

# construyendo salud

## PROMOCIÓN DEL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL

diario de implantación - 2.º año

EDICIÓN REVISADA

M<sup>ra</sup> Ángeles Luengo

José A. Gómez-Fraguela

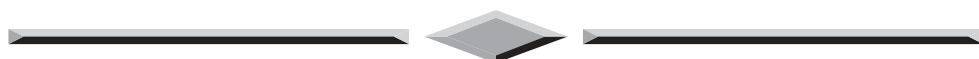
Antonio Garra

Estrella Romero



# DIARIO DE IMPLANTACIÓN

2.º AÑO



CONSTRUYENDO  
SALUD:

PROMOCIÓN DEL DESARROLLO PERSONAL Y SOCIAL

Ciudad:

Colegio:

Curso:

Grupo:

M.<sup>a</sup> ÁNGELES LUENGO MARTÍN  
JOSÉ ANTONIO GÓMEZ FRAGUELA  
ANTONIO GARRA LÓPEZ  
ESTRELLA ROMERO TRIÑANES



**Ministerio de Educación, Cultura y Deporte**

Secretaría General de Educación

N. I. P. O.: 176-02-029-1

I. S. B. N.: 84-369-3562-4

Depósito Legal: M-4061-2003

Realización: MARÍN ÁLVAREZ, HNOS.

# Presentación

---

*Este “Diario de Implantación” le puede servir como guía para la realización de las sesiones del programa “Construyendo Salud”. En él se detallan los objetivos específicos de cada unidad y se incluye un apartado para anotar las cuestiones que surjan (implicación del alumnado, adecuación de la metodología empleada para cada actividad, dificultades encontradas, sugerencias, etc.).*

*Por favor, a medida que vaya aplicando las unidades, registre su nombre, el día y la hora en que aplicó cada una de las unidades y marque con una cruz cada objetivo tratado, haciendo los comentarios que considere oportunos a cerca de cada una de las unidades.*

*Es muy importante que cubra este diario en el momento de aplicar cada una de las unidades o inmediatamente después de finalizar la clase para obtener la mayor fidelidad y poder comentar las incidencias surgidas durante la aplicación del programa en la sesión de evaluación final que se realizará con todos los profesores que hayan aplicado el programa. Por otra parte, la información del diario será de gran ayuda para mejorar el programa y evaluar adecuadamente los resultados de la intervención. Si desea contribuir a esta tarea, sería de mucha utilidad que, una vez finalizado el programa, nos lo enviase a la siguiente dirección:*

ADIPRE  
Universidad de Santiago de Compostela  
Facultad de Psicología. Departamento de Psicología Clínica  
Campus Universitario Sur, S. A.  
15782 - Santiago de Compostela

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

# Unidad 1: Drogas

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<b>Clarificar el significado del término droga</b>	
<i>Analizar por qué el alcohol y el tabaco deben ser considerados drogas</i>	
<i>El alcohol</i>	
<i>El tabaco</i>	
<i>Analizar el concepto de dependencia a partir del proceso de habituación al consumo de tabaco</i>	
<i>Examinar la relación real entre el estado físico, el tabaco y alcohol y cómo esa relación es tratada por la publicidad</i>	

## **Comentarios sobre la Unidad**

# Unidad 2: Toma de decisiones

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<i>Revisión de la ficha de evaluación de la sesión anterior</i>	
<i>Identificar situaciones problemáticas y decisiones con las que se tienen que enfrentar los adolescentes</i>	
<i>Revisar y practicar el procedimiento de cinco pasos para tomar decisiones</i>	
Proceso de toma de decisiones	
Práctica del proceso con toda la clase (N.º de ejemplos realizados)	
Práctica en pequeños grupos (Ejemplos comentados)	

## ***Comentarios sobre la Unidad***

# Unidad 3: Control emocional

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<i>Revisión de la ficha de evaluación de la sesión anterior</i>	
<i>Discutir la naturaleza de las emociones y las situaciones que provocan emociones desagradables</i>	
<i>Practicar distintas técnicas para el manejo de emociones desagradables</i>	
Relajación muscular	
Respiración profunda	
El control del pensamiento	

## ***Comentarios sobre la Unidad***

# Unidad 4: Habilidades de comunicación

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<i>Revisión de la ficha de evaluación de la sesión anterior</i>	
<i>Definir comunicación</i>	
<i>Analizar los malentendidos y porqué se producen</i>	
<i>Examinar la importancia de la comunicación no verbal</i>	
Examinar formas de comunicación no verbal	
La relación entre mensajes verbales y no verbales	
<i>Analizar el papel de la escucha activa dentro del proceso de comunicación</i>	

## **Comentarios sobre la Unidad**

# Unidad 5: Inicio y mantenimiento de conversaciones

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<i>Revisión de la ficha de evaluación de la sesión anterior</i>	
<i>Examinar por qué algunas situaciones donde tenemos que relacionarnos con otras personas nos producen incomodidad</i>	
<i>Analizar el tipo de conducta que se suele dar ante esas situaciones</i>	
<i>Practicar cómo iniciar, mantener y finalizar conversaciones</i>	
El inicio de una conversación	
Mantenimiento de la conversación	
Finalizar la conversación	
Práctica de las habilidades de conversación (N.º de situaciones representadas)	

## ***Comentarios sobre la Unidad***

# Unidad 6: La expresión del enfado y la defensa de los derechos

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<i>Identificar situaciones en las que debemos manifestar nuestro enfado o defender algún derecho</i>	
<i>Analizar los pasos que se debieran dar para reaccionar de una forma no violenta</i>	
Practicar la expresión del enfado (N.º de situaciones representadas)	
Practicar la defensa de los derechos (N.º de situaciones representadas)	

## ***Comentarios sobre la Unidad***

# Unidad 7: La presión de los compañeros

---

Profesor:		
Días:		
Horas:		

<i>Identificar situaciones en las que los demás intentan persuadirnos y las principales estrategias empleadas</i>	
<i>Identificar distintas formas de responder a esas influencias</i>	
<i>Practicar respuestas ante la presión de los demás (N.º de situaciones representadas)</i>	

## **Comentarios sobre la Unidad**