

TALLERES DE SENSIBILIZACIÓN PARA FOMENTAR LA CONFORMACIÓN DE GRUPOS DE VOLUNTARIOS CAMPAÑA “RECREO SALUDABLE”

PADRES DE FAMILIA



Nutrición en movimiento 

DIF
ESTADO DE MÉXICO

CAMPAÑA “RECREO SALUDABLE”

RECREO SALUDABLES

Es una campaña realizada por el INSP y el DIFEM para la promoción de una alimentación más saludable y mayor actividad física en escolares.



Nutrición en movimiento 

Nutrición en movimiento 



Objetivo

Campaña *Recreo saludable*

- ✓ comer 1 verdura y 1 fruta
- ✓ tomar 1 vaso de agua pura
- ✓ realizar actividades que impliquen movimiento (juegos organizados y activación física)



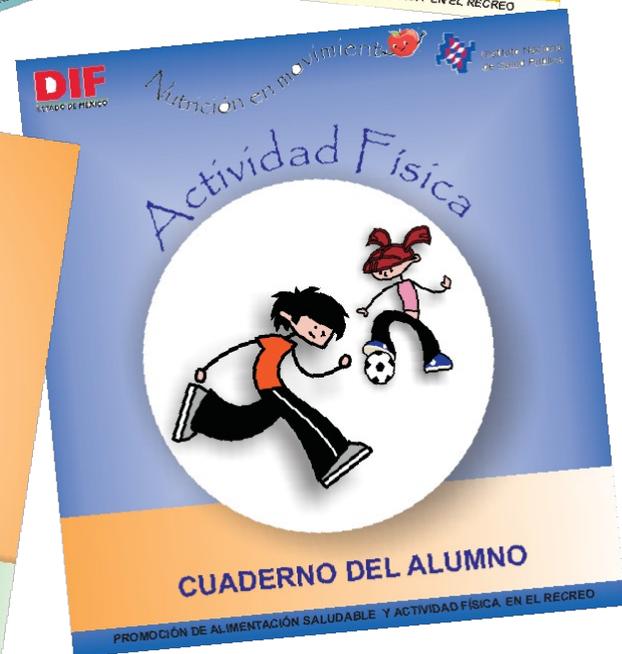
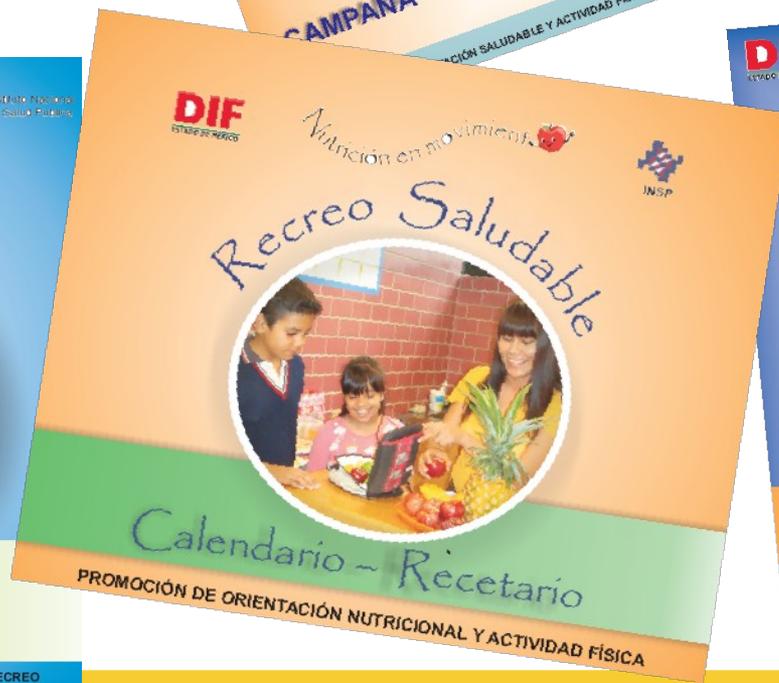
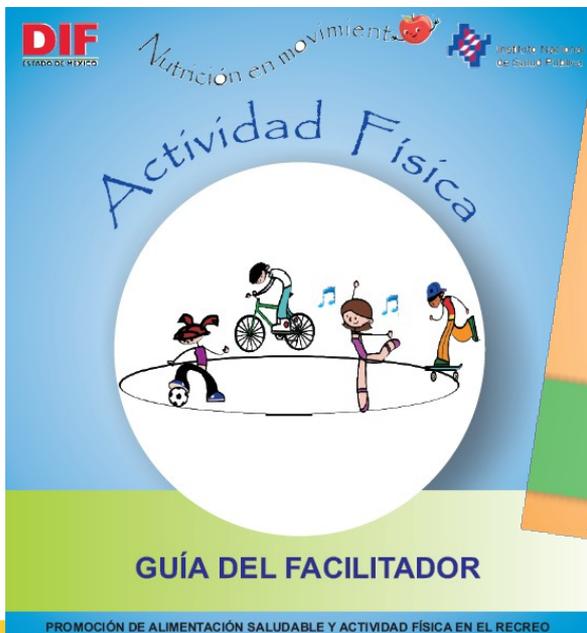
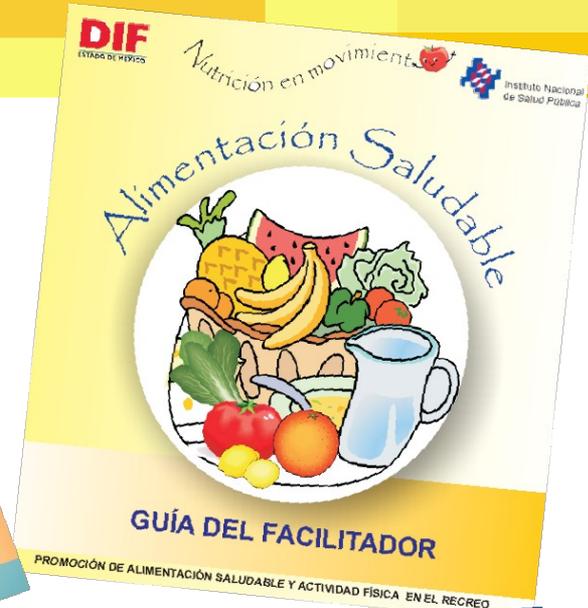
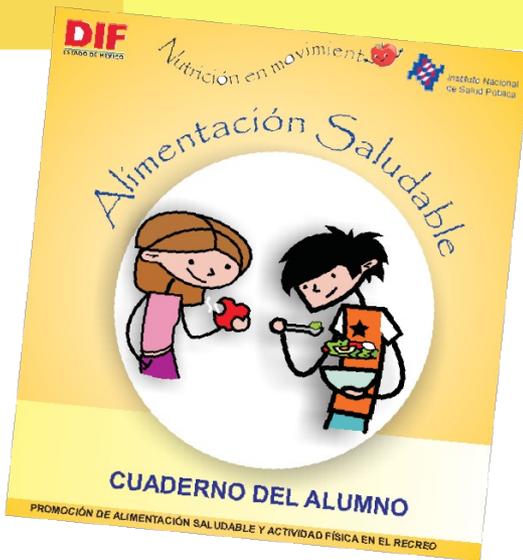
¡Todo durante el recreo!



ACTIVIDADES DE LA CAMPAÑA

Talleres de alimentación y actividad física





Conocimientos

Actividad	Recursos didácticos
<ul style="list-style-type: none">• Talleres para alumnos de 5º primaria Alimentación Actividad Física	<ul style="list-style-type: none">• Cartas descriptivas• Manual para profesores• Cuaderno de trabajo para escolares• Cápsulas audiovisuales informativas
<ul style="list-style-type: none">• Teatro guiñol 1º de primaria	Guión Títeres



Obra de teatro guiñol



Activación Física



- 15 min. al inicio del día
- 2 días a la semana

Juegos organizados en el recreo



2 días a la semana

Pendón, calendario y cilindros



Spots radiofónicos y videos



Taller de sensibilización con maestros y cooperativas escolares



Venta de verduras, frutas y agua pura en el recreo





Nutrición en movimiento 

DIF
ESTADO DE MÉXICO

GRUPO DE VOLUNTARIOS

¡TÚ PARTICIPACIÓN ES IMPORTANTE!

Objetivo del programa de voluntariado

Crear brigadas de voluntarios de la comunidad escolar, para que lleven a cabo de manera permanente actividades específicas de la campaña durante un periodo mínimo de **6 meses**.

Actividades Permanentes

- ✓ Disponibilidad de **frutas, verduras y agua** pura todos los días durante el recreo en la cooperativa escolar.
- ✓ Registro de cumplimiento de los **cilindros con agua pura**.
- ✓ Hacer **activación física** durante quince minutos dos días a la semana.
- ✓ Poner los **spots sonoros** en la megafonía escolar antes y después de la hora del recreo, una vez por semana para cada uno de los mensajes clave que son alimentación, actividad física y agua pura.
- ✓ Organizar de **juegos infantiles** durante la hora del recreo un día a la semana.
- ✓ Supervisión del **pendón** fuera de las escuelas.

Se espera que...

- Realmente se hagan las **actividades planificadas** en cada una de las escuelas.
- La **comunidad escolar** participe activamente en la Estrategia.
- El **personal del INSP** supervise y apoye la implementación en las escuelas beneficiarias, y evalúe el cumplimiento de las actividades a través del monitoreo de los reportes y registros de las brigadas de voluntarios.

Programa de Voluntarios

- **¿Qué es un voluntario?**

Persona que decide participar de manera **solidaria** y sin esperar nada a cambio, en diferentes proyectos dentro de una organización de voluntariado, dedicando parte de su tiempo en beneficio de un proyecto concreto.

- **¿Qué es la acción voluntaria?**

Conjunto de tareas que buscan el bien común, se hacen libremente y sin esperar un pago o retribución económica.

Programa de Voluntarios

Las **actividades** de los voluntarios buscan **ayudar** en:

- El bienestar de la comunidad.
- A mejorar la calidad de vida de los demás.
- A eliminar las causas de la desigualdad social y pobreza.
- A transformar la realidad social que provoca que algunas personas vivan en desventaja o con carencias.

Características de la persona voluntaria:

- ✓ Se compromete *libremente*
- ✓ Colabora de manera *altruista*
- ✓ Colabora *con otros/as*
- ✓ Su función es la de *ayudar* a los demás *con fines sociales*

Conformación del grupo de Voluntarios

- 1 Miembro de la cooperativa escolar
- 9 Alumnos de 5° y/o 6° grado
- 4 Docentes de cualquier cargo y grado escolar
- 6 Padres de familia



¿Cómo son los papás voluntarios?

- Tienen una actitud positiva
- Son activos, motivadores y creativos
- Cuentan con buena salud
- Tienen tiempo para participar en las actividades planeadas



¿Quién puede ser el líder de los voluntarios?

- Una persona (profesor o padre de familia) elegida por el grupo de voluntarios
- Que pueda...
 - tener capacidad de liderazgo y motivación
 - ser responsable, constante y comprometido con la campaña
 - tener excelente disposición y una actitud positiva
 - tenga tiempo para elaborar los reportes y asistir a las reuniones con los supervisores del INSP
 - ser una persona creativa y con iniciativa

ANEXO 7. FICHA DE IDENTIFICACIÓN
CONFORMACIÓN DE GRUPOS DE VOLUNTARIOS CAMPAÑA "RECREO SALUDABLE"

FICHA DE VOLUNTARIADO

DATOS PERSONALES

NOMBRE Y APELLIDOS

FECHA DE NACIMIENTO

DIRECCIÓN

TELÉFONO PARTICULAR

TELÉFONO TRABAJO

CORREO ELECTRÓNICO

OCUPACIÓN

INTERESES

¿POR QUÉ TE GUSTARÍA INGRESAR AL GRUPO DE VOLUNTARIOS?

¿QUÉ ACTIVIDAD TE GUSTARÍA APOYAR?

Líder de voluntarios	Activación Física	Spots radiofónicos
Cooperativa escolar	Juegos Organizados	Pendón
Supervisión de cilindros		

MARCA LOS MOMENTOS EN LOS QUE PODRÍAS APOYAR LAS ACTIVIDADES DE LOS VOLUNTARIOS:

A la hora de la entrada	A la hora del recreo	Después del recreo
Durante las clases	Al salir de clases	Por las tardes y fines de semana

¿POR CUANTO TIEMPO TE GUSTARÍA APOYAR AL GRUPO DE VOLUNTARIOS?

1 mes / 2 meses / 3 meses / 4 meses / 5 meses / 6 meses/

¿Dudas, preguntas?

Gracias
por tu
atención

