuestras conductas y su relación con nuestra salud.
- Recursos y direcciones de interés. Guía de métodos anticonceptivos de La Rioja.

Metodología

- Exposición sobre enfermedades de transmisión sexual. Resolución de dudas y preguntas.
- Trabajo en pequeños grupos sobre las distintas opciones en la vivencia de la sexualidad: análisis de las ventajas y desventajas de cada opción. Puesta en común en gran grupo. Elaboración de conclusiones.
- Síntesis y conclusiones finales. Recursos y direcciones de interés.

Profesionales: Impartido por profesionales con Licenciatura o Grado en Psicología y/o Pedagogía.

Evaluación: Cuestionario, cumplimentado por el alumnado.

El “Programa de educación para la salud afectivo sexual dirigido al alumnado de Educación Secundaria Obligatoria”, fue reconocido, en 2019, con el sello de buena práctica del Sistema Nacional de Salud en el marco de la Estrategia de Salud Sexual del Sistema Nacional de Salud (SNS).



PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD, DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DEL VISIONADO DE PELÍCULAS.

ALUMNADO DE 4º ESO Y 1º DE FPB.

Finalidad

Promover, a través de un recurso motivador como es el visionado de películas por parte del alumnado y el posterior trabajo de análisis en el aula, el desarrollo y adquisición de estilos de vida saludables.

Objetivos generales

- Desarrollar competencias y habilidades que favorezcan la adopción de estilos de vida saludables.
- Facilitar la clarificación y asunción de valores personales y sociales, afianzando los derechos humanos como valores comunes de una sociedad plural y democrática.
- Desarrollar el pensamiento crítico a través de la reflexión, análisis y valoración de las distintas situaciones, conflictos y relaciones que viven los personajes.
- Aprender a reflexionar sobre uno mismo, para conocerse, aceptarse y promover un crecimiento personal constante.
- Favorecer la expresión de ideas, sentimientos y experiencias personales.
- Sensibilizar al alumnado sobre la importancia del cine como elemento de enriquecimiento cultural y de utilización del tiempo de ocio.

Objetivos específicos

Se establecen para cada una de las películas.

Contenidos

- Hábitos y estilos de vida saludables: actividad física, alimentación sana, ocio saludable, sueño, relaciones positivas, medidas preventivas frente a determinadas enfermedades...
- Conductas de riesgo: consumo de drogas u otras adicciones, relaciones sexuales sin medidas de protección, conducción bajo el consumo de drogas, no respeto de las indicaciones de seguridad...
- Vulnerabilidad personal, percepción de riesgo.
- Pensamiento crítico, toma de decisiones: elementos a considerar.
- La expresión de ideas, emociones, sentimientos y experiencias. la empatía
- Resilencia.
- Relaciones familiares. Comunicación, resolución de problemas y conflictos.
- La amistad. Relaciones de pareja. El apoyo y la ayuda mutua. Solidaridad.
- Metas y futuro. La importancia del esfuerzo y la constancia. Valores personales. La ética.
- Responsabilidad y libertad. El respeto a las normas. Los derechos y deberes de las personas.
- Igualdad de género.
- La multiculturalidad: tolerancia, respeto, aceptación, enriquecimiento mutuo.
- Convivencia. Gestión de conflictos. La importancia del diálogo y la comunicación. El acoso escolar. Violencia de pareja o entre iguales.
- Autonomía personal, autoestima, empatía, tolerancia a la frustración, el autoconcepto.
- Medioambiente y salud. La importancia de la sostenibilidad.
- Prevención de riesgos por el mal uso de las TIC.

Desarrollo

- Visionado de tres películas en el aula, una cada trimestre.
- A cada centro inscrito se le proporciona, el enlace a las películas y los “Cuadernos de Cine” correspondientes a cada una de las películas, en formato PDF interactivos, uno para el profesorado y otro para el alumnado.
- Una vez realizado el visionado, el profesorado trabaja con su alumnado los distintos aspectos de las películas. Los “cuadernos de cine” incluyen diversas actividades; el profesorado puede realizar todas o bien seleccionar las que considera más adecuadas, pudiéndose trabajar de forma individual y/o grupal

Evaluación: Cuestionarios de valoración cumplimentados por el profesorado y alumnado.



PELÍCULAS DEL PROGRAMA DE PROMOCIÓN DE LA SALUD, DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL. ALUMNADO DE 4º ESO. Y 1º FPB

“BORG MCENROE”

Sinopsis: Narra la historia de la rivalidad entre dos leyendas del tenis: el sueco Björ Borg (Sverrir Gudnason) y el norteamericano John McEnroe (Shia LaBeouf), un enfrentamiento legendario de la historia del deporte que tuvo su culminación en la final de Wimbledon de 1980, que enfrentó a ambos.

Dirección: Janus Metz Pedersen. **Duración:** 103 min. **Año:** 2017.

Contenidos:

- Presión/ estrés en deportes de alta competición. Riesgos para la salud mental.
- La fama, su precio. Desmitificación del concepto.
- El éxito y el fracaso. El bienestar emocional.
- El control emocional.
- La importancia de saber asumir una derrota.

Público apropiado: No recomendada para menores de 7 años

“UNA BOLSA DE CANICAS”

Sinopsis: Segunda Guerra Mundial. Maurice y Joseph son dos jóvenes hermanos judíos que viven en la Francia ocupada por los nazis. Para salvarse, deberán abandonar a su familia. Haciendo muestra de una gran astucia, coraje e ingenio para sortear a los invasores enemigos, los dos hermanos intentarán reunir a toda su familia de nuevo en la zona libre del sur de Francia.

Dirección: Christian Duguay. **Duración:** 110 min. **Año:** 2017

Contenidos:

- Europa y el nazismo. Los campos de concentración. Su líder cómo llegó al poder. Los valores de la democracia, votar un derecho y un deber.
- Los derechos humanos. Su defensa diaria, en nuestra vida cotidiana.
- Los horrores del fanatismo que conducen al odio, la intolerancia y la violencia por diferencia de etnia, religión, ideología política, sexo, etc
- Resiliencia. Capacidad de superar situaciones terribles, sobreponiéndose a ellas y saliendo fortalecido.
- Valores positivos: empatía, solidaridad, generosidad, perdón, paz, valentía, el valor de la vida.
- Valores negativos: odio, intolerancia, discriminación, rechazo de la diferencia, violencia.

Público apropiado: No recomendada para menores de 12 años.

“LARGA VIDA Y PROSPERIDAD”

Sinopsis: La película narra la historia de Wendy, una chica con autismo que es incapaz de conectar con los demás. Decidida a demostrar que es autosuficiente, decide escapar del centro donde vive para emprender un viaje a Hollywood y presentar en un concurso un guion de “Star Trek” que ella misma ha escrito.

Dirección: Ben Lewin. **Duración:** 93 minutos. **Año:** 2017.

Contenidos:

- La normalización y visibilidad de las personas con un trastorno mental.
- Retos y objetivos. La superación personal.
- Prejuicios y estigma de la sociedad respecto a las personas que sufren trastornos mentales.
- Valores: empatía, confianza, bondad.
- La importancia del apoyo familiar, escolar y social para estas personas.

Público apropiado: Todos los públicos.

PROGRAMACIÓN

PROGRAMAS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD. CENTROS DE LOGROÑO E.S.O. Y F.P. 2023-2024

CENTRO	TABACO-ALCOHOL-MAL USO TICS 1º y 2º ESO	CANNABIS 3º ESO	DROGAS SÍNTESIS 4º ESO y 1ºFPB	COCAÍNA 1º BACH/CFGM/1ºFPB	PREVENCIÓN SELECTIVA E INDICADA. 1º FPB Una vez recibida la inscripción.	EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL 1º, 2º, 3º, 4º ESO y 1º FPB	DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DE PELÍCULAS 4º ESO Y 1ºFPB
ALCASTE	8 al 12 de enero 2024	8 al 12 de enero 2024	8 al 12 de enero 2024	8 al 12 de enero 2024		8 al 12 de enero 2024	1ª película: 1º trimestre curso 2023-24 2ª película: 2º trimestre curso 2023-24 3ª película: 3º trimestre curso 2023-24
IES BATALLA DE CLAVIJO	4 al 8 de marzo 2024	4 al 8 de marzo 2024	4 al 8 de marzo 2024	4 al 8 de marzo 2024	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 11 24 y 941 29 18 70	4 al 8 de marzo 2024	Ídem
IES COMERCIO	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	Ídem	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	Ídem
COMPAÑÍA DE MARÍA (Enseñanza)	11 al 15 de marzo 2024	11 al 15 de marzo 2024	11 al 15 de marzo 2024	11 al 15 de marzo 2024	Ídem	11 al 15 de marzo 2024	Ídem
IES COSME GARCÍA	29 de enero al 9 de febrero 2024	29 de enero al 9 de febrero 2024	29 de enero al 9 de febrero 2024	29 de enero al 9 de febrero 2024	Ídem	29 de enero al 9 de febrero 2024	Ídem
DIVINO MAESTRO	22 al 26 de abril 2024	22 al 26 de abril 2024	22 al 26 de abril 2024	22 al 26 de abril 2024		22 al 26 de abril 2024	Ídem
IES DUQUES DE NÁJERA	18 al 22 de marzo 2024	18 al 22 de marzo 2024	18 al 22 de marzo 2024	18 al 22 de marzo 2024	Ídem	18 al 22 de marzo 2024	Ídem
ESCUELAS PÍAS (Escolapios)	22 al 26 de abril 2024	22 al 26 de abril 2024	22 al 26 de abril 2024	22 al 26 de abril 2024	Ídem	22 al 26 de abril 2024	Ídem
IES ESCULTOR DANIEL	23 al 27 de octubre 2023	23 al 27 de octubre 2023	23 al 27 de octubre 2023	23 al 27 de octubre 2023	Ídem	23 al 27 de octubre 2023	Ídem
IES HNOS. D'ELHUYAR	8 al 12 de enero 2024	8 al 12 de enero 2024	8 al 12 de enero 2024	8 al 12 de enero 2024	Ídem	8 al 12 de enero 2024	Ídem
IES TOMÁS MINGOT	8 al 12 de abril 2024	8 al 12 de abril 2024	8 al 12 de abril 2024	8 al 12 de abril 2024		8 al 12 de abril 2024	Ídem
INMACULADO CORAZÓN DE MARÍA (Escolapios)	18 al 22 de diciembre 2023	18 al 22 de diciembre 2023	18 al 22 de diciembre 2023	18 al 22 de diciembre 2023		18 al 22 de diciembre 2023	Ídem

CENTRO	TABACO-ALCOHOL-MAL USO TICS 1º y 2º ESO	CANNABIS 3º ESO	DROGAS SÍNTESIS 4º ESO y 1ºFPB	COCAÍNA 1º BACH/CFGM/1ºFPB	PREVENCIÓN SELECTIVA E INDICADA. 1º FPB Una vez recibida la inscripción.	EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL 1º, 2º, 3º, 4º ESO y 1º FPB	DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DE PELÍCULAS 4º ESO Y 1ºFPB
LOS BOSCOS	15 al 19 de abril 2024	15 al 19 de abril 2024	15 al 19 de abril 2024	15 al 19 de abril 2024	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 11 24 y 941 29 18 70	15 al 19 de abril 2024	1ª película: 1º trimestre curso 2023-24 2ª película: 2º trimestre curso 2023-24 3ª película: 3º trimestre curso 2023-24
NTRA. SRA. DEL BUEN CONSEJO (Agustinas)	11 al 15 de marzo 2024	11 al 15 de marzo 2024	11 al 15 de marzo 2024	11 al 15 de marzo 2024		11 al 15 de marzo 2024	Ídem
PAULA MONTALT	15 al 19 de abril 2024	15 al 19 de abril 2024	15 al 19 de abril 2024	15 al 19 de abril 2024	Ídem	15 al 19 de abril 2024	Ídem
PURÍSIMA CONCEPCIÓN Y STA. Mª MICAELA (Adoratrices)	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	Ídem	6 al 10 de mayo 2024	Ídem
REY PASTOR	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024		6 al 10 de mayo 2024	Ídem
IES SAGASTA	15 al 19 de enero 2024	15 al 19 de enero 2024	15 al 19 de enero 2024	15 al 19 de enero 2024	Ídem	15 al 19 de enero 2024	Ídem
SAGRADO CORAZÓN (Jesuitas)	16 al 27 de octubre 2023	16 al 27 de octubre 2023	16 al 27 de octubre 2023	16 al 27 de octubre 2023	Ídem	16 al 27 de octubre 2023	Ídem
SAN JOSÉ (Maristas)	4 al 5 de diciembre 2023	4 al 5 de diciembre 2023	4 al 5 de diciembre 2023	4 al 5 de diciembre 2023	Ídem	4 al 5 de diciembre 2023	Ídem
SANTA MARÍA (Marianistas)	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024	6 al 10 de mayo 2024		6 al 10 de mayo 2024	Ídem
SALESIANOS DOMINGO SAVIO	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023		13 al 17 de noviembre 2023	Ídem

NOTA: Las fechas propuestas pueden modificarse indicándolo en la ficha de inscripción (observaciones), también por correo electrónico educacion.salud@larioja.org o llamando al teléfono 941 29 12 99, Sección de Educación para la Salud.

PROGRAMACIÓN
PROGRAMAS DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD. CENTROS PROVINCIA E.S.O. Y F.P. 2023-2024

CENTROS	TABACO-ALCOHOL-MAL USO TICS 1º y 2º ESO	CANNABIS 3º ESO	DROGAS SÍNTESIS 4º ESO y 1ºFPB	COCAÍNA 1º BACH/CFGM/FP	PREVENCIÓN SELECTIVA E INDICADA. 1º FPB Una vez recibida la inscripción.	EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL 1º, 2º,3º, 4º ESO y 1º FPB	DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DEL VISIONADO DE PELÍCULAS 4º ESO y 1º FPB
ALDEANUEVA DE EBRO. SIES	6 al 10 noviembre de 2023	6 al 10 noviembre de 2023	6 al 10 noviembre de 2023			6 al 10 noviembre de 2023	1ª película: 1er trimestre curso 2023-24 2ª película: 2º trimestre curso 2023-24 3ª película: 3er trimestre curso 2023-24
ALFARO IES GONZALO DE BERCEO	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 11 24 y 941 29 18 70	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	Ídem
ALFARO AMOR MISERICORDIOSO	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023		30 de octubre al 3 de noviembre 2023	Ídem
ALFARO LA SALLE-EL PILAR	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023	30 de octubre al 3 de noviembre 2023		30 de octubre al 3 de noviembre 2023	Ídem
ARNEDO IES CELSO DÍAZ	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	Ídem	20 al 24 de noviembre 2023	Ídem
ARNEDO IES VIRGEN DE VICO	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	Ídem	20 al 24 de noviembre 2023	Ídem
ARNEDO SAGRADO CORAZÓN	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023		20 al 24 de noviembre 2023	Ídem
AUSEJO. CRA VISTA LA HEZ	6 al 10 de noviembre 2023	6 al 10 de noviembre 2023	6 al 10 de noviembre 2023			6 al 10 de noviembre 2023	Ídem
AUTOL CEO VILLA	6 al 10 de noviembre 2023	6 al 10 de noviembre 2023	6 al 10 de noviembre 2023		Ídem	6 al 10 de noviembre 2023	Ídem
BAÑOS RIO TOBIA. SIES	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024			19 al 23 de febrero 2024	Ídem
CALAHORRA SAN AGUSTÍN	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023		13 al 17 de noviembre 2023	Ídem
CALAHORRA SANTA TERESA	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	13 al 17 de noviembre 2023	Ídem	13 al 17 de noviembre 2023	Ídem
CALAHORRA IES VALLE DEL CIDACOS	18 al 22 de diciembre 2023	18 al 22 de diciembre 2023	18 al 22 de diciembre 2023	18 al 22 de diciembre 2023	Ídem	18 al 22 de diciembre 2023	Ídem

CENTROS	TABACO-ALCOHOL-MAL USO TICS 1º y 2º ESO	CANNABIS 3º ESO	DROGAS SÍNTESIS 4º ESO y 1ºFPB	COCAÍNA 1º BACH/CFGM/FP	PREVENCIÓN SELECTIVA E INDICADA. 1º FPB Una vez recibida la inscripción.	EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL 1º, 2º,3º, 4º ESO y 1º FPB	DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DEL VISIONADO DE PELÍCULAS 4º ESO y 1º FPB
CALAHORRA IES MARCO FABIO QUINTILIANO	11 al 22 de diciembre 2023	11 al 22 de diciembre 2023	11 al 22 de diciembre 2023	11 al 22 de diciembre 2023	Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 11 24 y 941 29 18 70	11 al 22 de diciembre 2023	1ª película: 1º trimestre curso 2023-24 2ª película: 2º trimestre curso 2023-24 3ª película: 3º trimestre curso 2023-24
CALAHORRA ESCUELA LA PLANILLA			11 al 15 de diciembre 2023	11 al 15 de diciembre 2023	Ídem	11 al 15 de diciembre 2023	Ídem
CERVERA RIO ALHAMA. SIES GONZALO DE BERCEO	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023	20 al 24 de noviembre 2023		Ídem	20 al 24 de noviembre 2023	Ídem
EZCARAY. SIES	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024			22 al 26 de enero 2024	Ídem
FUENMAYOR. IES TOMÁS Y VALIENTE	26 de febrero al 1 de marzo 2024	26 de febrero al 1 de marzo 2024	26 de febrero al 1 de marzo 2024	26 de febrero al 1 de marzo 2024	Ídem	26 de febrero al 1 de marzo 2024	Ídem
HARO SAGRADO CORAZÓN	29 de enero al 2 de febrero 2024	29 de enero al 2 de febrero 2024	29 de enero al 2 de febrero 2024	29 de enero al 2 de febrero 2024		29 de enero al 2 de febrero 2024	Ídem
HARO IES CIUDAD DE HARO	22 al 26 de enero de 2024	22 al 26 de enero de 2024	22 al 26 de enero de 2024	22 al 26 de enero de 2024	Ídem	22 al 26 de enero de 2024	Ídem
LARDERO IES LA LABORAL	26 de febrero al 8 de marzo 2024	26 de febrero al 8 de marzo 2024	26 de febrero al 8 de marzo 2024	26 de febrero al 8 de marzo 2024	Ídem	26 de febrero al 8 de marzo 2024	Ídem
MURILLO DE RIO LEZA. SIES.	4 al 5 de diciembre 2023	4 al 5 de diciembre 2023	4 al 5 de diciembre 2023			4 al 5 de diciembre 2023	Ídem
NÁJERA IES ESTEBAN MANUEL VILLEGAS	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024		19 al 23 de febrero 2024	Ídem
NÁJERA IES REY DON GARCÍA	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	Ídem	19 al 23 de febrero 2024	Ídem
NAJERA NTRA. SRA. DE LA PIEDAD	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024	19 al 23 de febrero 2024		19 al 23 de febrero 2024	Ídem
PRADEJÓN. SIES	6 al 10 noviembre de 2023	6 al 10 noviembre de 2023	6 al 10 noviembre de 2023			6 al 10 noviembre de 2023	Ídem
RINCÓN DE SOTO. SIES	6 al 10 noviembre de 2023	6 al 10 noviembre de 2023	6 al 10 noviembre de 2023			6 al 10 noviembre de 2023	Ídem

CENTROS	TABACO-ALCOHOL-MAL USO TICS 1º y 2º ESO	CANNABIS 3º ESO	DROGAS SÍNTESIS 4º ESO y 1ºFPB	COCAÍNA 1º BACH/CFGM/FP	PREVENCIÓN SELECTIVA E INDICADA. 1º FPB Una vez recibida la inscripción.	EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL 1º, 2º,3º, 4º ESO y 1º FPB	DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL A TRAVÉS DEL VISIONADO DE PELÍCULAS 4º ESO y 1º FPB
SAN ASENSIO LA SALLE-LA ESTRELLA	29 de enero al 2 de febrero 2024	29 de enero al 2 de febrero 2024	29 de enero al 2 de febrero 2024		Para una óptima coordinación del programa, una vez recibida la solicitud, nos pondremos en contacto con ustedes para confirmar fechas. Teléfonos: 941 29 11 24 y 941 29 18 70	29 de enero al 2 de febrero 2024	Ídem
SANTO DOMINGO MENESIANO	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024		22 al 26 de enero 2024	Ídem
SANTO DOMINGO IES VALLE DEL OJA	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	Ídem	22 al 26 de enero 2024	Ídem
SANTO DOMINGO CIPFP CAMINO DE SANTIAGO			22 al 26 de enero 2024	22 al 26 de enero 2024	Ídem	22 al 26 de enero 2024	Ídem
TORRECILLA EN CAMEROS. CRA. CAMEROS NUEVO (Ortigosa)	13 al 17 de mayo 2024	13 al 17 de mayo 2024	13 al 17 de mayo 2024			13 al 17 de mayo 2024	Ídem
VILLAMEDIANA DE IREGUA. SIES	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024				25 al 27 de marzo y 29 de abril al 3 de mayo 2024	Ídem

NOTA: Las fechas propuestas pueden modificarse, indicándolo en la ficha de inscripción (observaciones), también por correo electrónico educacion.salud@larioja.org o llamando al teléfono 941 29 12 99, Sección de Educación para la Salud.



EVALUACIÓN

La evaluación de un programa o actuación es un proceso de recogida, análisis e interpretación sistemática de la información relativa a su funcionamiento y a sus resultados, con el objetivo de mejorar la intervención.

Se utilizarán los siguientes indicadores, instrumentos y procedimientos:

- Porcentaje de participación de centros y de alumnado: explotación de datos del programa informático.
- Valoración de las intervenciones:
 - Cuestionarios cumplimentados por el alumnado.
 - Cuestionarios cumplimentados por el profesorado.
 - Hoja de registro cumplimentada por observador (técnico de salud).
- Adquisición de conocimientos y modificación de actitudes:
 - Cuestionario cumplimentado por el alumnado