

ESCAPA DE LOS MALOS HÁBITOS



RANGO DE EDADES

10–13

GENERALIDADES

Los estudiantes trabajarán en equipo para participar en una aventura educativa mientras tratan de encontrar formas de escapar de sus malos hábitos! Se presentarán desafíos con temas de aptitud física y salud en forma de estaciones. En equipos, los estudiantes trabajarán a través de las actividades y monitorearán su progreso. Los alumnos que completen todos los componentes con éxito, contarán con nuevas estrategias para evitar malos hábitos y una nueva visión de lo que significa estar *sano!*

TIEMPO

45–60 minutos

OBJETIVOS

Los estudiantes podrán::

- Entender la relación entre las decisiones de estilo de vida y las enfermedades no transmisibles
- Analizar su visión inicial de la palabra sano.
- Investigar las diversas opciones y decisiones que contribuyen a la salud
- Aplicar lo que han aprendido para crear su propia definición de *sano*.

MATERIALES REQUERIDOS

Materiales Generales:

- Lápices, uno por estudiante
- **Impreso Escapar de los malos hábitos**, uno por estudiante
- Marcadores para pizarrón
- Cronómetro (opcional)

Para obtener más información sobre el programa Future Well Kids, envíenos un email a
ABBOTT.VOLUNTEER@ABBOTT.COM.