

Ciclo: 2º

Curso: 3º/4º

TEMA: SER PERSONA. EL VALOR DE LA
SALUD “**Actividades para la familia**”



OBJETIVOS

- Valorar las repercusiones de determinadas conductas sobre la salud y la calidad de vida familiar .

ACTIVIDAD

- Confeccionar con la ayuda de las familias, a medida que se desarrolla el tema de trabajo, el diccionario de la Salud, por medios de dibujos y palabras.
- Con las familias conseguir recetas de platos típicos y analizarlos con la rueda de alimentos en cuanto a su presencia de diferentes nutrientes.
- Complimentar el cuestionario adjunto por parte de las familias y hacer una puesta en común con lo datos obtenidos en la reunión con madres y padres. .

SUGERENCIAS METODOLÓGICAS

Se puede aprovechar una de las reuniones con las familias o bien a través de la escuela de padres y madres para realizar el cuestionario. Después se sugiere, en la puesta en común, destacar los aspectos a mejorar para tener un estilo de vida más saludable.

MATERIALES

Ficha :El cuestionario sobre la salud.

EVALUACIÓN / SUGERENCIAS

Indicador de evaluación: Mejorar hacia estilos de vida más saludables.



Cuestionario sobre la salud

Lea detenidamente cada pregunta y marque con una X la casilla que le parezca más adecuada.

	Sí	No	No sé
1. ¿La salud familiar depende de lo que hagamos?			
2. ¿Los daños ocasionados en el medio ambiente influyen en la salud?			
3. ¿El sistema sanitario es el único responsable de nuestra salud?			
4. ¿Nos acordamos de la salud sólo cuando nos falta?			
5. La forma de vida familiar ¿es saludable en: ✓ los alimentos que consumen? ✓ los cuidados higiénicos que realizan ? ✓ el ejercicio físico que promueven? ✓ las sustancias dañinas que a veces consumen? ✓ las relaciones con las demás personas? ✓ las actividades de ocio que tenemos ? ✓ los cuidados del medio ambiente? ✓ cómo nos protegemos de situaciones peligrosas?			
6. ¿Realizan suficientes oportunidades para realizar actividades saludables?			
7. La salud es la principal fuente de felicidad, por ello debemos cuidarla.			
8. ¿La televisión, la publicidad, la música y el cine, influyen en la salud familiar?			
9. ¿Lo que sucede en otras partes del mundo, influye en el estado de salud de la familia?			
10. ¿La escuela es saludable?			