

Unidad Didáctica: 6 – Hábitos saludables y educación emocional **Sesión nº: 4**

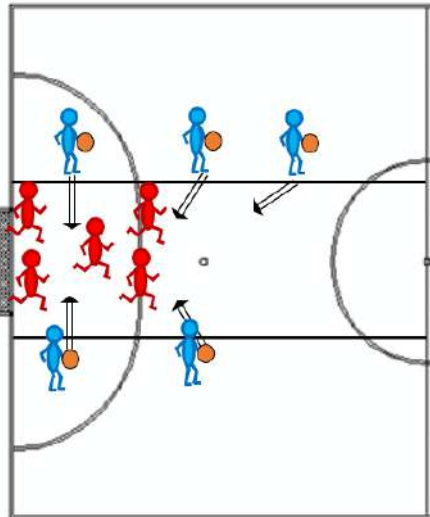

Objetivos de la sesión: concienciar al alumnado sobre la importancia de la seguridad; aprender los procedimientos básicos de primeros auxilios; y trabajar la responsabilidad y la empatía.

Estilo(s) de enseñanza utilizado(s): asignación de tareas.

Materiales e instalaciones: tarjetas con elementos de un botiquín (y elementos que no lo sean), pelotas de gomaespuma y aros.

Duración: 1 hora

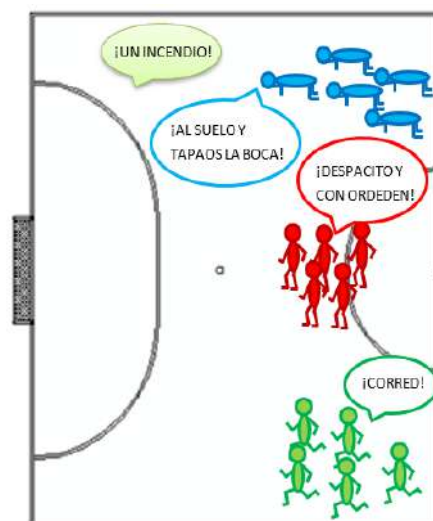
DESARROLLO DE LA SESIÓN

Tarea	Representación gráfica
<p><u>Parte inicial (calentamiento)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Trabajo de movilidad articular (5 minutos). • Siempre con seguridad (6 minutos): se dividirá al grupo en dos equipos. Uno de los grupos se colocará a ambos lados de un pasillo de dos líneas separadas 5 metros. El otro grupo deberá pasar por el pasillo tratando de no ser golpeado por ninguna pelota. El grupo colocado a ambos lados del pasillo, deberá lanzar pelotas de gomaespuma a sus compañeros pero siempre por debajo de la cintura, para asegurar la seguridad de los jugadores. Si se incumple esta norma, el monitor parará el juego y el jugador deberá disculparse con el jugador del equipo rival que ha sido golpeado. 	
<p>En esta sesión, el monitor explicará los principales aspectos básicos de seguridad y primeros auxilios como: la secuencia de actuación en un accidente o durante una reanimación, etc.</p> <p><u>Parte principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprender a caer (6 minutos): se dividirá al grupo en parejas o tríos y cada subgrupo tendrá una colchoneta. El monitor irá indicando diferentes situaciones relacionadas con formas de caídas, lugares de caída, etc., y los jugadores deberán encontrar la mejor forma de caer en esas situaciones/superficies para no sufrir daños. 	

• **El botiquín más completo (8 minutos):** se dividirá al grupo en varios equipos con el mismo número de integrantes. El monitor colocará, al otro lado de la pista, un aro para cada equipo, en el que meterá diferentes tarjetas con elementos que pueden ir dentro de un botiquín y elementos que no. Se realizará una carrera de relevos en la que los desplazamientos se realizarán siguiendo las indicaciones del monitor (cuadrupedia, saltando, corriendo, etc.) y los jugadores deberán recoger del aro aquellos elementos que sí pertenecen a un botiquín para llevarlos al lugar en el que se encuentra su grupo. Ganará el equipo que, tras varias rondas, haya cometido menos errores a la hora de elaborar su propio botiquín.



• **Actúa con efectividad (10 minutos):** se dividirá al grupo en varios subgrupos de 5 o 6 personas. Cada grupo deberá representar una situación de peligro (un accidente de tráfico, un terremoto, un incendio, etc.) y actuar como actuarían en esa situación. Ganará el grupo más original y que mejor realice la solución de problemas.



Parte final (vuelta a la calma)

• **¿Qué te ocurre? (6 minutos):** se dividirá al grupo en parejas. Un jugador de cada pareja deberá representar un problema de primeros auxilios (un ahogamiento, una fractura, un desmayo, etc.) y su compañero deberá tratar de averiguar de qué problema se trata.

