

Construye tu Mundo

Programa de **prevención** escolar de conductas de riesgo



GOBIERNO
de
CANTABRIA
CONSEJERÍA DE SALUD



AÑO JUBILAR
LEBANIEGO
2023·2024

CONSTRUYE TU MUNDO...

... ES UN **CONJUNTO DE ACTUACIONES EDUCATIVAS** DIRIGIDAS A SISTEMATIZAR LA **PREVENCIÓN** DE LOS PROBLEMAS VINCULADOS AL CONSUMO DE DROGAS EN EL ÁMBITO **ESCOLAR** DESDE EDUCACIÓN **INFANTIL A SECUNDARIA OBLIGATORIA**.



OBJETIVO:



Reducir y retrasar la edad de inicio de los consumos de alcohol, tabaco y drogas ilegales, así como otras conductas de riesgo o adictivas (juego de apuestas, violencia entre iguales, coeducación – igualdad de género...).

POBLACION DESTINATARIA:



Desde Educación Infantil a Secundaria Obligatoria.

Construye tu Mundo
Programa de **prevención** escolar de conductas de riesgo

Infantil Primaria Secundaria

A large, colorful globe icon surrounded by various symbols including a heart, a sailboat, a peace sign, a lightbulb, and musical notes, all set against a dark blue background.

TEMAS:



Ofrece al profesorado propuestas educativas dirigidas a fomentar en el alumnado su desarrollo:

- EMOCIONAL (autoestima, empatía...),
- COGNITIVO (actitudes positivas hacia la salud y contra las conductas de riesgo; valores ciudadanos y universales, toma de decisiones autónomas...) y
- SOCIAL (habilidades sociales),

así como la mejora de su competencia de actuación (análisis de su realidad ambiental y social, capacidad de influencia del profesorado y participación social).

SOPORTES DIDACTICOS:



- GUÍA DIDÁCTICA
- Diversas ACTIVIDADES de aula para cada nivel educativo de Infantil, Primaria y Secundaria con RECURSOS AUDIOVISUALES específicos, que aumentan el interés y la motivación del alumnado por las mismas.



Infantil

Educación Infantil

	Actividad	Fase	Variables a trabajar	Otras variables
3 Años	<i>El cuaderno de los momentos mágicos</i>			
	<i>¡Soy famoso!</i>	Investigación	Autoestima	Expresión emocional
	<i>La fábrica de besos</i>	Investigación	Empatía	Expresión emocional/Habilidades interacción
	<i>¡Qué tranquilos estamos!</i>	Visión	Autocontrol	
	<i>Come de todo</i>	Visión	Actitudes hacia la salud	
	<i>Cuidando de nuestra tortuga</i>	Acción-cambio	Participación social	Actitudes hacia la salud/Valores universales
	<i>Somos iguales y somos diferentes*</i>		Empatía	Habilidades de interacción
	<i>El patito feo*</i>		Autoestima	Expresión emocional
	<i>A Miguel no le gusta el abrigo*</i>		Actitudes hacia la salud	Empatía
4 Años	<i>El cuaderno de los momentos mágicos</i>			
	<i>Un mundo distinto</i>	Investigación	Autoestima	Expresión emocional
	<i>Espérate</i>	Investigación	Autocontrol	
	<i>¡Estoy malito!</i>	Investigación	Actitudes hacia la salud	
	<i>¡Yo te ayudaré a estar contento!</i>	Visión	Empatía	Valores universales
	<i>Mis recreos</i>	Acción-cambio	Actitudes hacia la salud	Empatía/Valores universales
			Autoestima	Expresión emocional
		Actitudes hacia la salud		
		Habilidades de interacción	Valores universales	
	<i>momentos mágicos</i>			
		Investigación	Autoestima	Expresión emocional
		Investigación	Empatía	Expresión emocional/Valores universales
	<i>momentos amigos</i>	Visión	Habilidades de autoafirmación	Habilidades de interacción
		Visión	Autoestima	Habilidades de interacción
		Acción-cambio	Actitudes hacia la salud	Valores universales
			Expresión emocional	Valores universales
			Habilidades de interacción	
			Expresión emocional	
	<i>¡Hasta pronto!*</i>		Expresión emocional	

Educación infantil

Selecciona el curso para acceder a las actividades.

3 AÑOS

4 AÑOS

5 AÑOS



Educación Primaria				
	Actividad	Fase	Variables a trabajar	Otras variables
1º EPO	La niña blanca	Investigación	Autoestima	Expresión emocional
	Yo soy...	Investigación	Habilidades de autoafirmación	Autoestima
	Marisol, ¡ten cuidado!	Investigación	Empatía	Expresión emocional/Valores universales
	Mi cuerpo me habla	Visión	Autocontrol	Expresión emocional
	La Tierra, un jardín para cuidar	Visión	Actitudes hacia la salud	Valores universales
	Representación teatral: ¿Qué emoción soy?	Acción-cambio	Expresión emocional	Autoestima / Empatía
	¿Qué te pasa?*		Expresión emocional	Empatía
	¡Silencio!*		Valores universales	Habilidades de interacción
	Defendamos nuestra Tierra*		Toma de decisiones	Actitudes hacia la salud
2º EPO	Mi interior	Investigación	Autoestima	
	Arión y su lira	Investigación	Expresión emocional	Empatía
	Son mis amigos	Investigación	Habilidades de interacción	Autoestima/Valores universales
	El tren de los alimentos	Visión	Actitudes hacia la salud	
	Rodrigo y Babieca	Visión	Empatía	Actitudes hacia la salud/Valores universales
	Fiesta en clase	Acción-cambio	Actitudes hacia la salud	Toma de decisiones
	A fuego lento*		Autoestima	
	Sonatina*		Empatía	Expresión emocional / Habilidades de interacción
	Los 40 de mi papá*		Actitudes hacia la salud	
	Fotografía de grupo	Investigación	Autoestima	Valores universales

Educación Primaria

Selecciona el curso para acceder a las actividades.

1º DE PRIMARIA

2º DE PRIMARIA

3º DE PRIMARIA

4º DE PRIMARIA

5º DE PRIMARIA

6º DE PRIMARIA



4º EPO	¿Por qué no lo dejas?	Investigación	Autoestima	Habilidades de interacción y de autoafirmación
	Soy Moncho, vuestro amigo	Investigación	Habilidades de autoafirmación	Habilidades de interacción / Expresión emocional
	Quiero estar sano, ¿te enteras?	Investigación	Actitudes hacia la salud	Habilidades de autoafirmación / Autocontrol
	Nuestros derechos	Visión	Valores universales	Empatía / Participación social
	¿Qué buscas?	Visión	Toma de decisiones	Participación social / Empatía
	Ayudar me hace sentir bien	Acción-cambio	Participación social	Empatía/Valores universales/Actitudes hacia la salud
	La desgracia de Eco*		Expresión emocional	Autoestima / Empatía
	Digan lo que digan*		Habilidades de autoafirmación	Habilidades de interacción / Valores universales
	Tú y tu vida*		Valores universales	Autoestima
5º EPO	Todos diferentes, todos iguales	Investigación	Habilidades de interacción	Autoestima
	¡Me gusta que estés conmigo!	Investigación	Expresión emocional	Habilidades de interacción / Autoestima
	Ser uno mismo	Investigación	Habilidades de oposición	Toma de decisiones / Habilidades de autoafirmación
	¡No seas bruto!	Visión	Valores universales	Actitudes hacia la salud / Participación social
	Ver mucho o poco la tele	Visión	Actitudes hacia la salud	Toma de decisiones
	Juegos Olímpicos	Acción-cambio	Actitudes hacia la salud	Habilidades de interacción/Toma de decisiones
	Quererse es cuidarse*		Actitudes hacia la salud	Valores universales
	Piensa un deseo*		Actitudes hacia la salud	Valores universales
	Ya que estás...*		Valores universales	Actitudes hacia la salud/Toma de decisiones
	¡Quiero ser positivo!	Investigación	Habilidades de interacción	Autoestima / Empatía
	Me gusta lo que haces	Investigación	Autoestima	Habilidades de interacción
	Dime la verdad	Investigación	Expresión emocional	Empatía
				Habilidades de oposición / Habilidades de autoafirmación
				Habilidades de autoafirmación
				Autoestima
				Actitudes hacia la salud
				Actitudes hacia la salud
				Actitudes hacia la salud
				Actitudes hacia la salud
				Actitudes hacia la salud

Educación Primaria

Selecciona el curso para acceder a las actividades.

1º DE PRIMARIA

2º DE PRIMARIA

3º DE PRIMARIA

4º DE PRIMARIA

5º DE PRIMARIA

6º DE PRIMARIA



Educación Secundaria				
	Actividad	Fase	Variables a trabajar	Otras variables
1ºESO	Amuletos	Investigación	Autoestima	Habilidades de autoafirmación
	¡Cuánta tentación!	Investigación	Autocontrol	
	Oda a la normalidad	Investigación	Actitudes hacia las drogas	Toma de decisiones
	¿Qué harías con 1.000€?	Investigación	Actitudes hacia las drogas	Toma de decisiones
	Juntos podemos	Visión	Valores universales	Habilidades de interacción
	Una barra de pan para todo el planeta	Acción-cambio	Participación social	Empatía
	Todo tiene pegas*		Toma de decisiones	Autoestima
	Yo también me siento gordo*		Valores universales	Empatía
	He dicho que no*		Habilidades de oposición	Habilidades de autoafirmación/Autoestima
2ºESO	El valor de la amistad	Investigación	Empatía	Expresión emocional
	Piensa por ti	Investigación	Habilidades de oposición	Habilidades de autoafirmación
	Banalización de los riesgos	Investigación	Actitudes hacia las drogas	Toma de decisiones
	¿Cuándo se me pasará?	Investigación	Actitudes hacia las drogas	
	Diferente, ¿y qué?	Visión	Habilidades de autoafirmación	Empatía
	¿Quién vive dentro de una casilla?	Acción-cambio	Participación social	Empatía
	¿Qué pasaría si?*		Toma de decisiones	Habilidades de interacción
	El coche abierto del profesor*		Habilidades de oposición	Habilidades de autoafirmación
	¡Di no!*		Habilidades de oposición	Habilidades de autoafirmación/ Toma de decisiones
3ºESO	O conmigo o sin mí	Investigación	Habilidades de oposición	Habilidades de autoafirmación
	Y tú, ¿qué opinas?	Investigación	Actitudes hacia las drogas	Toma de decisiones/Actitudes hacia la salud/ Habilidades de autoafirmación
	Aprendiendo sobre el cannabis	Investigación	Actitudes hacia las drogas	
	¿Serán los porros?	Investigación	Actitudes hacia las drogas	
	Competitividad	Visión	Valores universales	
		Acción-cambio	Participación social	Valores universales/Toma de decisiones/Empatía
			Habilidades de comunicación	Habilidades de interacción
			Actitudes hacia las drogas	
			Autocontrol	Actitudes hacia las drogas
	Investigación		Actitudes hacia las drogas	Toma de decisiones
	Investigación		Actitudes hacia las drogas	Toma de decisiones
	Investigación		Actitudes hacia las drogas	Actitudes hacia la salud/Toma de decisiones
	Visión		Valores universales	Habilidades de interacción
	Acción-cambio		Participación social	Actitudes hacia la salud
			Autoestima	Habilidades de autoafirmación
			Actitudes hacia las drogas	
			Actitudes hacia las drogas	

Educación secundaria

Selecciona el curso para acceder a las actividades.

1º ESO

2º ESO

3º ESO

4º ESO

¿Qué hacemos este finde?*

4º Primaria – Actividades

Actividad 1

¿Por qué no lo dejas?



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia social y habilidades interpersonales
- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo físico
- Autonomía e iniciativa personal

OBJETIVOS

- Fomentar la autoestima
- Fomentar el autoconocimiento propio y el de los demás
- Fomentar el reconocimiento de las palabras de apoyo, especialmente la importancia de todas las competencias

RECURSOS MATERIALES

- Hoja de trabajo "¿Por qué no lo dejas?" (Anexo)
- Ficha de observación
- Ficha de reflexión

TIEMPO APROXIMADO

10 minutos

CONSTRUYE TU MUNDO

Autoestima, Habilidades de autoafirmación, Habilidades de interacción

Actividad 2

Soy Moncho, vuestro amigo



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo físico
- Autonomía e iniciativa personal

OBJETIVOS

- Fomentar el autoconocimiento físico del grupo
- Construir una imagen positiva del propio cuerpo y respetarlo a sí mismo

RECURSOS MATERIALES

- Moncho (Soy Moncho, vuestro amigo) (Anexo)
- Ficha de observación
- Ficha de reflexión
- Ficha de observación
- Ficha de reflexión

TIEMPO APROXIMADO

20 minutos

CONSTRUYE TU MUNDO

Expresión emocional, Habilidades de autoafirmación, Habilidades de interacción

Actividad 3

Quiero estar sano, ¿te enteras?



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo físico
- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo social
- Autonomía e iniciativa personal

OBJETIVOS

- Fomentar las habilidades y actitudes necesarias para la salud
- Realizar una autoafirmación tanto al grupo como al individuo

RECURSOS MATERIALES

- Quiero estar sano (Anexo) (Anexo)
- Ficha de observación
- Ficha de reflexión

TIEMPO APROXIMADO

31 minutos

CONSTRUYE TU MUNDO

Actitudes hacia la salud, Autocontrol, Habilidades de autoafirmación

Actividad 4

Nuestros derechos



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia social y habilidades interpersonales
- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo físico
- Autonomía e iniciativa personal

OBJETIVOS

- Fomentar la autoafirmación
- Conocer los derechos de todos los seres humanos

RECURSOS MATERIALES

- Carta de Derechos Humanos (Anexo)
- Ficha de observación
- Ficha de reflexión

TIEMPO APROXIMADO

37 minutos

CONSTRUYE TU MUNDO

Empatía, Valores universales, Participación social

Actividad 5

¿Qué buscas?



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia social y habilidades interpersonales
- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo físico
- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo social
- Autonomía e iniciativa personal

OBJETIVOS

- Fomentar la autoafirmación propia y la de los demás
- Conocer los derechos de todos los seres humanos

RECURSOS MATERIALES

- ¿Qué buscas? (Anexo) (Anexo)
- Ficha de observación
- Ficha de reflexión

TIEMPO APROXIMADO

43 minutos

CONSTRUYE TU MUNDO

Empatía, Toma de decisiones, Participación social

Actividad 6

Ayudar me hace sentir bien



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia social y habilidades interpersonales
- Competencia en el conocimiento y la comprensión del mundo físico
- Autonomía e iniciativa personal

OBJETIVOS

- Fomentar la participación social tanto en el grupo como en el individuo
- Fomentar el conocimiento de los derechos de todos los seres humanos
- Desarrollar actitudes positivas y respetuosas
- Respetar la diversidad

RECURSOS MATERIALES

- Ayudar me hace sentir bien (Anexo) (Anexo)

TIEMPO APROXIMADO

48 minutos

CONSTRUYE TU MUNDO

Actitudes hacia la salud, Empatía, Valores universales, Participación social

Actividades Complementarias

Actividad

La desgracia de Eco

ACT. FUNDOS COMPLEM. ENTARI. AS



COMPETENCIAS BÁSICAS
Competencia en comunicación lingüística.
Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS
Manifestar los propios sentimientos y saber expresarlos.
Mejorar la expresión oral.
Expresar sentimientos positivos.

RECURSOS MATERIALES
Leyenda La desgracia de Eco. (Adaptación de la mitología griega).
Ficha Juego de los sentimientos.

TIEMPO APROXIMADO
50 minutos

PÁGINA
1

Cuaderno del PROFESORADO

CONSTRUYE TU MUNDO

Autoestima, Empatía, Expresión emocional

Actividad

Digan lo que digan

ACT. FUNDOS COMPLEM. ENTARI. AS



COMPETENCIAS BÁSICAS
Competencia en comunicación lingüística.
Competencia social y ciudadana.
Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS
Fomentar el respeto y cuidado hacia las demás personas.
Favorecer las habilidades de autoafirmación.
Reflexionar sobre las diferencias de género.

RECURSOS MATERIALES
Capítulo Digan lo que digan. (Cuentos para conversar).

TIEMPO APROXIMADO
50 minutos

PÁGINA
6

Cuaderno del PROFESORADO

CONSTRUYE TU MUNDO

Habilidades de autoafirmación, Habilidades de interacción, Valores universales

Actividad

Tú y tu vida

ACT. FUNDOS COMPLEM. ENTARI. AS



COMPETENCIAS BÁSICAS
Competencia en comunicación lingüística.
Competencia para aprender a aprender.
Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS
Reforzar la autoestima.
Desarrollar valores como el esfuerzo y la constancia.

RECURSOS MATERIALES
Secuencia Tú y tu vida. (Video ti y la música).
Ficha Lo que sé hacer bien.
Ficha La gran redota.

TIEMPO APROXIMADO
50 minutos

PÁGINA
9

Cuaderno del PROFESORADO

CONSTRUYE TU MUNDO

Autoestima, Valores universales

Actividad

2

Me gusta lo que haces



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia para aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

- Favorecer la autoestima y la cohesión grupal.
- Valorar nuestras propias cualidades y reconocer las del resto de personas.
- Mejorar la capacidad de establecer relaciones positivas con los otros.
- Aprender a ser positivo y positiva.

RECURSOS MATERIALES

- Artículo de prensa "Yo he aprobado a amarme sola" (El Mundo).
- Ficha Me gusta que...
- Ficha Un cuadro de Alison.
- Ficha Mi cuadro.
- Temperas, ceras, lápices de colores y pinceles.
- Una cartulina blanca por alumno o alumna.

TIEMPO APROXIMADO

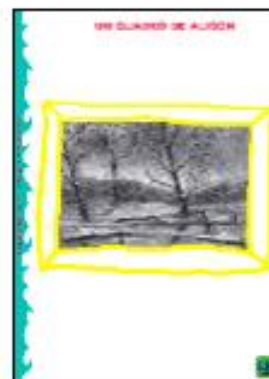
50 minutos

DESCARGAR

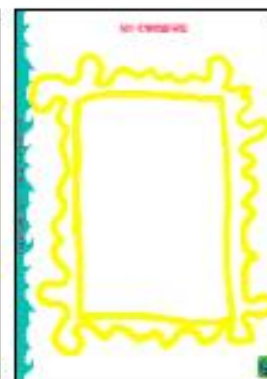
Fichas del alumnado



DESCARGAR



DESCARGAR



DESCARGAR

DESCARGAR TODAS LAS FICHAS

El regalo de Merlín



COMPETENCIAS BÁSICAS

- Competencia en comunicación lingüística.
- Competencia para aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

- Enriquecer el autoconcepto.
- Identificar las emociones propias y ajenas.
- Consolidar la autoestima.

RECURSOS MATERIALES

- Secuencia *El regalo de Merlín* (Merlín, El Encantador).
- Bloques de plastilina de cuatro colores: azul, verde, rojo y amarillo.
- Cajas de cerillas tamaño grande (por si algún niño o niña olvida traerla).
- Papel de colores para forrar las cajas de cerillas.
- Una cajita con un trocito de espejo en su interior.
- Hojas en blanco y lápices o ceras de colores.
- Ficha El regalo de Merlín.

TIEMPO APROXIMADO



SENTIDO PREVENTIVO

El autoconcepto empieza a formarse a muy temprana edad, englobando algo más que aquello que uno cree que es. Dentro del mismo se encuentran los elementos del entorno que el niño y la niña considera como extensión de sí mismo, así como el conjunto de sus capacidades y potencialidades.

La actividad que se desarrolla a continuación consiste en una búsqueda guiada por los niños de todo aquello que les hace sentirse valiosos: las personas que les quieren, los objetos que más estiman, las habilidades que dominan y las destrezas que están adquiriendo (sus potencialidades).

El crecimiento de la autoestima se produce cuando el niño o la niña profundiza en su propio autoconcepto, explorándolo en clave positiva.

Un ajustado autoconcepto, sumado a un nivel elevado de autoestima son factores de protección esenciales para una maduración y desarrollo personal capaz de afrontar con éxito los riesgos del entorno social.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

0 FASE

Se indicará que el día que se vaya a desarrollar la actividad han de traer de su casa una caja de cerillas vacía (tamaño grande). En su defecto, llevarán una cajita de las mismas dimensiones para hacer un descubrimiento muy interesante.

1ª FASE

Introducción y motivación

Se presenta la actividad como un juego en el que van a descubrir cuántas personas les quieren y a cuántas quieren ellos; lo que saben hacer y lo que son capaces de aprender.

Se creará expectación, anunciando el mensaje de alguien muy especial.

Se lanzarán algunas preguntas de aproximación:

- ¿Quiénes son vuestros amigos y amigas?, ¿cómo se llaman?
- ¿Qué cosas sabéis hacer muy bien?, ¿pintar?, ¿jugar al balón?
- Decidme cosas que tenéis y que os gustan mucho: ¿una pelota?, ¿una bici?

2ª FASE

Merlín, El Encantador

Se pone la escena seleccionada de Merlín, el Encantador, en la que el mago está con Arturo. A continuación, realiza las siguientes preguntas al grupo:

- ¿Quién era Merlín?
- ¿Cómo se llamaba el niño amigo de Merlín?



PARA MÁS INFORMACIÓN

CONSEJERIA DE SALUD

SERVICIO DE DROGODEPENDENCIAS

SECCIÓN DE PREVENCIÓN

942 20 79 53

PRDCES@CANTABRIA.ES

