

ANEXOS

ANEXO 1

Matriz del programa “Crecer sin drogas” INTRAID-TARIJA

Objetivos	Actividad	Material	Tiempo
<p>-Comprender en que consiste el programa, su duración y metodología.</p> <p>-Compartir su estado de ánimo y fortalecer la integración grupal.</p>	<p>-Presentación</p> <p>-Frase de la semana</p> <p>-Canción “nuestro saludo”</p> <p>-Integración grupal</p> <p>-El reporte del clima</p> <p>-Evaluación Pretest</p>	<p>-Tarjetas de presentación</p> <p>-Hojas bon en blanco</p> <p>-Lápices de colores</p> <p>-Maskin</p> <p>-Un pliegue de cartulina (reporte del clima)</p>	1:40 min.
<p>-Ejercitaran responsabilidades, elaborando sus propias normas.</p> <p>-Tendrán una actitud positiva hacia el trabajo en grupo.</p>	<p>-Frase de la semana</p> <p>-Que tenemos en común</p> <p>-La cajita de los recuerdos</p> <p>-Conversemos de nosotros</p> <p>-La pelota de papel</p> <p>-Las reglas de oro</p>	<p>-Pelota de papel</p> <p>-Maskin</p> <p>-Cinco sets de tarjetas</p> <p>-Marcadores</p>	1:40 min
<p>-Identificar los estilos de liderazgo.</p> <p>-Conocerán que es un líder y cuáles son sus características.</p>	<p>-Frase de la semana</p> <p>-Que es un líder</p> <p>-Los personajes y sus características</p> <p>-Estilos de liderazgo</p> <p>-El tren ciego</p> <p>-Evaluación</p>	<p>-Cinco tarjetas de liderazgos</p> <p>-Papelógrafos con los tipos de lideres</p> <p>-Marcadores</p> <p>-Maskin</p>	1:40 min
<p>Reconocer los componentes de la salud integral.</p>	<p>-Frase de la semana</p> <p>-El programa de televisión</p> <p>-Mi salud integral</p> <p>-El escudo de la salud</p> <p>-Evaluación</p>	<p>-Marcadores</p> <p>-Hojas bon blanco</p> <p>Colores</p> <p>-Cartulina con el triángulo de la salud</p>	1:40 min
<p>Comprender porque las personas toman alcohol</p>	<p>-Frase de la semana</p> <p>-Porque toman alcohol algunos jóvenes</p>	<p>-Cuatro tarjetas de situaciones</p> <p>-marcadores</p>	1:40 min

	-Ejercicio “como decir no al alcohol”		
Conocerán los efectos y consecuencias físicas, personales, familiares y sociables del bebedor problema.	-Frase de la semana -Una historia personal -Daño físico por las bebidas alcohólicas -La historia de Don Manuel	-Marcadores -Historia de Don Manuel -Tarjetas con las preguntas de Don Manuel	1:40 min
Comprender los riesgos que implica el mal uso de medicamentos	-Frase de la semana -Momentos de riesgo -La porra	-Tarjetas de momentos en riesgo	1:40 min
Fortalecer la toma de decisiones con responsabilidad	-Frase de la semana - ¿Cuándo tomamos decisiones? -Toma de decisiones -El semáforo - ¿Quién toma decisiones? -Aprendamos a tomar decisiones	-Hojas impresas sobre decisiones diarias -Marcadores -Hoja con las preguntas de ¿quién decide?	1:40 min
Ejercitar su creatividad a través del diseño novedoso en publicidad para prevenir el consumo de alcohol y tabaco.	-Frase de la semana -La influencia de la publicidad -Jugando a los publicistas	-Pliegue de cartulinas -Tijeras -Maskin -Marcadores -Colores	1:40 min
Identificar recursos que les permita utilizar de manera positiva su tiempo	-Frase de la semana - ¿Qué hago en mi tiempo libre? -Analizando mi tiempo libre -Mi tiempo libre en la escuela y barrio	-Hojas bon -Marcadores -Lapiceras	1:40 min
Comprender las reacciones emocionales que son únicas en cada persona	-Frase de la semana -Los números -La historia de mis sentimientos -El cofre de mis sentimientos	-Hojas bon -Hojas impresas con imágenes de sentimientos -Colores -Marcadores -Maskin	1:40 min

Comprender los efectos físicos y psicológicos que provocan el alcohol	Frase de la semana Cuento de una persona alcohólica Dinámica “lo que la bebida hace al cuerpo”	-Hojas bon -Marcadores -Cartulina “fases de la embriaguez” -Maskin	1:40 min
Describir la importancia de prevenir el consumo de drogas	-Frase de la semana -La historia de José -Dinámica de reflexión y recreación: expresión de amistad - ¿Qué son las drogas?	-Tarjetas de la historia de José -Historias impresas de personas que consumen drogas -Videos sobre los efectos de las drogas -Data -Parlantes	1:40 min
-Tendrán conciencia de sus características personales. -Habrán dado a conocer aspectos de su identidad al interior del grupo.	-Frase de la semana -Si yo fuese -Mi autobiografía	-Hojas bon -Fotocopias de Mi autobiografía -Marcadores	1:40 min
Reconocer y valorar las capacidades de su cuerpo	-Frase de la semana -Mi descripción -Como son las personas de la televisión -Conversando con mi cuerpo	-Colores -Hojas bon -Marcadores	1:40 min
Descubrir y aceptar los cambios que producen la adolescencia	-Frase de la semana -Estoy creciendo -Etapas de mi cuerpo -Dinámica de animación el conejo escapa	Marcadores Hojas bon	1:40 min
Reforzar los contenidos aprendidos	-Ultima frase de la semana -Como llegue y como me voy -Aplicación del Post test -Lo digo por escrito -Nublado-despejado	-Hojas bon -Hojas de evaluación -Marcadores	1:40 min.
Total			30 horas

Total de horas en la Práctica Institucional	
Unidades Educativas	Total de horas trabajadas
Aniceto Arce Turno Tarde	180 horas
Dr. Alberto Baldivieso	240 horas
Total	420 horas

ANEXO 2

Cuestionario de Pretest y Post test

CUESTIONARIO

Lee atentamente las preguntas, y encierra en un círculo la respuesta que sea correcta. Encierra en un círculo las drogas que conoces.

1.- Un buen líder es aquel que.....

- a) Guía y conduce al grupo de amigos
- b) Ordena lo que debes hacer
- c) Solo da consejos, no deja que los demás asuman responsabilidades

2.-Para tomar una decisión.

- a) Debo informarme, pensar en las ventajas y desventajas.
- b) Debo tomar decisiones rápidas, sin pensar en lo que pueda suceder
- c) Debo dejar que otros decidan lo que es bueno para mí.

3.- La comunicación es:

- a) Expresar a tus padres y hermanos, tu afecto, amor y decirles lo que piensas
- b) Es gritar, ordenar, y hacer sentir mal
- c) Es solo escuchar sin mencionar lo que piensas.

4.- La propaganda que ves y escuchas en la radio y la televisión

- a) Vuelven a los niños más agresivos
- b) Nos dan mensajes buenos
- c) No veo publicidad.

5.- La autoestima significa

- a) Ser el mejor, y lograr que los demás nos quieran y respeten
- b) Aceptarnos, respetarnos, valorarnos a nosotros y también a las demás personas.
- c) Es buscar popularidad con tus amigos y sentirte elogiado por ellos

6.- El alcoholismo es:

- a) Una enfermedad
- b) Una costumbre
- c) Algo natural en las personas mayores

7.- Las personas que beben alcohol

- a) A veces se ponen agresivos y violentos y hacen daño a su familia
- b) Son más populares con sus amigos.
- c) No se

8.- ¿Que puedes hacer para cuidar tu salud?

- a) Consumir medicamentos sin receta
- b) Tener diversiones sanas, y no consumir drogas
- c) Tener buen carácter, buen humor, descanso.

9.- ¿Ahora que has crecido, ¿qué cambios has notado en tu forma de pensar?

- a) Me siento confundido, a veces alegre, a veces triste, quiero estar solo.
- b) No he notado ningún cambio.

10.- Cuando estas con tus padres

- a) Les dices lo que sientes y les comentas tus problemas
- b) No hablo con ellos
- c) Si tengo problemas cuento solo con mis amigos

11.- ¿Cómo te relacionas con tus amigos, profesores, y otras personas?

- a) Soy callado, tranquilo, prefiero estar en casa.
- b) Soy más alegre y cariñoso, y prefiero estar con mi profesor y mis amigos, no con mis padres
- c) No me gusta el colegio ni mis amigos, prefiero estar solo

12.- ¿Qué son las drogas?

- a) Es una sustancia que beneficia al sistema central
- b) Es toda sustancia que afecta el sistema nervioso central provocando una alteración física o psicológica.
- c) Son sustancias que no te hacen daño a largo plazo

13.- ¿Cuáles de las siguientes son consideradas drogas?

- a) Alcohol, cigarro electrónico, medicamentos sin prescripción médica, tabaco, estimulantes, tranquilizantes, cocaína, marihuana, inhalables.
- b) Alcohol, tabaco, marihuana, estimulantes, inhalables y cocaína, hoja de coca y bicarbonato.
- c) Medicamentos sin prescripción médica, cigarro electrónico, tranquilizantes, café.

14.- Selecciona los tipos de lideres

- a) líder político, líder juvenil.
- b) líder democrático, líder posesivo
- c) líder autoritario, líder liberal, líder paternalista

ANEXO 3

Sesión 3 – Somos líderes

LIDER AUTORITARIO

Es una persona que da órdenes, no escucha a sus compañeros, no los deja participar por:

EJ: *Muy buenos días compañeros, quería avisarles que el día sábado vamos a plantar, unas flores en el jardín, que todos deben estar aquí a las ocho de la mañana, Juan debe traer una pala; María, debe traer las plantas; Adrián debe traer de su casa una picota, y todos deben trabajar; así que ya saben los espero el sábado.*

LIDER DEMOCRATICO

Es una persona que da a conocer a todos, la actividad que va a realizar, pide la opinión, y la participación de todos, permite que los demás hablen y escucha sus opiniones, como por EJ: *Muy buenos días compañeros, quería avisarles que tenía pensando que todos ayudemos a que nuestro colegio se vea más bonito, que les parece si el día sábado nos reunimos todos a las ocho, y plantamos flores, les parece buena idea?... quien podría traer de su casa una pala, también necesitamos picotas, y flores, levante la mano los que pueden traer lo indispensable, ahora si ustedes tienen otras ideas pueden opinar y así organizamos los grupos.*

LIDER LIBERAL

Es una persona insegura, que no toma decisiones, no organiza los grupos, deja que los niños hagan lo que quieran, como por Ej.: *Muy buenos días compañeros, quería avisarles que la profesora quiere que vengán el sábado a limpiar el jardín del colegio, porque no se organizan ustedes, yo no tengo mucho tiempo, ustedes vean quien puede traer plantitas, palas y picotas. Yo los dejo ahora y me avisan después.*

LIDER PATERNALISTA

Es una persona que quiere ocuparse de todo, no deja que los demás participen, como por EJ.: *Muy buenos días compañeros, tengo una idea muy buena que les parece si venimos el sábado a limpiar el jardín del colegio, yo puedo traer todo lo que se necesita ustedes no se preocupen de nada, solo vengán el sábado un ratito, plantamos unas flores, y si no pueden quedarse no importa, yo me quedare hasta terminar; ¿qué les parece esta idea?*

ANEXO 4

Sesión 8 - Decisiones responsables

QUIEN DECIDE

▪ Que ropa ponerse
▪ Si llevar o no llevar chamarra a la escuela
▪ El largo del pelo
▪ Si tomas o no desayuno
▪ Que ver en la televisión en la noche
▪ Cuando hacer las tareas
▪ A qué hora irse a acostar los días de semana
▪ Con quien sentarse en la sala
▪ Con quien estar en el recreo
▪ Que materias estudiar en la escuela
▪ Que hacer en nuestro tiempo libre
▪ Que hacer en las vacaciones

MIS DECISIONES DIARIAS Marca una sola respuesta o alternativa	MARCA
1.-Todos los días yo me levanto. a) Sin que nadie me despierte b) Porque mis padres me despiertan c) Cuando ya me lo han repetido muchas veces	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
2.- Voy al baño y a) Me lavo solo la cara b) Me lavo la cara y los dientes c) Me lavo el cuerpo y los dientes	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
3.- Para vestirme ocupo la ropa a) Que mi mama me deja b) Que yo deajo lista c) Que primero encuentro	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
4.- En el desayuno tomo a) Lo que me sirven b) Lo que yo preparo c) Nada	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
5.-Cuando voy a la escuela a) Paso a buscar a un amigo b) Me van a dejar c) Me voy solo	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
6.- En el recreo a) Me quedo solo en la sala b) Me quedo solo en el patio c) Me junto con mis amigos	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
7.-Al salir de la escuela a) Me voy derecho a casa b) Me quedo un rato a la salida de la escuela c) Nos vamos con otros compañeros a otro lugar	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
8.-Cuando tengo tareas a) Las hago inmediatamente b) Las deajo para la última hora c) Las hago al otro día en la escuela	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
9.-Ya en la noche a) Me acuesto temprano b) Me quedo viendo televisión c) Converso con mis papás	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>

ANEXO 5

Sesión 5 – Podemos decir no al alcohol

SITUACION 1

Sonia es una niña que tiene 10 años y estaba en una fiesta en la casa de sus tíos. Casi toda la gente, incluso los niños, tomaba cerveza o vino. Un primo se acercó y le sirvió un vaso de cerveza a Sonia.

Conversación:

Role Pla ying

Primo: Tomate un vasito Sonia.

Sonia: No, yo no tomo alcohol, ¿me puedes servir un refresco?

SITUACION Nº 2

Manuel llegó a la casa y se encontró con su hermano mayor Francisco y una pandilla de amigos suyos, tomando cerveza, vino, yupicol, Francisco le dijo sonriendo a Manuel, “oye tomate un trago” y le acercó una botella de cerveza. Manuel no quería y su hermano le dijo “solo un trago no seas guagua”.

Conversación

Role Pla ying

Francisco: Ya pues Manuel no seas guagua y tomate un vaso.

Manuel: Te dije que no, gracias. Me voy a jugar afuera

SITUACION Nº 3

Carlos era nuevo en el colegio. Un día dos niños de su curso, se acercaron a él y le dijeron “Si pruebas esto podrás ser amigo nuestro” y le pasaron una botella chica de cerveza.

Conversación

Role Pla ying

Compañero: ¡Oye Carlos, quieres ser amigo nuestro?, para serlo tienes que tomar esto (*mostrándole la bebida*)

Carlos: No gracias, No me gusta tomar.

SITUACION Nº 4

Patricia estaba triste porque se le había perdido su perrito que quería mucho. Lo buscó por todo el barrio y no apareció. En la noche estaba muy apenada y su papa le dijo tomate un vasito de vino.

Conversación:

Role Pla ying

Papa: Ven Patricia, tomate un vasito de vino para la pena.

Patricia: Gracias papá, pero no quiero tomar.

ANEXO 6

Sesión 10 – Nuestro tiempo libre

¿QUIERES SABER EN QUE OCUPAS TU TIEMPO LIBRE?

Veamos primero cuanto tiempo libre tienes en un día

1.- ¿Si un día tiene 24 horas? ¿Cuántas horas tú ocupas en?:

- Dormir.....horas
- Comer.....horas
- Ir al Colegios.....horas
- En hacer las tareas y estudiar.....horas

2.- ¿Cuantas horas libres te quedan?

- Yo tengo.....horas libres al día

3.- De estas horas yo ocupo

- En ver televisión.....horas
- Jugando.....horas
- Cuidando hermanos.....horas
- Haciendo deporte.....horas
- Acomodando mi cuarto.....horas
- En salir a la calle.....horas
- Leyendo.....horas
- Escuchando música.....horas
- En estar con amigos.....horas
- En otra actividad.....horas

4.- Si todos los días tengo.....horas libres, a la semana yo tengo.....horas libres.

5.- Yo gasto la mayor parte de mis horas libres en

Anexo 7

Sesión 15 – ¿Cómo somos?

MI AUTOBIOGRAFIA

Me llamo.....y tengo.....año.....
Mi cumpleaños es el.....
Tengo los ojos..... y el pelo.....
Soy.....
Lo que más me gusta de mí es.....
Mi papá es..... Y mi mamá es.....
Tengo..... hermanos y..... hermanas. Con el que más juego es con.....
En mi escuela yo lo paso.....
Pero a veces.....
Me gusta mucho mi profesor de.....
Porque.....
Mis mejores amigos(as) son.....
Y con ellos(as).....
Después de la escuela yo casi siempre.....
Lo que más me entretiene es.....
Los fines de semana me gusta.....
Cuando sea grande quiero.....

ANEXO 8

Sesión 16 – 17 Mi cuerpo es valioso – Mi cuerpo está cambiando

MI DESCRIPCION

Nombre.....
Peso..... color de pelo.....
Color de ojos..... Estatura.....
Las partes de mi cuerpo que más me gustan son.....
Las partes de mi cuerpo que menos me gustan son.....

ESTOY CAMBIANDO

- A los cinco años lo que más me gustaba hacer era.....
- Me gustaba jugar a.....
- Lo que más me costaba realizar era.....

Posteriormente en la otra mitad de la página, dibujaran como son actualmente y contestarán otras preguntas.

- ❖ Lo que más me gusta hacer ahora es.....
- ❖ Mis juegos preferidos son.....
- ❖ Ahora me cuesta realizar.....
- ❖ Y se me hace más fácil hacer.....

ANEXO 9

Fotografías de actividades realizadas mediante la Práctica Institucional

