



# Experiencia exitosa: Rally "Carrera por la salud"

Profa. Benedicta Feliciano Bautista  
Promotora de Educación ambiental y salud  
30 de junio de 2020.

## Introducción.

Las actividades que se llevan a cabo en el área de educación para la salud inciden directamente en el aprendizaje de los alumnos, a partir de incorporar y reorientar las prácticas académicas, el desarrollo de habilidades, el logro de conocimientos y el fomento de su aplicación a situaciones de la vida cotidiana.

El entorno escolar es un espacio en el que es posible aumentar, practicar y fortalecer el conocimiento sobre la promoción de la salud y la prevención de enfermedades, ayudando a que los alumnos y padres de familia tomen una decisión oportuna en torno a su salud e incidan en las prácticas que se realizan en los distintos ámbitos de la vida.

La finalidad de este rally es retroalimentar contenidos de educación para la salud por medio de estrategias didácticas, en donde la comunidad escolar aprenda y conviva mediante el juego y el trabajo colaborativo, favoreciendo el desarrollo de competencias que incidan en la salud individual, familiar y colectiva.

**Objetivo:** Retroalimentar los conocimientos de los alumnos en las asignaturas de ciencias naturales, formación cívica y ética, conocimiento del medio y educación socioemocional, en contenidos relacionados a educación para la salud mediante la aplicación de actividades lúdicas, trabajo colaborativo y participativo

El rally “**Carrera por la salud**” se integra por 8 estaciones que a continuación se mencionan:


1. Sopita de la salud.
2. Ruleta de salud bucal
3. Plato del bien comer (alimentación)
4. Valores y antivalores
5. Derecho de los niños
6. Cuerpo humano
7. Boliche de las Vacunas
8. Conociendo mis Emociones.

Con anticipación los docentes integran los grupos clasificándoles por un color que a cada equipo se le asigna, de modo que al iniciar con las actividades ya se encuentren preparados.


Cada equipo trabaja en cada estación acompañado por uno o dos padres de familia por un tiempo de 10 minutos. A medida que todos los alumnos pasen a cada estación donde se encuentra cada uno de los juegos a desarrollar, así también una hoja donde se hará el registro de puntos obtenidos y los premios que se entregan al finalizar las actividades. En cada estación estará a cargo un docente frente a grupo de la escuela, dando seguimiento a cada una de las actividades.

El Rally se divide en 8 estaciones las cuales se describen de la siguiente manera.


### ESTACION 1: Sopita de la salud

ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Formación Cívica y Ética.</li> <li>➤ Bloque I.</li> <li>➤ Identifica y usa la información que contribuye a un cuidado eficiente de la salud.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ En esta actividad el equipo debe encontrar 10 palabras en la sopa de letras relacionadas al cuidado de la salud. Por ejemplo: vacunas, pulmones, molares, bacterias etc.</li> <li>➤ Para ello el docente les menciona algunas pistas sobre la palabra que debe ubicar y encerrar, por ejemplo: es una dosis de vida, el equipo tendrá que relacionar las pistas e identificar la palabra que van a encontrar, en este caso la palabra a encontrar es vacunas. Por Cada palabra correcta el equipo gana un punto.</li> <li>➤ El docente registra el resultado obtenido del equipo.</li> </ul>	


## ESTACIÓN 2: Ruleta de salud Bucal.

ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Educación Socioemocional.</li> <li>➤ Primer trimestre.</li> <li>➤ Practica hábitos de higiene personal para mantenerse saludable.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ En esta dinámica cada uno de los participantes respetan su turno para girar la ruleta, en ella se encuentra 10 preguntas relacionadas al cuidado de salud bucal.</li> <li>➤ la pregunta que indique la flecha será contestada correctamente por el resto del equipo.</li> <li>➤ Cabe mencionar que cada pregunta tiene el valor de un punto, el resultado obtenido será registrado por el docente.</li> </ul>	


### ESTACIÓN 3: Plato del bien comer (alimentación)

ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Ciencias Naturales.</li><li>➤ Bloque I.</li><li>➤ Analiza las características de una dieta basada en el plato del bien comer y la comparan con sus hábitos alimenticios.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Para llevar a cabo la actividad en esta estación se utiliza una mesa, en ella se colocan recortes de imágenes de alimentos que contiene el plato del bien comer, así también la silueta del plato dividido en los tres grupos, frutas y verduras, cereal y tubérculos, leguminosas y alimentos de origen animal.</li><li>➤ El equipo tiene que identificar y ubicar los alimentos en el grupo que corresponde.</li><li>➤ El docente da pistas para facilitar la actividad.</li><li>➤ Al finalizar dan una breve explicación dónde mencionen sus hábitos alimenticios.</li></ul>	


## ESTACIÓN 4: Valores y antivalores

ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Formación Cívica y Ética.</li><li>➤ Bloque I</li><li>➤ Valora la convivencia pacífica y sus beneficios.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Para dar arranque a esta actividad los alumnos con el apoyo de un padre de familia identifican valores y antivalores.</li><li>➤ Comenzaremos presentando un papel cascarón con orificios y tapas que representan la imagen de un valor y su antivalor. teniendo en cuenta que a la izquierda se encuentran 7 valores y a la derecha 7 antivalores.</li><li>➤ Los alumnos deben colocar las tapas en el orificio correspondiente.</li><li>➤ por cada uno ubicado correctamente ganan un punto</li><li>➤ el resultado obtenido lo registra el docente.</li></ul>	

## ESTACION 5: Derechos de los niños y las niñas.


ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Formación Cívica y Ética.</li> <li>➤ Bloque III.</li> <li>➤ Reconoce que las mujeres y los hombres tienen los mismos derechos y oportunidades de desarrollo en condiciones de igualdad.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ En esta estación el equipo junto con padres de familia, deben ubicar correctamente 10 derechos de los niños y las niñas, por ejemplo: derecho a vivir, a la educación, a un nombre, a la salud. etc.</li> <li>➤ Para ello, tienen que observar imágenes que se encuentran pegadas en un papel cascaron con orificios, tapas con el número correcto de sílabas y círculos de cartulina con una palabra en el centro.</li> <li>➤ El equipo intenta encontrar en 10 minutos los 10 derechos sin olvidar observar primero las imágenes, enseguida formar el nombre del valor y por último colocar la tapa con el número correcto de sílabas.</li> <li>➤ el resultado obtenido lo registra el docente.</li> </ul>	

## ESTACIÓN 6: El cuerpo humano.


ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Ciencias Naturales.</li><li>➤ Bloque I.</li><li>➤ Explica el funcionamiento integral del cuerpo humano a partir de las interacciones entre diferentes sistemas.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Comenzaremos esta actividad presentando la silueta del cuerpo humano marcada en unicel.</li><li>➤ El equipo tiene que ubicar 10 órganos importantes en la silueta como el cerebro, la tráquea, el corazón, hígado, páncreas, estómago, riñones, intestino grueso y el intestino delgado.</li><li>➤ El encargado de la estación da pistas para que expliquen el funcionamiento de cada órgano, y de esa manera ganen puntos colocando correctamente.</li><li>➤ el resultado obtenido lo registra el docente, no sin antes mencionar la importancia de cuidar y mantener saludable nuestro cuerpo.</li></ul>	



### ESTACIÓN 7: Boliche de vacunas.

ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"><li>➤ Ciencias Naturales</li><li>➤ Bloque I</li><li>➤ Valora las vacunas como aportes de la ciencia y del desarrollo técnico para prevenir enfermedades, así como de la cartilla nacional de salud para dar seguimiento a su estado de salud.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ En esta actividad se colocan en el piso 4 imágenes representando bacterias, gérmenes y virus, elaboradas de fomi.</li><li>➤ El equipo ordenado y respetando turnos se le entrega una pelota de plástico con la cual intentaran derrumbar las imágenes.</li><li>➤ Por cada una que fallen se les realiza una pregunta, por ejemplo: ¿De qué están hechas las vacunas? ¿Cuáles vacunas conoces? ¿Quién pone las vacunas? ¿en dónde se lleva el control de las vacunas? Etc. Son diez preguntas que deberán contestar correctamente, cada pregunta tiene el valor de un punto.</li><li>➤ El docente registra el puntaje obtenido del equipo.</li></ul>	

## ESTACIÓN 8: Conociendo mis emociones.

ASIGNATURA Y APRENDIZAJE ESPERADO.	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD.	IMAGEN DEL MATERIAL UTILIZADO.
<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Formación Cívica y Ética.</li> <li>➤ Bloque II</li> <li>➤ Reconoce sus emociones y respeta la forma en que sus compañeros las manifiestan.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Para llevar a cabo esta actividad se requiere de una o dos mesas, ya que en ellas se colocan círculos elaborados de cartulina de colores y pegadas en un abatelenguas, cada uno con una letra en el centro.</li> <li>➤ El equipo intenta descubrir y formar las 5 distintas emociones por ejemplo: miedo, alegría, tristeza, enojo y afecto, formando la palabra MATEA.</li> <li>➤ El docente los orienta diciéndoles lo siguiente: es un estado anímico que ocurre por un acontecimiento desfavorable como, el llanto, melancolía, falta de ánimo etc.</li> <li>➤ En este caso el equipo debe saber que la descripción se enfoca a la emoción de la tristeza. De esta manera se continúa hasta terminar con las demás emociones, las cuales tendrán que acertar para ganar ya que cada uno tiene el valor de 2 puntos.</li> <li>➤ Al finalizar el encargado de la estación registra el resultado obtenidos por el equipo.</li> </ul>	 <p>The image shows five vertical sticks (abatelenguas) with colorful circles (M, A, T, E, A) attached to them, arranged to spell out the word 'MATEA'. There are also small figures of children on the sticks.</p>

Al finalizar las actividades se realiza el conteo de los puntos obtenidos por cada equipo y, en plenaria, con los padres de familia se hace entrega de un pequeño premio, para agradecer su participación y apoyo en el desarrollo del rally.

Con la participación del director y docentes se lleva a cabo una pequeña evaluación, donde se consideran los siguientes criterios:

<b>Criterios a considerar en el desarrollo de las actividades</b>	<b>Si</b>	<b>No</b>
Participación activa de los alumnos		
Se respetó el tiempo acordado para cada estación		
Hubo respeto en el desarrollo de las actividades		
Todos los involucrados cumplieron con las comisiones asignadas		
Se cumplió el objetivo de las actividades		

Con estos puntos a considerar se concluye las actividades, no sin antes agradecer la disposición, la participación y el apoyo del director y docentes.