



**FUNDACIÓN FORJA**  
A D I C C I O N E S

PRESENTA:

**“LA BUENA VIDA”**  
**I EDICION**

**Proyecto socioeducativo para la prevención de conductas adictivas en menores escolarizados en Primaria**

## GUIA PARA EL PROFESOR DE PRIMARIA

Estimado profesor:

Ante todo agradecerle su colaboración en este proyecto que hemos iniciado desde nuestra Fundación.

Con esta iniciativa pretendemos ir concienciando a la sociedad y sobre todos a los niños, de la importancia de llevar una vida saludable y por supuesto evitando conductas o usos de sustancias que dañen nuestro cuerpo.

Para nosotros la prevención es básica por eso hemos pensado en este concurso para que los alumnos vayan adquiriendo y afianzando hábitos de vida sanos.

Antes de comenzar con el desarrollo del concurso sería conveniente trabajar con los alumnos la temática a tratar. Dependiendo de los conocimientos que los menores puedan tener, les ofrecemos varias actividades para introducir el tema y así poder trabajarlo.

### Consideraciones previas a la iniciación del concurso.

1.- Es importante introducir a los alumnos conceptos como “estar sano”, “saludable”, “vida sana”, si no están familiarizados con ellos.

Para ellos proponemos las siguientes actividades:

- Sopa de letras.

Desarrollo: Crear una sopa de letras donde deban encontrar diferentes palabras: hábitos, alimentación, ejercicio, salud, agua, verdura, ocio, dormir, estudio.

Se crean dos equipos con los alumnos. Cada equipo deberá encontrar todas las palabras, y además escribir una definición para cada una de ellas.

Ganara el equipo que haya encontrado todas las palabras y mejores definiciones que haya escrito.

- Listado de cosas perjudiciales para no llevar una vida saludable.

Desarrollo: Cada equipo deberá hacer un listado de las cosas que no cree adecuadas para llevar una vida saludable.

Aquel equipo que más cosas ponga, ganará.

- La canción.

Desarrollo: los alumnos deberán crear una canción donde estén incluidas palabras relacionadas con una vida saludable.

2. Para ayudarles en esta tarea les recomendamos los siguientes enlaces:

- <http://www.serpadres.es/salud/salud/cinco-habitos-saludables-para-los-ninos.html>
- <http://www.vitadelia.com/alimentacion-y-nutricion/profesionales-madrilenos-presentan-renovada-piramide-de-estilo-de-vida-saludable-para-ninos-y-adolescentes>
- [http://www.alimentacionyvida.org/nin\\_01\\_Trucos.html](http://www.alimentacionyvida.org/nin_01_Trucos.html)

3. Como medida de apoyo en esta tarea, queremos ofrecerles una **charla de presentación** para los alumnos.

Esta charla será impartida por el personal de la Fundación a petición del colegio, en un día y horario acordado, para presentar a los alumnos la temática y el concurso en concreto, y así motivarles para que lo realicen.

En ella se explicara a los alumnos o se reforzará el concepto de vida sana y lo que ello conlleva.

Para cualquier duda, contacten con nosotros.

Fundación Canaria Forja  
C/ León y Castillo nº 140  
Tel.: 928-431942 – Fax: 928-432178  
[gerencia@fundacionforja.org](mailto:gerencia@fundacionforja.org)

Colabora:

