

ACTIVIDAD DE INICIO, CONOCIMIENTOS PREVIOS Y MOTIVACIÓN

Actividad 1

Tú pregunta que yo respondo

Se dividirá la clase en 3 grupos. El profesorado irá realizando preguntas correspondientes a los bloques temáticos de la unidad: golpes, caídas y atrapamientos.

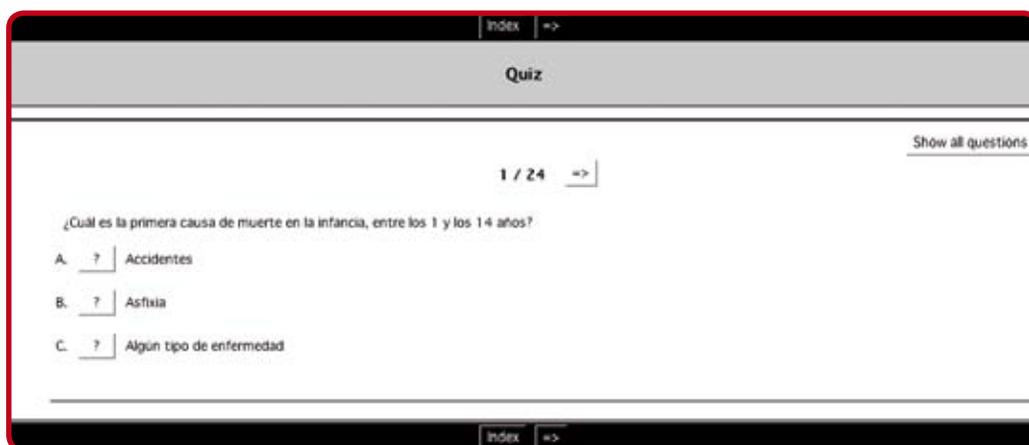
Para cada bloque temático se realizarán preguntas de carácter teórico (de color verde), ámbar (las preguntas de carácter preventivo) y rojo (para las preguntas de primeros auxilios). El turno pasará de un grupo a otro cuando uno se equivoque y los puntos serán acumulativos. Ganará el equipo que más preguntas acierte.



Se necesitará una hora para realizar la actividad (15 minutos en la organización de grupos y explicación de la actividad y 45 minutos para el desarrollo del juego).

Los recursos que se utilizan son:

- 3 bloques de tarjetas: uno para golpes, otro para caídas y el último para atrapamientos. En cada bloque habrá tarjetas de 3 colores diferentes: **verde** (preguntas teóricas), **ámbar** (preguntas relacionadas con la prevención) y **rojo** (preguntas relacionadas con los primeros auxilios).
- Aula de informática con sillas de libre disposición para realizar la actividad de forma digital con el programa Hot Potatoes. En la opción de trabajar con el programa informático, las preguntas se llevarán a cabo en el programa Hot Potatoes.



Las respuestas correctas se encuentran marcadas en negrita. Para la opción *tarjetas*, se recuerdan las claves cromáticas:

teórico-VERDE, **prevención-ÁMBAR**, **primeros auxilios-ROJO**.

Preguntas de carácter teórico-conceptual

1. **¿Cuál es la primera causa de muerte, entre 1 y 14 años?**
 - a) Accidentes por caídas, golpes o atrapamientos.
 - b) Asfixia.
 - c) Algún tipo de enfermedad.
2. **¿Qué entendemos por accidente?**
 - a) Un suceso esperado, que se ve venir.
 - b) Un suceso producido en un coche.
 - c) **Un suceso anormal, no querido ni deseado, que se presenta de forma brusca e inesperada.**
3. **¿Por qué se producen las caídas?**
 - a) Por mala suerte... a todos nos puede tocar.
 - b) Porque la gente no tiene cuidado.
 - c) **Porque existen riesgos que no se han afrontado correctamente.**
4. **Los accidentes, especialmente las caídas en el trabajo o en el centro educativo...**
 - a) Son inevitables.
 - b) Se pueden evitar solo algunas veces.
 - c) **Se pueden evitar siempre.**
5. **¿Qué tipos de caídas podemos distinguir?**
 - a) Graves, regulares y leves.
 - b) **Al mismo nivel y a distinto nivel.**
 - c) Fuertes y flojas.
6. **En el centro educativo, ¿cuáles son los accidentes que más se producen?**
 - a) **Golpes y caídas.**
 - b) Cortes.
 - c) Ninguna de las anteriores.
7. **¿Un simple golpe puede producir la muerte?**
 - a) No, nunca.
 - b) **Sí.**
 - c) Para que sea mortal, debe ir acompañado de algún otro tipo de herida.
8. **Los síntomas de un golpe en la cabeza se perciben...**
 - a) Inmediatamente.
 - b) Durante las primeras horas.
 - c) **Depende; desde el mismo momento, hasta incluso días después.**

9. **Si nos golpeamos fuerte en la cabeza, pero no tenemos herida...**
- a) No ha sido para tanto... podemos estar tranquilos.
 - b) No hace falta ir al médico, simplemente observamos si pasa algo raro en las siguientes horas.
 - c) **Es conveniente acudir al médico.**
10. **¿Cuáles de estos síntomas crees que indican un posible traumatismo craneoencefálico?**
- a) Aumento del ritmo cardiaco.
 - b) **Pérdida del conocimiento, confusión o somnolencia.**
 - c) Picor crónico en la parte lateral del cráneo.
11. **¿Un accidente puede manifestar daños?**
- a) Solo físicos.
 - b) Solo mentales.
 - c) **Físicos o mentales y en ocasiones ambos al mismo tiempo.** (En ocasiones un golpe puede provocar daños mentales aunque físicamente no aparente ninguno, principalmente los golpes en la cabeza son los que tiene como consecuencias estos daños mentales.)
12. **¿Se pueden evitar los accidentes?**
- a) No, porque se producen por mala suerte.
 - b) No, porque se producen por culpa de personas o factores externos a nosotros.
 - c) **Si, existen métodos y estrategias para actuar de forma eficaz y reducir los niveles de riesgo.** (Hoy en día existen numerosas investigaciones para crear planes que disminuyan el riesgo de las actividades en todos los ámbitos de la vida, bien sea escolar, laborar o en el mismo hogar.)
13. **Las lesiones y los accidentes son el resultado de...**
- a) **Condiciones inseguras y acciones inseguras.** (La condición insegura es una situación y el acto inseguro es la acción realizada; ambas son el resultado de una lesión o accidente.)
 - b) No tener cuidado.
 - c) Tener mala suerte.
14. **La condición insegura es...**
- a) **Una situación que posibilita que ocurra un accidente.** (Una situación que presenta un riesgo, es una condición insegura.)
 - b) Una situación en la que estamos fuera de nuestro entorno habitual.
 - c) Una situación en la que nos encontramos con mucha gente desconocida.
15. **El acto inseguro es...**
- a) **Una acción u omisión cometida por las personas, que puede provocar un accidente.** (Cuando una persona realiza una acción que presenta un riesgo la denominamos acto inseguro.)
 - b) Un acto de irresponsabilidad.
 - c) Una actividad que realizamos por primera vez.
16. **Un ejemplo de condición insegura puede ser...**
- a) Iluminación deficiente.
 - b) Escaleras sin barandas.
 - c) **Ambas son correctas.** (Ambas son condiciones inseguras, pues una mala iluminación o unas escaleras sin barandilla pueden provocar un accidente.)

17. ¿Cuál de estos ejemplos no es un acto inseguro?

- a) Bajar las escaleras corriendo o con las manos ocupadas.
- b) Manipular peligrosamente los útiles o el mobiliario escolar.
- c) **No empujar la puerta de la clase cuando un compañero pretende entrar o salir de ella.** (No jugar a empujar la puerta de la clase mientras un compañero se dispone a entrar o salir hace que no exista el riesgo de atrapamiento de los dedos con la puerta como en numerosas ocasiones sucede.)

Preguntas de carácter preventivo

18. Si salimos al recreo y encontramos las pistas un poco mojadas porque ha llovido algo durante la clase anterior, ¿qué hacemos?

- a) Probamos la superficie mediante saltos y derrapes para comprobar cómo se encuentra de peligrosa la pista.
- b) **Buscamos otro tipo de juego alternativo, porque sabemos que las primeras gotas de lluvia son las más peligrosas.** (Las primeras gotas de lluvia son las más peligrosas, son las que se mezclan con la suciedad e irregularidades del terreno, y son las que provocan más accidentes.
- c) Jugamos como si nada hubiera pasado porque no encontramos charcos de gran tamaño.

19. Si jugando durante el recreo o la clase de educación física, se nos escapa el balón fuera del colegio, ¿qué hacemos?

- a) Saltamos individualmente la valla.
- b) Nos reunimos entre varios para ayudar al compañero que va a saltar.
- c) **Consultamos a un profesor o profesora y pedimos permiso para salir del instituto por la puerta.** (Esta situación se da muy a menudo en los centros escolares, muchas veces las ganas de jugar y de no perder el tiempo hace que corran sin pensar en las consecuencias. Se debe acostumbrar al alumnado a preguntar al profesorado antes de tomar decisiones propias que pongan en riesgo su salud).

20. ¿Qué es lo más importante a la hora de realizar actividades que sabemos que tienen algún riesgo?

- a) Tener preparado el botiquín de primeros auxilios.
- b) **Prevenir.** (La base para evitar todo tipo de accidente es la prevención. Antes de practicar cualquier deporte o realizar cualquier actividad deben pensar detenidamente cuáles son los riesgos a los que están expuestos y cuáles son las estrategias que deben seguir para no exponerse a los mismos.)
- c) Ninguna de las dos es correcta.

Preguntas sobre primeros auxilios

21. Si un compañero o compañera sufre una caída, se hace una herida y sangra...

- a) Limpiamos la herida con alcohol.
- b) **Desinfectamos la herida con agua y jabón.** Posteriormente podemos utilizar un antiséptico y taponamos la herida (con gasas o vendas limpias) para detener la hemorragia.
- c) Podemos utilizar barro para detener la hemorragia.

22. Si jugando al baloncesto, alguien se hace un esguince en el tobillo...
- Le acompañamos a un centro médico, pidiéndole que vaya apoyando el pie para recuperar la movilidad.
 - Le inmovilizamos el pie y lo llevamos a un centro médico.
 - Aplicamos una pomada en el tobillo.
23. Si nos damos un golpe en la cabeza y nos sale un chichón...
- Aplicamos hielo directamente en el chichón.
 - Frotamos el chichón para que baje la inflamación.
 - Podemos aplicar hielo para bajar la inflamación, pero protegido con un trapo o tela, nunca directamente sobre la piel, para evitar posibles quemaduras por frío.
24. Cuando nosotros mismos (o un compañero o compañera) sufrimos una caída o un golpe y no tenemos ninguna herida, pero nos limita el movimiento articular de nuestras extremidades, ¿qué debemos hacer?
- Esforzarnos e intentar mover la articulación a pesar del dolor para así recuperar la movilidad lo antes posible.
 - Mover la articulación lo menos posible llegándola a inmovilizar si es necesario. (En caso de contusión o luxación se debe de mantener la articulación inmóvil al menos hasta que un médico nos haga las pruebas pertinentes, seguir forzando la articulación pone muy en riesgo la salud del accidentado.)
 - Ambas son correctas.

