

## **DERECHO A LA SALUD**

### **0. Contenidos**

Salud.

### **1.- Definición**

Consiste en hacer un juego de mesa sobre la salud.

### **2.- Objetivos**

- Conocer las pautas par vivir sanamente

### **3.- Participantes**

Edad: Desde los 4 años.

### **4.- Material:**

Impresora, un trozo grande de cartulina, pegamento y un dado.

### **5.- Consignas de la Partida**

Grupo grande.

### **6.- Desarrollo**

En primer lugar se imprime el dibujo del juego que viene aquí debajo y aparte las instrucciones del juego. A continuación se pega el juego en un trozo grande de cartulina. Se recorta en caso de que no se ajuste al tamaño del juego.

Con un dado, algunas piezas pequeñas que sirvan de fichas y seguir las instrucciones adjuntas según donde caigan niños y niñas, ahora si... ¡Pásalo bien!

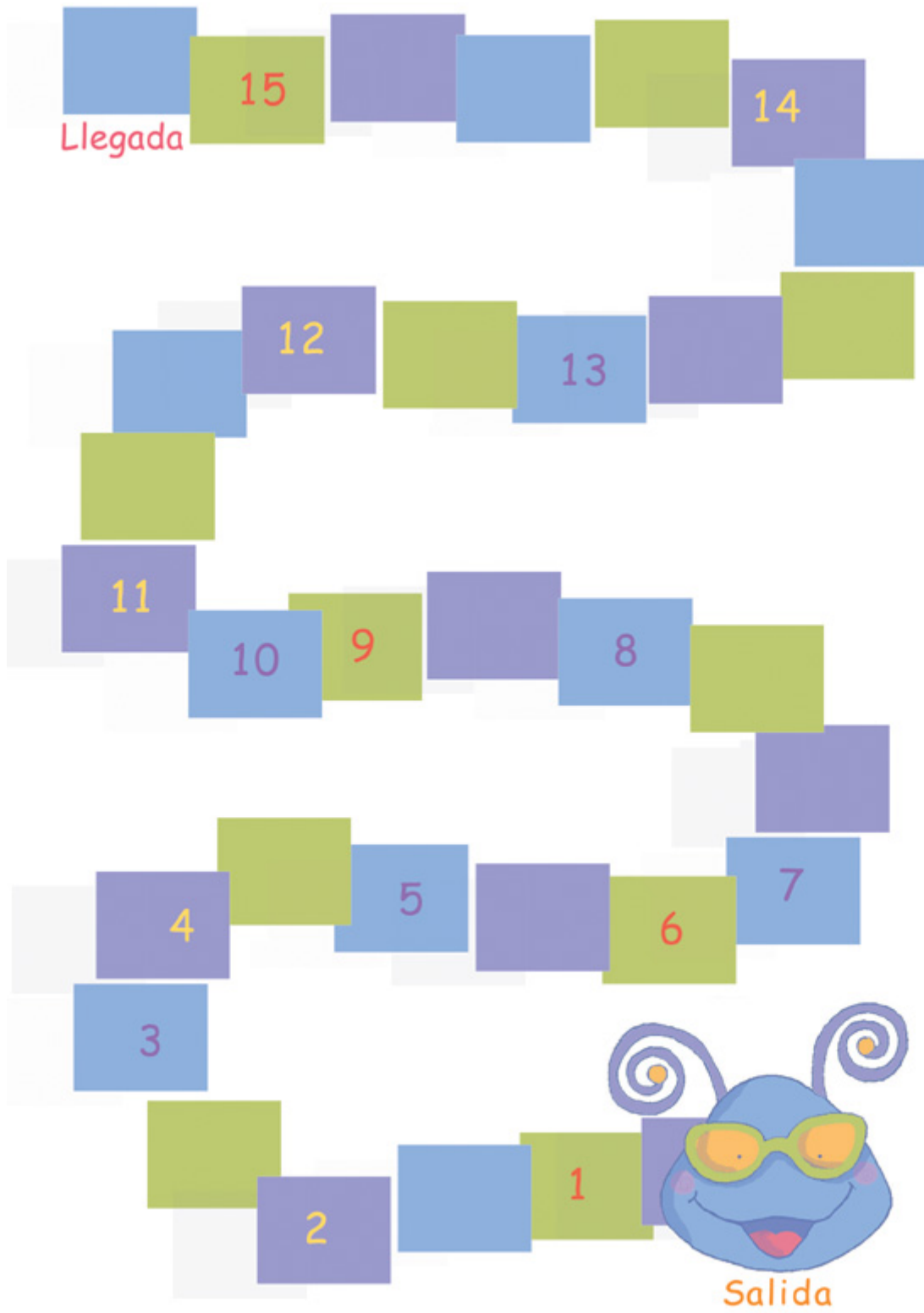
En este juego solo tienen que avanzar según salga en el dado e ir sumando los puntos que este indique en cada casilla con número, y así llegar al final del recorrido.

### **7.- Evaluación**

Para llevar una vida sana hay que hacer como este gusano, que va lento, muy lento, pero poco a poco logra llegar a donde quiere. Para ser un niño o niña saludable, es importante seguir estos consejos.

### **8.- Fuente**

[www.rayuela.org](http://www.rayuela.org)



**1** Comer frutas frescas es lo mejor y te darán muchísima salud y vigor, si también comes mucha verdura, no uno si no dos puntos te asegura.

**2** Si te pones una vacuna para prevenir la enfermedad, ganas tres puntos de una. ¡Qué gusto que me da!

**3** Si a la vacuna tienes miedo y no te la quieres poner, enfermará hasta tu dedo, y tres puntos has de perder.

**4** Tus dientes bien lavarás, tres veces o más al día, ganarás un punto y gritarás ¡esta boca si que es mía!

**5** Por olvidarte de lavarte los dientes te salieron caries feas y dolorosas, que te hacen perder dos puntos, y pasar unas noches horribles.

**6** Suma dos puntos a los que tienes si algún deporte realizas, y en vez de dos súmale tres, si al aire libre lo practicas.

**7** El dormir todos los días lo necesario te ayuda a ganar dos puntos. Diario, ocho horas por lo menos te sugiero, para mantenerte hábil, ágil y ligero.

**8** Bañarte o ducharte los siete días de la semana, con agua y jabón, pero no sólo el sábado, como un gorrino, ganar un punto para facilitar el camino. ya que depende mucho de ti estar sano.

**9** Seca bien tu pelo después de bañarte y lávate bien detrás de las orejas, que por no hacerlo sin punto te quedaste y si al final no ganas, seguro que te quejas.

**10** En un minuto di sin parar, cuatro cosas que has de hacer para buena salud tener y tres puntos ganar.

**11** Que divertido que es jugar, te ayuda mucho a crecer sano, y en este juego ponte a sumar, este punto ya está en tu mano.

**12** Que suerte poder jugar hasta que asome la luna a pesar de que esta vez en vez de sumar, se te reste una.

**13** Si enfermo te sientes, ir al médico es importante, te dará el remedio al instante y tres puntos sonrientes.

**14** Querer a tus amigas y amigos, te da tres puntos y sigue adelante, ya que tenerlos, es sumamente importante, porque querer y sentirse querido, es tener el corazón protegido.

**15** Perderás dos puntos por tu bien si no te cuidas y te pones malo, pues es culpa tuya en parte también, ya que depende mucho de ti estar sano.