

*vingt huit pas*  
Guía didáctica del libro

manual para profesores

# Laura contra el tiempo



# Laura contra el tiempo

*Milio Rodríguez Cueto*

## **Autoras:**

Ana Manuela Fernández García  
Alonso Palacios Rozalén  
Dolores Rosique García

## **Coordinación Pedagógica:**

Matilde López de Haro

## **Edita:**



**Región de Murcia**  
Consejería de Sanidad y Consumo

Dirección General de Salud Pública  
Sección de Educación para la Salud

## **Producción:**

Índice Diseño

## **Imprime:**

Novograf, S.A.

D.L.: MU-666-2000.

I.S.B.N.: 84-89279-48-9.

1ª edición: 1.000 ejemplares.



**AYUNTAMIENTO DE MURCIA**

Concejalía de Educación,  
Descentralización y Participación Ciudadana

La edición de esta obra se ha realizado gracias a la cesión del uso de la misma por parte del Excmo. Ayuntamiento de Murcia, por un periodo de cuatro años.



*G u í a   d i d á c t i c a   d e l   l i b r o*

manual para profesores

Laura

**contra el tiempo**



**Región de Murcia**  
Consejería de Sanidad y Consumo  
Dirección General de Salud Pública  
Sección de Educación para la Salud



Nuestra sociedad actual se encuentra inmersa en un proceso de cambios muy rápidos, es una sociedad compleja y variada, cada vez más impersonal y en período de transición.

Estos cambios están afectando a los procesos de socialización de los **niños y adolescentes** de una forma significativa. Al mismo tiempo nuestra sociedad ofrece un abanico muy amplio de valores, que a veces son cambiantes y contradictorios, dificultando el proceso de identidad propia.

Si tenemos en cuenta que los valores constituyen pautas que orientan la vida de la persona, influyendo en sus actitudes, conductas, decisiones... Y que además en nuestra sociedad encontramos valores que funcionan como facilitadores del consumo de drogas, frente a otros que actúan como protectores (los individuos que consumen drogas y los que no, presentan un universo de valores distinto); es absolutamente necesario abordarlos y trabajarlos en el campo de la prevención de las drogodependencias ya que.

- Los valores impregnan los comportamientos, pues suponen una valoración de lo que está bien y de lo que está mal.
- Una mala clarificación de los valores puede dificultar el proceso de construcción de la identidad propia.
- Los valores influyen en la construcción de los estilos de vida.

Algunos **valores** pueden ser **facilitadores del consumo** de drogas como: hedonismo, vivencia del presente sin planificación futura, consumismo, individualismo... ; frente a otros protectores del consumo como: idealismo, responsabilidad, proyecto de vida definido, autonomía, igualdad, solidaridad...

En el colectivo objeto de nuestra intervención, la población infantil-juvenil escolarizada y normalizada, parece ser que existe una asociación entre consumo de drogas y valores propios de la sociedad del ocio tales como: modernidad, éxito, dinamismo, riesgo, diversión, hedonismo... Así nos encontramos con que además de valores hay comportamientos, hábitos y actitudes que regulan a los grupos sociales y que pueden influir en la conducta de consumo de drogas. Algunas **actitudes** que suelen actuar como **favorecedoras del consumo** de drogas, y que se encuentran presentes en los subgrupos juveniles consumidores son:

- La **tendencia hedonista**. La falta de confianza en el futuro y la vivencia de la existencia como algo conflictivo y carente de sentido, conduce a un escepticismo que puede desembocar en la búsqueda de sensaciones agradables inmediatas.
- El **vivir el presente**. El día a día, sin una previsión de las consecuencias futuras de sus actos.
- La **dificultad de valorar el esfuerzo**.
- **Falta de confianza en el futuro**.

- *Egocentrismo.*
- Actitud personal de *escape de la realidad* y evasión.
- Tendencia a elegir *respuestas de riesgo.*
- *Actitudes* no normativas o *antisociales.*

## VALORES, ACTITUDES Y FACTORES DE RIESGO QUE SE TRABAJAN A TRAVÉS DEL LIBRO “LAURA CONTRA EL TIEMPO”

“Laura contra el tiempo”, es una novela en la que el autor, a través de su protagonista, hace una comparación de los valores más representativos de dos generaciones de jóvenes distintas. En el libro aparecen tanto implícita como explícitamente distintos valores y actitudes como.

- La Familia.
- La Amistad.
- La Sinceridad.
- La Tolerancia.
- La Aceptación.
- La Solidaridad.
- La Generosidad.
- La Comprensión.
- La Empatía.
- La Confianza.
- El Afecto.
- El Amor.
- El Compañerismo.
- La Ayuda.
- La Resolución de conflictos.
- La Comunicación.
- El Diálogo.
- La Autoestima.
- La Responsabilidad.
- El afrontamiento de problemas.
- Visión de futuro.
- La Salud.

Para trabajar estos valores y actitudes incidiendo, sobre todo, en aquellos que consideramos propicios para la prevención de las drogodependencias, se ha dividido el presente material didáctico en:

**A) Actividades de acercamiento al libro,** con las que despertamos en los alumnos interés por el libro y su lectura.

**B) Actividades durante la lectura,** con las que orientamos al alumno para que, durante la lectura, preste más atención a aquellos aspectos y temas, que posteriormente se trabajarán en las siguientes actividades.

**C) Actividades para después de la lectura,** éstas se han ordenado en seis bloques claramente diferenciados que abordan, a través de la utilización de diferentes estrategias didácticas (debates, investigaciones, puesta en común, comentario de textos, trabajo en grupo, dinámicas grupales, dilemas morales y análisis de experiencias personales), los diferentes valores y actitudes a trabajar.

Así pues, **las actitudes y valores** trabajados, tanto explícita como implícitamente, en los bloques han sido.

- *Bloque I. “La verdad del alcohol”:* La salud, la toma de decisiones, la responsabilidad.
- *Bloque II. “Podemos decir ¡NO!”:* La comunicación, el diálogo, la resistencia a la presión de grupo, las habilidades sociales, la autoestima, el sentido de la responsabilidad.
- *Bloque III. “La realidad de un sueño”:* la resolución de dificultades, la previsión de futuro, la toma de decisiones, la responsabilidad, la seguridad y el esfuerzo.
- *Bloque IV. “Alas a mi responsabilidad”:* el sentido de la responsabilidad, el idealismo, la libertad, el respeto, el compromiso, la aceptación, la cooperación.
- *Bloque V. “El mismo idioma”:* la comunicación, la tolerancia, la aceptación, la participación, la curiosidad.
- *Bloque VI. “Mi vida por la tuya”:* la solidaridad, la cooperación, la generosidad, la ayuda a los demás, la amistad, el compañerismo, la tolerancia y el afecto.

En estos bloques temáticos, se trabajan distintos **factores de riesgo**, como:

- Irresponsabilidad (Bloque I, II, III, IV).
- Conductas poco saludables (Bloque I, II).
- Presión de grupo (Bloque II).
- Ausencia de un proyecto de vida (Bloque III).
- Vivir el presente (Bloque III).
- Evasión de los problemas (Bloque III).
- Dificultades de comunicación (Bloque V).
- Egocentrismo (Bloque IV,VI).

## Noticia del autor

Milio Rodríguez Cueto nació en Gijón en 1962. Actualmente compagina su trabajo como profesor en un Instituto de Educación Secundaria en su ciudad natal con su vocación de escritor. Ha publicado varios ensayos y novelas y ha traducido al asturiano diversas obras de clásicos como Shakespeare, Oscar Wilde y R.L. Stevenson, entre otros. Con esta obra ha sido **finalista del Premio Edebé** de Literatura Juvenil.

## Presentación del libro

La información de la contraportada, bien sugerente, nos puede dar la impresión de que estamos ante una novela desbordantemente fantástica. Pero no es así. La fantástica hipótesis del comienzo ("¿qué pasaría si estuvieses haciendo algo cotidiano y de pronto aparecieses en una ciudad desconocida y en un tiempo anterior que no llegaste a vivir?") no se hace realidad de manera gratuita; solo será una excusa para que Laura, una adolescente que no ha conocido a sus padres, indague y encuentre la verdad -su verdad- sobre su propio origen.

Ni la diferencia de los estilos de vida en su tiempo (1996) y el 1979 al que se ve abocada sin entender para qué, ni la falta de referentes culturales sobre la transición española, ni la desconexión con los ideales de vida de la cultura "hippy" serán obstáculo para que Laura concluya su misión: saber quienes fueron sus padres. Para ello contará, como en los cuentos maravillosos de siempre, con la ayuda de un extraño y misterioso personaje (¿un duendecillo tal vez?) que la va a ir guiando, dándole pistas y protegiéndola de los peligros, por el camino iniciático que ha emprendido hasta regresar, crecida, a su vida cotidiana, que será mucho más llevadera desde ahora.

La obra, estructurada en 13 breves capítulos, se lee con gran agilidad. El misterio -y el interés- se mantienen hasta la última línea, dejando una cierta sensación de duda que da un final redondo a la historia.

## El narrador y el tiempo de la historia

La obra está escrita en primera persona, con abundantes y cortos diálogos que la hacen muy fácil de leer. Comienza con la presentación de los compañeros de clase del Instituto al que ha llegado Laura, la protagonista. Estamos en Septiembre de 1996. Al salir de clase se encuentra en 1979, es decir, un año antes de su nacimiento. A partir de este salto en el tiempo la acción se desarrolla de manera lineal hasta el final, con el regreso a Madrid,

al Instituto, y a su vida con su tía, a la que sólo se nombra en la presentación inicial. En la novela se describen dos modelos de vida totalmente diferentes. Por un lado, la vida del Madrid de los años noventa visto por una adolescente que usa patines, va al Instituto y tiene una crisis de identidad, pues su madre murió al nacer ella y a su padre no lo conoció.

Por otra parte se nos presenta la sociedad española de la transición democrática, con los últimos coletazos de una ideología hippy que ha ido siendo desplazada por la participación casi generalizada de los jóvenes en la vida política del país. Los miembros de esta comuna a la que pertenecen los padres de Laura son los últimos, y no tardarán en integrarse en la vida burguesa de la que tanto abominan. Tal vez falte a los lectores, como le faltan a la protagonista, referentes culturales que hagan la historia más cercana a su realidad. Pero en ningún momento será un impedimento para que disfruten con su lectura.

## LA INTRIGA

El autor consigue, a pesar de ese túnel del tiempo por el que lanza a la protagonista, imprimir un tono realista a su novela. Los personajes, salvo el extraño y misterioso auxiliar, son perfectamente creíbles, así como las situaciones.

El argumento puede resumirse así.

- "Me llamo Laura y tengo dieciséis años. Vivo con mi tía, pues mi madre murió al darme a luz y de mi padre no sé nada ni me importa". Así comienza su presentación en el Instituto el primer día de clase.
- Nada más terminar su presentación, un extraño *skateboarder* ajeno a la clase entra en ella y se interesa por la historia de la chica. A la salida, la espera y, patinando a gran velocidad, la arrastra literalmente contra un puesto de baratijas, desapareciendo igual que apareció, pero con la mercancía. Los propietarios del puesto piensan que son compinches y retienen a Laura. Pronto cambian de opinión y pasan a creer que está loca o les está tomando el pelo, pues no parece de este mundo. Además, saca monedas y billetes acuñados ¡dentro de 17 años!.
- Laura mira el periódico del día y no puede dar crédito: es junio de 1979, y ella nació un año después. Se desmaya y, tras la reanimación, marcha con los nuevos amigos a su campamento, en las afueras de Lugo. Como todos ellos han cambiado de nombre (Gitana, Cerebro, Currante) la bautizan con el nombre de Urraca.
- Al día siguiente se vuelve a encontrar con el misterioso patinador, ahora vestido como en 1979, quien le dice que ya ha conocido a sus padres: son Gitana y Cerebro, los hippies con los que está viviendo. Ella nacerá dentro de 281 días; un día después, su madre morirá.  
A continuación, le entrega dinero, mucho más del que necesita para sus gastos. Y desaparece.

- Una vez repuesta de la excitación decide ir a buscarlos, con la secreta esperanza de separarlos ese día para que así no puedan concebirla, lo que salvaría la vida a su madre. Los encuentra y les invita a comer; pide a Gitana, su futura madre, que la acompañe a comprarse ropa actual, pues todos la encuentran extravagante con lo que lleva puesto.
- Laura habla y actúa como si estuviera en 1996, y ellos no dan crédito a lo que ven y oyen: Rock Hudson es homosexual, la peste del momento es el sida, pretende comprar preservativos en una farmacia... Intima con Currante, uno de los miembros de la comuna, y le regala un futuro billete de mil pesetas en el que escribe una fecha y el color de sus ojos: 29-9-96. Grises.
- Como último recurso denuncia a la Guardia Civil la situación del campamento hippy para que detengan a sus moradores, pues hay una menor en él. Pero ya es tarde. El misterioso personaje la traslada a Gijón dos meses después y allí vuelve a encontrar a su madre embarazada. Laura, tras escuchar los miedos que atenazan a su futura madre ante la escasez de medios y la falta de experiencia (sólo tiene diecisiete años) le ofrece dinero para abortar, pero ésta lo rechaza.
- Encuentran a Cerebro, su futuro padre, y juntos los tres se hacen una fotografía y pide al fotógrafo que la guarde bien, pues volverá a recogerla. Regresa con los hippies y, rendida, se duerme. Cuando despierta se encuentra en Madrid, en su barrio, y en 1996. Decide marchar a Gijón para recoger la fotografía y comprobar que no ha sido un sueño.
- En Gijón se encuentra de nuevo al misterioso personaje, que quiere hacerle un regalo: un marco para la foto familiar. La deja en un taller cercano y le dice que vaya a recogerla por la tarde.
- Cuando va a recogerla reconoce al artesano: es Cerebro, su padre, quien se casó al poco de nacer ella y ya tiene una hija de catorce años. Laura le recrimina el haber abandonado a su madre y haber traicionado sus ideales. Le comunica la muerte de Laura y de su hija, "que nació muerta".
- De regreso a Madrid se sienta en un banco del parque a calzarse los patines y un desconocido parapetado tras un periódico le entrega un billete de mil pesetas que dice haberse caído a Laura. Cuando lo extiende queda estupefacta ante la inscripción que lleva escrita: 29-9-96. Grises.

## PERSONAJES

Los contados personajes que aparecen en la obra son muy peculiares.

**LAURA**, adolescente que necesita saber quien es pues su madre murió de parto y su padre no quiso saber nada de ellas. No conoce ni siquiera el nombre del pueblo del que procede su familia. La búsqueda de su identidad será el motivo de toda la trama.

**EL FLACUCHO DE LOS PATINES**, el skateboarder del comienzo, el que espera en la cola del autobús, el guardia civil que vigila el campamento hippy,... siempre el mismo misterioso y benefactor personaje que va a orientar todos los pasos de Laura para que consiga su propósito.

**LOS HIPPIES DE LA COMUNA**, cada cual con un nombre literal y redundante sobre su característica más sobresaliente: *Gitana*, libre y viajera, vendedora de baratijas. Madre de Laura. *Cerebro*, el que lee libros en voz alta al grupo y toma las decisiones. Resulta ser Tino Navas, el artesano que enmarca cuadros; padre de Laura. *Indio*, que hace posturas al sol y vive despreocupado de lo material. *Currante*, que aporta el dinero que falta cuando la venta de baratijas es insuficiente... *Charlata*, presa de una incontinencia verbal abrumadora.

**OTROS PERSONAJES** de escasa relevancia en el relato.

Kira, hija de Tino Navas y, por tanto, hermana de Laura.

Compañeros y profesores del Instituto.

Tía de Laura, de la que sólo sabemos que trabaja de dependienta en una tienda.

## AMBIENTES

Los ambientes en los que se desarrolla la acción están bien diferenciados. De un lado, el Madrid de final de siglo y el Gijón industrial de los setenta, aunque no haya ninguna referencia explícita a tal actividad. De otro, el ambiente provinciano y cerrado de Lugo en 1979, en donde intentar comprar preservativos resulta poco menos que una proeza.

Y por último, Pena de Rodas, residuo idílico de un modo de vida hippy, despreocupado, sin responsabilidades, que muy pronto se abandonará en aras de un bienestar material llegado de la mano de las primeras canas.

## Valores literarios

El mayor acierto de esta novela, huérfana de descripciones, sin demasiadas opciones para la activa participación del lector, de cortos diálogos y breve extensión, es su estructura. Desde el primer momento, en que aparece el misterioso personaje que arrastra a Laura a iniciar el viaje y la aventura, hasta que ésta se acaba, se mantiene el interés. Un guiño de complicidad en el momento adecuado, una simple revelación, permiten que se mantenga el deseo de seguir leyendo. El lenguaje, a veces demasiado sencillo, evita caer en el abuso de expresiones propias de los jóvenes, apareciendo las justas.

## Actividades de motivación

### ACTIVIDAD I: INFORMACIÓN SOBRE EL AUTOR Y SU OBRA

#### Objetivo

Conocer datos que despierten el interés por el libro.

#### Desarrollo

El profesor presentará a la protagonista de la novela como una chica que va al Instituto, patina y se presenta a sus compañeros de una forma explosiva, mostrando de entrada lo que bien podría haber sido objeto de alto secreto. Igualmente, presentará al autor como profesor de Instituto que, además, traduce al bable obras de los clásicos.

### ACTIVIDAD II: COMENTARIO EN TORNO A ASPECTOS EXTERNOS DEL LIBRO

#### Objetivos

Motivar al alumnado para la lectura del libro.

Propiciar entre ellos el diálogo y el intercambio de opiniones.

#### Desarrollo

Se formularán preguntas que provoquen la reflexión y la elaboración de hipótesis sobre determinados aspectos del libro.

#### Sobre la portada

¿Qué significado podrá tener el título?

¿Creéis que se puede ir contra el tiempo?

¿Os parece interesante el que haya sido finalista de un premio de literatura juvenil?

#### Sobre la contraportada

¿Se puede viajar en el tiempo y en el espacio tal como le ha sucedido a Laura?

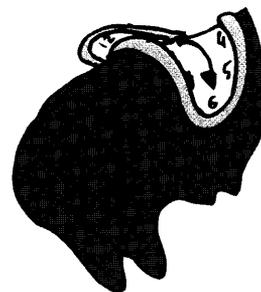
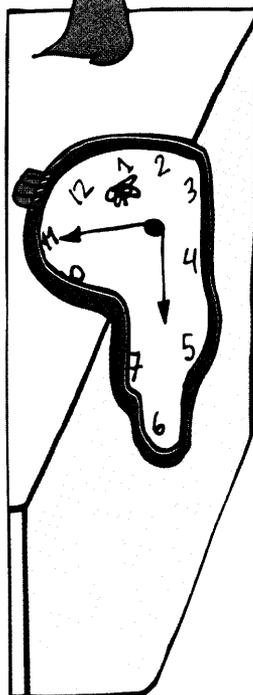
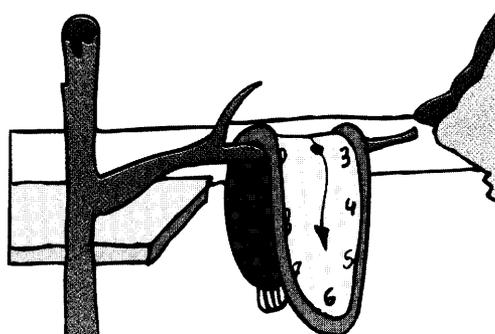
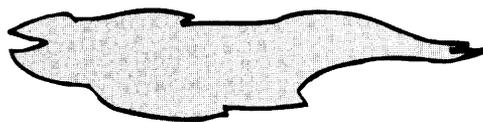
¿Tenéis alguna noticia, a través de libros o películas, de hechos parecidos al que aquí se comenta?

#### Sobre el primer párrafo de la novela

"Me llamo Laura. Tengo dieciséis años... Mi madre murió al darme a luz. Ella tenía diecisiete años... De mi padre no sé nada, ni me importa...".

¿Os parece normal una presentación así ante los compañeros el primer día de clase?

¿A qué creéis que puede deberse esta actitud tan beligerante y provocativa de Laura?



## ACTIVIDAD I: LECTURA SELECTIVA

### Objetivos

Conseguir que los lectores se fijen con especial atención en determinados aspectos de la novela.

### Desarrollo

Antes de comenzar se formarán grupos de 4 ó 5 alumnos y a cada uno se le asignará un aspecto sobre el que habrá de fijarse con detenimiento durante la lectura, anotando todo lo relacionado con él.

Estos podrían ser algunos:

- La cultura hippy: época histórica, líderes, ideales, forma de vida, compromiso social.
- Responsabilidad ante la paternidad/maternidad.
- Actitudes que presentan los personajes respecto al alcohol, tabaco y otras drogas.

## ACTIVIDAD II: CLARIFICACIÓN DE VALORES

### Objetivo

Descubrir, a través de una dinámica, los valores predominantes del grupo sobre el que vamos a actuar.

### Desarrollo

Se divide el aula en dos partes según una línea imaginaria, el profesor se sitúa en el centro y lee una frase en la que los alumnos pueden adoptar dos posturas: a favor o en contra. Los alumnos que estén a favor se desplazarán hacia la derecha y los que estén en contra hacia la izquierda. El profesor puede repetir la lectura de la frase las veces que sea necesario hasta que los alumnos la entiendan, pero no la debe interpretar ni explicar.

Una vez posicionados los alumnos a un lado u otro, el profesor les irá concediendo el turno de palabra para que expliquen las razones que les han movido a tomar esa postura. Conviene que se escuchen diversas posturas y se dé la palabra a los alumnos menos proclives a hablar. Una vez escuchadas las razones de ambos lados, se abre la posibilidad de cambiar de posición. Cuando el profesor lo crea conveniente pedirá a los alumnos que vuelvan al centro, y podrá enunciar otra frase.

Las frases de posicionamiento son:

- **Las fiestas sin alcohol no son divertidas.**
- **Los amigos influyen sobre nuestras decisiones.**
- **La libertad implica tener responsabilidades.**
- **Los problemas siempre es mejor compartirlos con la familia.**
- **Para ser feliz es mejor vivir de sueños y no preocuparse por el futuro.**
- **Hay muchas personas que sacrifican su vida por ayudar a los demás.**

A continuación, el profesor planteará las siguientes cuestiones sobre las que los alumnos deberán reflexionar.

- ¿Os ha sido fácil o difícil situaros ante las frases?
- ¿Qué habéis aprendido con respecto a los valores de los otros? ¿Y de los vuestros?
- A medida que escuchabais los razonamientos de vuestros compañeros. ¿Qué cambios se han producido?



# para de la

## I La verdad del alcohol

### ACTIVIDAD I

#### Objetivo

Conocer la realidad sobre los mitos de las bebidas alcohólicas, transmitidos por nuestra cultura.

#### Desarrollo

El profesor situará a los alumnos en un párrafo del libro (pág. 43), donde a Laura le ofrecen "Orujo". Tras su lectura, el profesor comentará que el "Orujo" es una bebida alcohólica de alta graduación, a la que atribuyen propiedades estimulantes.

A continuación se repartirá a cada alumno una ficha individual, donde aparecen mitos sobre el alcohol. Los alumnos, individualmente, deberán de indicar si son verdaderos o falsos. Completadas todas las fichas, los alumnos se reunirán en grupos de 4 a 6 miembros, contrastarán las respuestas y llegarán a un consenso sobre los mitos. Posteriormente cada grupo expondrá al resto de la clase las conclusiones obtenidas, abriéndose un diálogo donde cada grupo argumentará sus respuestas. Cuando el profesor lo considere oportuno dará las explicaciones sobre cada uno de los mitos, aclarando las dudas existentes. (Ver actividades: Cuestión 1 del bloque I).

### REALIDADES DE LOS MITOS

**El alcohol es energético:** Se dice que el alcohol es un energético porque produce calorías al ser quemado, pero las calorías producidas por el alcohol sólo pueden ser utilizadas para la respiración elemental de la célula. El alcohol no tiene una acción energética que sirva para la actividad física o el esfuerzo, esto sólo lo pueden proporcionar las grasas y azúcares de los alimentos. El alcohol no se elimina más rápidamente con el esfuerzo físico, porque el músculo no lo utiliza para el trabajo.

El alcohol actúa sobre el sistema nervioso, impidiendo a la persona percibir la fatiga y produciéndole la sensación subjetiva de tener más energía, más fuerza (la persona se cree que es capaz de correr más rápido, saltar más alto, trepar, etc.) pero esto es una sensación momentánea, reapareciendo rápidamente la fatiga.

**El alcohol sirve para combatir el frío:** Cuando tenemos frío, el alcohol no puede ser utilizado porque no aumenta su oxidación (no es quemado a mayor velocidad), ni sus calorías sirven contra el frío. Por otro lado, cuando bebemos alcohol se produce en el organismo una vasodilatación periférica, es decir, los vasos sanguíneos de la piel y de las mucosas se dilatan y

aumenta la cantidad de sangre en estas zonas, esto se puede apreciar por el enrojecimiento de la piel. Al contener más sangre, la piel se calienta, produciéndose a través de ella una pérdida de calor, lo que produce una sensación subjetiva de calor, cuando en realidad, lo que está sucediendo es una disminución de la temperatura interior del cuerpo. El alcohol produce un efecto de refrigeración, por lo que es muy frecuente que se produzcan enfriamientos.

**El alcohol es un estimulante:** Se cree que el alcohol sirve para aliviar la depresión y aumentar los reflejos. Es todo lo contrario, el alcohol es un depresor del Sistema Nervioso Central, aunque en un primer momento produce desinhibición, dando a la persona la sensación de estar más suelta, en realidad se ralentizan las funciones generales que controla el sistema nervioso, produciendo lentitud de reflejos.

**El alcohol favorece la comunicación y relación con los demás:** No es cierto que favorezca la integración en el grupo, ni que elimine las barreras de la comunicación y nos haga más amables. Las personas que beben alcohol disminuyen su capacidad de control sobre sus actos y el nivel de conciencia de sus conductas. Y en muchas ocasiones en vez de facilitar las relaciones pueden aparecer conductas agresivas.

**El alcohol es un excitante sexual:** El alcohol en un primer momento desinhibe, pudiendo despertar el deseo sexual, pero en realidad interfiere en la relación sexual. Las personas que abusan del alcohol tienen problemas de impotencia.

**El alcohol ayuda a resolver los problemas:** El alcohol no sirve para resolver ningún problema y además dificulta el afrontamiento de situaciones difíciles. Además, el consumir alcohol para resolver problemas nos puede traer otras complicaciones como accidentes de tráfico, peleas, riesgo de intoxicación aguda, etc.

**Consumir alcohol en pequeñas dosis no afecta a la conducción:** El alcohol es un depresor del sistema nervioso, produciendo un entrecimiento de la actividad cerebral. Las bebidas alcohólicas disminuyen los reflejos, aumentando el tiempo de reacción; se miden mal las distancias, se tiene la sensación de ir más lento, etc. El alcohol afecta negativamente sobre la conducción, corriendo el riesgo de tener o provocar un accidente. Muchas personas cuando toman bebidas alcohólicas tienen la sensación subjetiva de poder controlar mejor la moto o el coche, pero esta es una sensación ficticia que produce el alcohol sobre el sistema nervioso.

## ACTIVIDAD II

### Objetivo

Entender que las bebidas alcohólicas son una droga con efectos nocivos para la salud.

### Desarrollo

El profesor lanzará a la clase la siguiente pregunta **¿Qué creéis que es una droga?** e irá recogiendo en la pizarra una síntesis de las respuestas de los alumnos. Una vez oídas todas las contestaciones, el profesor aclarará y completará el concepto de droga, aprovechando las aportaciones realizadas por los alumnos.

**¿Qué es una droga?:** Droga es cualquier sustancia capaz de actuar sobre el sistema nervioso, modificando la conducta, la percepción, el estado de ánimo o la conciencia.

El profesor explicará que el alcohol es una droga, ya que cumple las condiciones establecidas en la definición de droga. El alcohol al ser consumido produce alteraciones de la conciencia y de la conducta como: Visión borrosa, mareos, cambios bruscos de humor, impulsividad, irritabilidad, agresividad, tendencia a la tristeza, disminución de los reflejos, etc.

## ACTIVIDAD III

### Objetivo

Ayudar a los alumnos a reflexionar sobre las razones que puedan tener para beber alcohol y las razones para no beber alcohol, ayudándoles a tomar una decisión razonada y responsable de acuerdo con sus valores.

### Desarrollo

El profesor comentará a los alumnos cómo Laura, la protagonista de la obra, en diversas ocasiones da argumentos para no consumir alcohol, mientras que otros personajes dan razones para sí consumirlo, (pag.43 y 49). A continuación se formarán grupos de 4 a 6 alumnos, que deberán confeccionar dos listados, uno de razones por las que se consume alcohol y otro de razones por las que no se consume alcohol. Finalizada la actividad se realizará una puesta en común, en la que cada grupo expondrá los argumentos a favor y en contra del consumo de alcohol. (Ver actividades: cuestión 2 del bloque I).

Posteriormente, el profesor entregará a cada alumno una ficha individual. En estas fichas cada alumno construirá su propia balanza escribiendo a la derecha las razones que le pueden llevar a consumir alcohol y a la izquierda las razones que apoyan el no beber alcohol. Se debe indicar en cada lado de la balanza el mismo número de razones. Escritas todas las razones daremos un valor en peso a cada una, en función de la importancia

que tengan para nosotros, inclinándose de esta forma la balanza hacia un lado u otro.

El valor en peso lo pondremos en función de los siguientes items.

- Estaría bien: 1
- Es importante: 2
- Es imprescindible: 3

Ejemplo.

Razones para consumir	Valor
Mi grupo lo hace .....	1
Me ayuda a relacionarme .....	2
SUMA .....	3

Razones para no consumir	Valor
Mareos .....	1
Tengo que conducir .....	3
SUMA .....	4

Como podemos observar en el ejemplo, la balanza se inclinaría hacia la derecha, por lo que las razones para no consumir son para nosotros más importantes que las razones para consumir. El profesor explicará a los alumnos que la mejor forma de actuar es aquella que está de acuerdo con nuestros propios valores e intereses. Esta balanza les ayudará a tomar una decisión de acuerdo con sus intereses. (Ver actividades: cuestión 4 del bloque I).



## Podemos decir ¡NO!

### ACTIVIDAD I

#### Objetivo

Identificar, a través de un texto del libro, la presión de grupo como factor influyente sobre nuestras conductas.

#### Desarrollo

El profesor situará a los alumnos en un párrafo del libro, del que pasará un texto para su lectura (pág. 49). A continuación los alumnos deberán responder a una serie de cuestiones que posteriormente pondrán en común al resto de la clase. (Ver actividades: cuestión 1 del bloque II).

### ACTIVIDAD II

#### Objetivo

Enseñar a los alumnos la habilidad de decir NO para hacer frente a situaciones de presión de grupo.

#### Desarrollo

El profesor explicará que en muchas ocasiones la presión de grupo puede anular nuestros deseos, criterios o pensamientos. Existen situaciones en las que decir No a aquello que no nos interesa o no deseamos es suficiente; pero en otras ocasiones el grupo o la otra persona no acepta nuestra negativa tan fácilmente, insistiendo o manipulando con el propósito de forzar nuestra conducta. Hay que tener claro, que tenemos el derecho a decir No, sin que esto ponga en peligro la relación con la otra u otras personas. Para poder hacer frente a estas situaciones de forma positiva vamos a trabajar diferentes técnicas o estrategias de decir No.

A continuación, el profesor pedirá 4 voluntarios para contrarrestar la presión de grupo, a cada uno se le entregará una tarjeta con una estrategia para decir No, a elección del profesor. Los alumnos deberán afrontar la situación empleando exclusivamente la estrategia asignada. Con el resto de la clase se formarán 4 grupos, dándoles a cada uno de ellos una situación hipotética para su representación (se trata de una improvisación). El profesor dará 5 minutos para que los grupos realicen el reparto de papeles. (Ver actividades: Cuestión 2 del bloque II).

Seguidamente, comenzarán las representaciones por orden, antes de su inicio cada grupo leerá al resto de la clase la situación que deben de representar y el profesor elegirá a uno de los 4 voluntarios que va a afrontar esa situación. Cada situación será afrontada con una estrategia diferente.

Finalizadas las representaciones, el profesor explicará algunas estrategias para hacer frente a la presión de grupo.

- Di No.
- Disco Rayado.
- Dar razones.
- El Espejo.
- Acuerdo parcial.
- Alternativas saludables.
- Nos vamos.

Por último, para que el aprendizaje de estas habilidades sea efectivo, es necesario que los alumnos y alumnas pongan en práctica estas habilidades. Para ello, el profesor propondrá a la clase que durante una semana practiquen estas técnicas en las situaciones de presión que se les presenten en su vida cotidiana y las vayan anotando. Transcurrida una semana, se realizará una puesta en común donde se analizarán las dificultades que los alumnos han tenido en la utilización de las estrategias y cuales han sido los resultados obtenidos.

### ESTRATEGIAS PARA HACER FRENTE A LA PRESIÓN DE GRUPO

- **Di no:** Supone decir NO a la situación o proposición que no nos interesa, de forma clara, firme y sin excusas. No hay que dar explicaciones.

Ejemplo:

No, gracias.

No, no me interesa.

- **Disco Rayado:** Se trata de repetir una y otra vez lo que queremos, como un disco rayado, sin irritarnos, ni alzar la voz. Lo repetiremos las veces que sea necesario hasta conseguir nuestro objetivo.

Ejemplo:

A. Vamos a tomarnos unas cervezas.

B. No, no me apetece.

A. Pero, si hoy es sábado.

B. Ya, pero no me apetece.

A. Venga, yo te invito.

B. No, no me apetece.

- **Dar Razones:** Dar explicaciones de por qué no queremos hacer algo no es necesario, ya que estamos en nuestro derecho de no justificarnos, aunque en algunas situaciones puede ser adecuado. Así por ejemplo, si la petición te la hace un amigo, explicarle el por qué no queremos hacer lo que nos propone hará que pueda entender nuestra postura y respetarla, aunque no esté de acuerdo.

Ejemplo:

A. Vamos a tomarnos unos cubatas, hoy están a mitad de precio.

B. No, hoy no quiero beber. Mañana tengo un partido de balonmano, y quiero encontrarme bien.

- **El Espejo:** Consiste en reflejar lo que el otro dice, usando incluso sus propias palabras.

Ejemplo:

- A. ¿Nos tomamos unas copas?
- B. No, yo paso.
- A. ¡Venga!, no seas aburrido.
- B. "Quieres decir que si no bebo soy un aburrido".

- **Acuerdo parcial:** Esta estrategia supone aceptar que la otra persona puede tener razón en lo que piensa o cree, pero no aceptamos lo que nos propone. Puede que no pensemos de esa forma o que lo que nos proponga no sea coherente con nuestra forma de actuar.

Ejemplo:

"Es posible que tengas razón, pero a mi no me interesa".  
"Puede ser que la mayoría haga lo que dices, pero yo no".

- **Alternativas:** Consiste en ofrecer a la otra persona o al grupo alternativas lo suficientemente interesantes para que los demás las realicen. El ofertar al grupo algo atractivo y diferente a lo que nos están ofreciendo siempre es interesante porque en muchas ocasiones en el grupo se necesitan ideas nuevas, por lo que tenemos muchas posibilidades de que el grupo acepte lo que proponemos.

Ejemplo:

- A. Oye, quedamos el sábado en el parque, cada uno debe llevar una botella.
- B. Podríamos hacer algo más interesante este fin de semana.
- C. Aquí no se puede hacer nada.
- D. Me he enterado que en el Centro Juvenil organizan todos los sábados por la noche conciertos y talleres. ¿Podríamos acercarnos?

- **Nos vamos:** Cuando algo no nos interesa, siempre tenemos la opción de marcharnos; en este caso no tenemos por qué decir nada, nos despediremos y nos iremos.



## La realidad de un sueño

### ACTIVIDAD I

#### Objetivo

Hacer conscientes a los alumnos, a través de unos párrafos del libro, de la facilidad con que nuestros sueños e ilusiones se pueden desvanecer si no nos anticipamos a determinadas situaciones.

#### Desarrollo

El profesor situará al alumno en dos párrafos del libro "Laura contra el tiempo". En el primer párrafo Gitana imagina su futuro viajando por todo el mundo, sin ningún tipo de ataduras ni responsabilidades, igual que el protagonista de la novela que les lee Cerebro (pág. 78). En el segundo párrafo, Gitana manifiesta a Laura cómo su vida ha cambiado debido a su situación de embarazo; Gitana no podrá hacer realidad sus sueños (pág. 124). Tras su lectura, los alumnos deberán responder una serie de cuestiones que pondrán en común al resto de la clase. (Ver actividades: cuestión 1 del bloque III).

### ACTIVIDAD II

#### Objetivo

Ayudar a los alumnos a que planifiquen un proyecto de vida, de acuerdo con sus objetivos y posibilidades reales.

#### Desarrollo

El profesor pedirá a los alumnos que lean la fábula "La Lechera" (una adaptación del texto original). Tras su lectura deberán contestar a una serie de preguntas y exponerlas al resto de la clase. (Ver actividades: cuestiones 2 y 3 del bloque III).

A continuación, el profesor comentará a los alumnos que es positivo tener sueños e ilusiones con respecto a nuestro futuro, pero también debemos ser realistas y conscientes de las dificultades y obstáculos que pueden impedir alcanzar nuestros objetivos. La mejor forma de poder conseguir lo que deseamos y soñamos (viajar, independencia, dinero, salud) es adelantarnos al futuro, pudiendo así prevenir los posibles obstáculos, y poder diseñar un proyecto de vida realista.

## IV Alas a mi responsabilidad

### ACTIVIDAD I

#### Objetivo

Hacer conscientes a los alumnos que la libertad implica ser responsable de nuestros actos.

#### Desarrollo

El profesor pedirá a los alumnos que lean atentamente un párrafo del libro "Laura contra el tiempo", en el que Cerebro no acepta la responsabilidad del embarazo de Gitana (pág. 130). Tras la lectura, los alumnos deberán de contestar a una serie de cuestiones que pondrán en común con el resto de la clase. (*Ver actividades: Cuestiones 1 y 2 del Bloque IV*).

Al finalizar esta actividad, el profesor explicará que la responsabilidad implica saber responder de forma adecuada ante las situaciones o dificultades que se nos van presentando a lo largo de nuestra vida. La responsabilidad es la capacidad que tiene una persona de reconocer y aceptar las consecuencias de los actos que ha realizado libremente. Nuestra libertad irá siempre acompañada de nuestra responsabilidad, por lo que a mayor responsabilidad corresponderá mayor libertad. La libertad nos permite tomar nuestras propias decisiones, elegir sobre nuestros objetivos, nuestros amigos y amigas, la forma de divertirnos etc., Pero esta libertad solo es posible cuando existe un respeto hacia los demás y somos responsables de nuestros actos.

### ACTIVIDAD II

#### Objetivo

Tomar conciencia de las consecuencias que puede tener para nosotros y para los demás, la irresponsabilidad en algunas conductas.

#### Desarrollo

El profesor dividirá la clase en grupos de 4 a 6 alumnos, nombrándose en cada uno un secretario. A continuación se entregará a cada grupo una ficha donde aparecen una serie de conductas irresponsables, que suponen riesgo para nuestra salud y para la salud de los demás. Los alumnos deberán identificar, en cada situación, los riesgos que conlleva tanto para la persona que realiza la conducta como para los demás. Una vez señalados los riesgos, el portavoz de cada uno de los grupos hará una exposición al resto de la clase. El profesor anotará los riesgos expuestos en la pizarra, haciendo una síntesis de los mismos. Para finalizar, el profesor invitará a los alumnos a que reflexionen sobre las situaciones en las que normalmente nos arriesgamos y la conveniencia de ser responsables de nuestras conductas. (*Ver actividades: Cuestiones 3 y 4 del bloque IV*).

## V El mismo idioma

### ACTIVIDAD I

#### Objetivo

Analizar, a través de un párrafo del libro, los obstáculos que dificultan la comunicación entre padres e hijos.

#### Desarrollo

El profesor situará al alumno en un párrafo del libro, en el que Laura reflexiona sobre la dificultad de entenderse con su padre, debido a la diferencia de ideas y valores (pág. 144). Tras su lectura, los alumnos deberán responder una serie de cuestiones que pondrán en común al resto de la clase. (*Ver actividades: Cuestión 1 del bloque V*).

A continuación, el profesor explicará que para que exista un buen entendimiento entre dos personas, es importante ponernos en el lugar de la otra persona, es decir, imaginarnos cómo actuaríamos nosotros si estuviéramos en el lugar del otro. Por otra parte el tener la mayor información sobre la otra persona (sus características, cultura, experiencias vividas, valores, etc.), nos ayudará a comprender mejor su postura y respetarla, aunque no la compartamos.

### ACTIVIDAD II

#### Objetivo

Ayudar a los alumnos a conocer las características culturales, sociales y políticas que imperaban en la época en la que sus padres eran jóvenes.

#### Desarrollo

El profesor iniciará esta actividad comentando a los alumnos que una de las dificultades de la comunicación en la familia es la diferencia de puntos de vista entre padres e hijos, ya que a unos y a otros les ha tocado vivir en una situación social diferente. Para llegar a un mejor entendimiento y comprensión del punto de vista de los padres, el profesor propondrá realizar un trabajo de investigación de la época en la que sus padres tenían aproximadamente su edad (14 a 16 años). Para ello se dividirá la clase en tres grupos (A, B, C), nombrándose en cada uno un portavoz, que se encargará de coordinar la investigación de su respectivo grupo. Cada grupo se encargará de desarrollar diferentes aspectos de la investigación.

- Grupo A: Situación política del momento, valores, ideales, ilusiones y expectativas de futuro.
- Grupo B: Normas y límites familiares, comunicación con sus padres y costumbres familiares.

- Grupo C: Forma de divertirse, moda, música y otros movimientos culturales.

Para el desarrollo de la investigación se consultarán libros, revistas, periódicos, discos y películas de la época. Cada grupo deberá elaborar un cuestionario en el que recogerán información procedente de los padres y de otras personas, de los aspectos más relevantes de la investigación.

Recopilados todos los datos, los grupos presentarán sus resultados pudiendo utilizar para ello transparencias, carteles, murales, películas, discos, etc. Realizadas todas las exposiciones, el profesor abrirá un diálogo comparando la época juvenil de sus padres con la época actual. (Ver actividades: Cuestión 2 del bloque V).



## VI Mi vida por la tuya

### ACTIVIDAD I

#### Objetivo

Reflexionar, a través de un párrafo del libro, sobre la necesidad e importancia de ayudarnos mutuamente.

#### Desarrollo

El profesor situará al alumno en un párrafo del libro, en el que Currante ayuda desinteresadamente a Laura, (pág. 45). Tras su lectura, los alumnos deberán responder una serie de cuestiones que pondrán en común al resto de la clase. (Ver actividades: Cuestión 1 del bloque VI).

### ACTIVIDAD II

#### Objetivo

Situar a los alumnos en un hecho hipotético, en el que se plantea un conflicto de valores, sobre el cual se deben de posicionar.

#### Desarrollo

El profesor introducirá esta actividad explicando que en el libro, Laura pone en peligro su propia existencia a cambio de la vida de su madre (pág. 93). Para analizar esta actitud, los alumnos deberán de contestar a una serie de cuestiones que pondrán en común con el resto de la clase.

A continuación, el profesor planteará un dilema moral señalando los valores en conflicto (hacer realidad los sueños y aspiraciones, o la solidaridad), y pedirá a los alumnos que analicen y se posicionen frente a esta situación. Cada alumno leerá el dilema y reflexionará sobre el mismo, tomando su propia decisión y elaborando argumentos que lo fundamenten.

Finalizada la parte individual de la actividad, el profesor formará grupos de 4 a 6 alumnos, nombrándose un portavoz. Cada grupo deberá llegar a un consenso sobre el dilema moral y elegir la postura que el grupo considere más adecuada, en función de los argumentos escuchados.

Al final, el profesor propondrá un debate en el que cada grupo defenderá la opción elegida en base a los argumentos aportados. (Ver actividades: cuestión 2 y 3 del bloque VI).

**ctividades**

# I

# Actividades para después de la lectura

# La del

**1** Lee atentamente las afirmaciones que aparecen a continuación y señala con un círculo si crees que es verdadera o falsa

### FICHA INDIVIDUAL

¿VERDADERO O FALSO?

- El alcohol es un energético V F
- El alcohol sirve para combatir el frío V F
- El alcohol es un estimulante V F
- El alcohol favorece la comunicación y la relación con los demás V F
- El alcohol es un excitante sexual V F
- El alcohol ayuda a resolver los problemas V F
- Consumir alcohol en pequeñas dosis no afecta la conducción V F

**2** En grupo, debéis confeccionar dos listados, uno dando las razones por las que se consume alcohol y otro de las razones por las que no se consume alcohol

¿POR QUÉ SE CONSUME?

---



---



---



---



---



---

¿POR QUÉ NO SE CONSUME?

---



---



---



---



---



---

**3** Escribe, según tu opinión, 5 razones para consumir alcohol y 5 razones para no consumirlo

Razones para consumir:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

Razones para NO consumir:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

A cada una de las razones debes de asignarle un peso en función de la importancia que tenga para ti.

- Estaría bien: 1
- Es importante: 2
- Es imprescindible: 3

Posteriormente, debes de sumar todas las razones. Esta balanza te ayudará a tomar una decisión.



## 1 Lee atentamente el siguiente párrafo del libro "Laura contra el tiempo", y contesta a las cuestiones que se plantean

- ¿Qué es? – preguntó.
- Auténtico vino de garrafa –le contestó Cerebro.
- Paso. –dijo Laura, cediéndole la botella a Currante, que era quién estaba a su izquierda.
- ¿Por ser de garrafa? –quiso saber, con una pizca de maldad, Gitana.
- Por ser vino. No bebo alcohol.
- Notó que los otros la miraban intrigados y se vio obligada a dar una explicación, burlona.
- Soy deportista. ¿No sabéis que patino?
- ¡Vaya! –bufó Indio, mirando de reojo a sus compañeros, buscando complicidad-. ¡El vino es natural! ¡Lo da la tierra, tía!
- Yo he dicho que soy deportista, no que sea naturista –le explicó Laura sonriendo. (Pag. 49).

- ¿Crees que Laura se siente presionada a beber vino por Cerebro y Currante?

Sí            No

¿Por qué?

¿De qué forma se da esa presión?

- ¿Qué le hubiera resultado más fácil a Laura, aceptar la invitación o no aceptarla haciendo frente a la presión?

¿Por qué?

¿Por qué crees que Laura no se deja influenciar por sus nuevos amigos?

- ¿Qué harías tú ante una situación en la que te ofrecen o proponen hacer algo que no compartes?

¿Por qué?

- En muchas situaciones nos resulta difícil hacer frente a la influencia o presión de nuestros amigos, porque utilizan argumentos o estrategias para convencernos. Enumera algunos de estos argumentos o estrategias.

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_

- ¿En qué situaciones crees que debemos resistirnos a que nos ofrece o propone el grupo? \_\_\_\_\_

## 2 En grupo, representar las siguientes situaciones siguiendo las instrucciones del profesor

### Primera situación: Grupo A

Eva se encuentra de vacaciones en un campamento de verano, una noche se reúne con varios de sus nuevos amigos y amigas a escuchar música y hablar. Un compañero invita al grupo a fumar un "porro", a Eva no le interesa fumar. Sus compañeros insisten, uno le pregunta si tiene miedo. Eva no sabe como decir que no quiere.

### Segunda situación: Grupo B

María es una chica de 16 años, extrovertida y simpática. Tiene un grupo de amigos del instituto con los que sale los fines de semana. Le gusta ir al cine, escalar y bailar. María y sus compañeros nunca bebían alcohol, pero este último año suelen beber bastantes combinados. A María no le gusta demasiado el sabor del alcohol y además cuando bebe al día siguiente no se encuentra bien. Por este motivo lleva varios domingos sin poder ir a escalar, así que ha decidido no beber. Durante el fin de semana van a la discoteca a bailar, cuando llegan se ponen a beber combinados. María tiene muy claro que no quiere beber, pero no sabe como decir que no sin quedar mal delante de sus amigos y amigas.

### Tercera situación: Grupo C

Es el cumpleaños de Juan, para celebrarlo organiza una gran fiesta en un pequeño almacén que su familia posee a las afueras de la ciudad. Juan invita a todos los compañeros y compañeras de su clase, la fiesta está muy animada. Un grupo de amigos le dicen que tienen una sorpresa con la que podrán enrollarse a bailar como locos, le enseñan unas pastillas de "éxtasis" que han conseguido. Juan no tiene ganas de probarlas, piensa que para bailar y pasarlo bien no necesita tomar nada, sus amigos le animan para que las pruebe, porque es un día especial. No sabe como decir que no.

### Cuarta situación: Grupo D

Raúl y sus amigos han quedado este fin de semana para ir al monte a pasar el día. Todos se reúnen en el parque de su barrio para ir en moto. Raúl no tiene moto, por lo que se tiene que ir con su amiga Elena, pero sólo lleva un casco. Raúl pregunta por el casco, pero el resto del grupo le dice que no pasa nada, que por donde van a subir no hay policías. A Raúl no le apetece montar sin casco porque es peligroso, no tiene miedo, pero no le apetece jugarse la vida. No sabe como decir que no.

## 1 Lee atentamente los siguientes párrafos del libro "Laura contra el tiempo", y contesta a las cuestiones que se plantean

### PÁRRAFO 1

- A los treinta y tres años ya habré viajado mucho.
- explicó Gitana, elevando la mirada hacia la columna de humo de su cigarrillo-. Conoceré toda Europa y gran parte de África. Y los Estados Unidos. Cruzaré los Estados Unidos siguiendo la misma ruta que el protagonista de la novela que nos lee Cerebro. Viajar me enrolla mucho, ¿sabes? -le comentó a Laura-. Seguiré viajando. No tendré casa ni coche, ni nada que me obligue a poseer una llave. No seré dueña de ninguna llave. El mundo entero será mi casa.

Se produjo un silencio. Parecía que Gitana y Cerebro disfrutaban imaginando el plan de vida futura que la chica había dibujado. Laura sufría en silencio. (Pag.78).

¿Crees que es bueno soñar como Gitana?

Sí  No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Es Gitana realista imaginando su plan de vida futura?

Sí  No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

¿Qué impidió a Gitana llevar a cabo sus sueños?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- Debate: ¿Qué es mejor tener fantasías o ser una persona totalmente realista?

### PÁRRAFO 2

- Éste es un caso muy especial.

Gitana sacudió la cabeza, negando.

- No. Es el típico caso de la tonta menor que acaba la carrera cuando los demás están aún en la línea de salida. Es un caso de lo más vulgar. (Pag.124).

¿Qué crees que quiere decir la expresión: "Es el típico caso de la tonta menor que acaba la carrera cuando los demás están en la línea de salida"?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

¿Conoces a alguien que como el personaje del libro se haya quedado embarazada tan joven?

Sí  No

En caso afirmativo; ¿Qué cambios produjo en su vida esa situación? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Imagina que ahora te enteras que vas a tener un hijo. Reflexiona y escribe los principales cambios que se producirían en tu vida:

\_\_\_\_\_

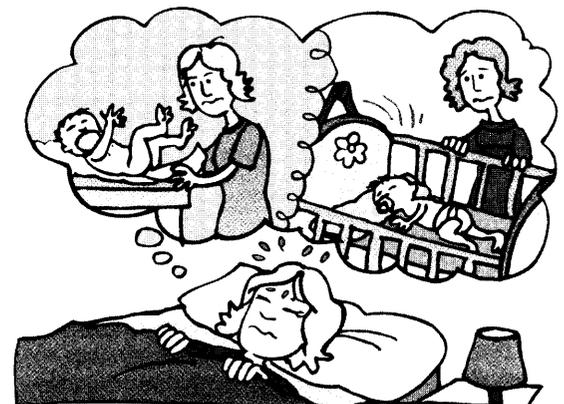
\_\_\_\_\_

- Escribe tres formas de poder evitar una situación de embarazo.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_



## La realidad de un sueño

### 2 Lee atentamente la siguiente fábula “La Lechera” de F.M. de Samaniego y contesta a las cuestiones que se te plantean

Una lechera se dirigía al mercado, con su cántaro de leche en la cabeza. Iba con alegría. Su alegría le venía de sus pensamientos, que estaban puestos en las cosas que haría con el dinero que sacara de la venta de su leche.

Marchaba sola la lechera, y estas ilusiones se hacía.

“Con el dinero que saque de la venta de la leche, compraré un canasto con cien huevos. De estos cien huevos, nacerán cien pollos que en el verano me rodearán cantando pío, pío.

Cuando los pollos sean grandes, los venderé y compraré un cerdo. Lo alimentaré bien, con bellotas, castañas y berza. Engordará de tal forma que ya lo veo arrastrando la barriga por el suelo.

Cuando esté bien cebado, lo llevaré al mercado y, sin duda alguna, me darán un buen dinero por él. Entonces compraré una vaca grande y un ternero que saltará y correrá por el campo, desde el monte hasta mi cabaña.”.

Tan absorta iba en estos pensamientos que no vio una piedra que había en el camino. Tropezó con ella y el cántaro de leche cayó con ella al suelo. ¡Pobre lechera! ¡adiós leche, dinero, huevos, pollos! ¡adiós cerdo, vaca y ternero! y ¡adiós sueños!.

- Analiza el contenido de la fábula y escribe su moraleja

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- Relata aquella vez que, como en la fábula de la lechera, no pudiste conseguir o hacer lo que habías imaginado porque surgió algún imprevisto \_\_\_\_\_

¿Cómo te sentiste? \_\_\_\_\_

¿Por qué? \_\_\_\_\_

- ¿Crees que la situación hubiera podido ser distinta?

Sí  No

¿Qué deberías haber tenido en cuenta?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### 3 Reflexiona y escribe los tres proyectos más importantes que tienes pensado realizar durante los próximos diez años

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_

- A continuación, elige uno de los tres proyectos que has escrito y describe tres situaciones o problemas que te puedan impedir llevarlo a cabo.

Mi objetivo es: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Problemas que podrían surgir.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

- ¿De qué forma podrías evitar estos problemas para conseguir tu objetivo?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## 1 Lee atentamente el siguiente párrafo del libro "Laura contra el tiempo", y contesta las siguientes cuestiones

Cerebro chasqueó la lengua, como renunciando a la discusión.

- Mira, olvídanos –dijo-. Es un rollo exclusivamente nuestro, ¿entendido? Si de verdad quieres pagarle el aborto, tú misma. Pero a mi no vengas a comerme el tarro. Yo soy mucho mayor que tú, no me puedes dar lecciones ni explicarme la vida.
- Te daré el dinero a ti –le propuso Laura, disponiéndose a sacarlo de la mochila.

Cerebro movió un dedo de izquierda a derecha ante ella.

- No. No quiero esa responsabilidad. No es mía y no la quiero. Laura le miró incrédula.
  - Eres un bicho, tío –le dijo.
- No. Soy un espíritu libre (Pag.130).

- ¿Piensas como Cerebro que la responsabilidad del embarazo de Gitana no es suya?

Sí  No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

- ¿Por qué crees que Cerebro no quiere aceptar su parte de responsabilidad? \_\_\_\_\_
- ¿Piensas que ser libre no implica ningún tipo de responsabilidad?

Sí  No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

- ¿En qué consiste la libertad? \_\_\_\_\_
- Analiza y reflexiona la siguiente expresión: "La libertad de cada uno termina donde comienza la libertad de los demás".

## 2 En grupo, contestar a las siguientes cuestiones

- Reflexionar sobre las libertades que tenéis \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- ¿Qué tipo de responsabilidades implica el tener esas libertades? \_\_\_\_\_
- ¿Qué libertades os gustaría llegar a tener? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- ¿Qué responsabilidades implicaría? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- ¿Estaríais dispuestos a asumir esas responsabilidades?

Sí  No

¿Por qué? \_\_\_\_\_

## 3 En grupo, analizar las siguientes conductas, indicando en cada una de ellas los riesgos que pueden tener para la persona que realiza la conducta y los riesgos que pueden tener para los demás

### CONDUCIR BAJO LOS SÍNTOMAS DEL ALCOHOL

Riesgos para mí \_\_\_\_\_

Riesgos para los demás \_\_\_\_\_

### TENER RELACIONES SEXUALES SIN USAR PRESERVATIVO

Riesgos para mí \_\_\_\_\_

Riesgos para los demás \_\_\_\_\_

### MONTAR EN UNA MOTO SIN USAR CASCO

Riesgos para mí \_\_\_\_\_

Riesgos para los demás \_\_\_\_\_

### FUMAR EN UN AUTOBÚS

Riesgos para mí \_\_\_\_\_

Riesgos para los demás \_\_\_\_\_

## 4 Contesta las siguientes cuestiones

- Piensa y escribe las situaciones en las que normalmente corres riesgos.

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

- ¿Qué consecuencias pueden tener para ti y para los demás esos riesgos? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Reflexiona: ¿merece realmente la pena arriesgarse?:

Sí  No

¿Por qué? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## mismo

### 1 Lee atentamente el siguiente párrafo del libro "Laura contra el tiempo", y contesta las siguientes cuestiones

A Laura no le gustaba la novela. No parecía que tuviera un argumento, una razón para seguir leyendo. Simplemente los protagonistas no cesaban de viajar, de emborracharse y de meterse en líos. A ella no le gustaba, pero entendía perfectamente que alguien como Cerebro la hubiera idolatrado. (Pag. 143).

«¿Es esto lo que mi padre entendía como ser persona?», se decía Laura, sacudiendo incrédula la cabeza. «Era imposible que nos entendiéramos. No hablábamos el mismo idioma» (Pag.144).

- ¿Qué crees que quiere decir la expresión "No hablamos el mismo idioma"? \_\_\_\_\_

---



---



---



---

- ¿Qué obstáculos de comunicación impiden a Laura entenderse con su padre? \_\_\_\_\_

---



---



---



---

- ¿Qué se necesita para que dos personas con diferentes puntos de vista se entiendan? \_\_\_\_\_

---



---



---



---

- ¿Qué obstáculos tienes normalmente a la hora de comunicarte con tus padres? \_\_\_\_\_

---



---



---



---

### 2 Investigar y recopilar información sobre la época en que vuestros padres vivieron cuando tenían vuestra edad, atendiendo a las instrucciones de vuestro profesor y a las siguientes pautas

Grupo A: Investigad sobre la situación política del momento, los valores, los ideales, así como las ilusiones y expectativas de futuro que tenían vuestros padres.

Grupo B: Investigad sobre las normas y límites familiares, el tipo de comunicación que mantenían con sus padres y las costumbres familiares.

Grupo C: Investigad sobre la forma de divertirse, la moda, la música y otros movimientos culturales.



## 1 Lee atentamente el siguiente párrafo del libro "Laura contra el tiempo" y, contesta a las cuestiones que se plantean

Una moto se le acercó. Currante había regresado y la miraba indeciso.

- Estaba convencido de que no fingías –dijo-  
No tienes donde pasar la noche.
- No- le contestó Laura.
- Sube a la moto.  
A Laura le había cambiado el humor. Un aire en la cara nuevamente, al igual que lo había sentido tantas veces patinando, la animaba.
- ¿Por qué motivo Currante ayuda a Laura? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- ¿Qué habrías hecho tú en el caso de Currante? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Recuerda y escribe alguna situación en la que necesitaste ayuda de los demás \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- ¿Qué personas te ayudaron? \_\_\_\_\_
- ¿Por qué crees que te ayudaron? \_\_\_\_\_
- ¿Cómo te sentiste? \_\_\_\_\_
- Relata aquella ocasión en la que ayudaste a alguien de forma desinteresada \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- ¿Por qué lo hiciste? \_\_\_\_\_
- ¿Cómo te sentiste? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- Debate: ¿Cada día somos más egoístas o por el contrario más solidarios?

## 2 En el libro "Laura contra el tiempo", la protagonista pone en peligro su propia existencia á cambio de la vida de su madre

- ¿Qué te sugiere la expresión "Mi vida por la tuya" \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- ¿Crees que se puede llegar a dar la vida por otra persona o personas?

Sí  No

En caso afirmativo. ¿En qué situaciones? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Relata alguna situación que conozcas de alguien que haya arriesgado su vida para salvar otra? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
- ¿En qué situación y por qué personas serías capaz de arriesgar tu vida? \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## 3 Imagina la siguiente situación

"Pedro tiene un examen de selectividad, del que depende su futuro profesional. Necesita aprobar este examen y sacar una buena nota para entrar en la Facultad de Arquitectura. Su mayor ilusión es ser arquitecto, para poder hacer realidad sus sueños; construir edificios integrados en el medio ambiente, y a consecuencia de ello ser alguien famoso y reconocido.

Pedro lleva estudiando, muy duramente, durante todo el año. Cuando se dirige a hacer el examen, observa que ha habido un accidente, y una mujer atiende a un chico, tirado en el suelo, que sangra abundantemente. La señora le pide que llame a una ambulancia y le ayude a socorrer al muchacho. Pedro dispone de poco tiempo para llegar al examen, pero si no ayuda al chico, éste puede morir."

Dilema: ¿Debería Pedro pasar del examen, perder la oportunidad de entrar en la Facultad de Arquitectura y de hacer realidad sus sueños, por ayudar al chico que está herido?.

Sí  No

Argumentos individuales \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Argumentos de grupo \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

- Alonso Sanz, C. "Tabaco, Alcohol y Educación: una actuación preventiva". Junta de Comunidades de Castilla - La Mancha. Consejería de Sanidad. Plan Regional de Drogas. Toledo. 1995.
- Bolívar Botía, A. "La Evaluación de valores y actitudes" Editorial Alauda. Madrid. 1995.
- Camps, V. "Los valores de la educación". Editorial Alauda/Anaya. Madrid. 1994.
- Carreras, L. y otros. "Cómo educar en valores". Materiales, textos, recursos, técnicas. Editorial Narcea. Madrid. 1997.
- Cloutier, L. y otros. "¡Ordago!. El desafío de vivir sin drogas". Programa para la prevención en la E.S.O. Edita EDEX, Kolektiboa. Bilbao. 1996.
- Consejería de Sanidad y Política Social. Dirección General de Salud. Región de Murcia. "Folleto divulgativo: el tabaco y bebidas alcohólicas". Murcia. 1998.
- Escámez, J., y otros. "Educación para la Convivencia". Editorial Nau Llibres. Valencia. 1994.
- Francia, A. "Educar con Fábulas". Editorial CCS. Madrid. 1992.
- Fritzen, S.J. "70 ejercicios prácticos de dinámicas de grupo". Editorial Sal Terrae. Santander. 1988.
- Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (F.A.D.). "Programa de cine y educación en valores. (Guías didácticas de películas)". Madrid. 1996.
- Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (F.A.D.). "Plan Integral de Prevención Escolar. Material de Prevención del consumo de drogas para la Educación Secundaria Obligatoria". Madrid. 1996.
- Fundación Etorikintza. y Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (F.A.D.). "Manual Didáctico para Educadores. Contenidos y Actividades". Madrid. 1990.
- Goldstein, A. y otros. "Habilidades Sociales y autocontrol en la adolescencia". Editorial. Martínez Roca. Barcelona. 1989.
- Hostie, R. "Técnicas de dinámica de grupo". Editorial ICCE. Madrid. 1987.
- López, I. y otros. "Guía de Prevención, orientaciones a los padres para prevenir las drogodependencias". Consejería de Sanidad y Política Social. Murcia. 1995.
- Mendoza, R., y otros. "La Educación sobre drogas en el ciclo superior de la E.G.B.". Ministerio de Educación y Ciencia. Madrid. 1986.
- Ministerio de Educación y Cultura. Universidad de Santiago. "Construyendo tu Salud. Promoción del desarrollo personal y social". Guía del profesor y del alumno. 1999.
- Ortega, P. y otros. "Valores y Educación". Editorial Ariel Educación. Barcelona. 1996.
- Programa de Prevención de drogodependencias. Centros Educativos de la Comunidad de Madrid. (P.P.D.). "Materiales de Formación en Prevención de Drogodependencias". Modulo:

Contenidos Generales. Ministerio de Educación y Ciencia. Comunidad de Madrid. Ayuntamiento de Madrid. 1995.

- Programa de Prevención de Drogodependencias. Centros Educativos de la Comunidad de Madrid. (P.P.D.). "Materiales de Formación en Prevención de Drogodependencias". Modulo: Profesorado. Ministerio de Educación y Ciencia. Comunidad de Madrid. Ayuntamiento de Madrid. 1995.
- UNICEF. "Valores para vivir una iniciativa educativa". Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales. Barcelona. 1998.



vingt huit pas  
l'usage de l'amblyopie



Región de Murcia  
Consejería de Sanidad y Consumo

Dirección General de Salud Pública  
Sección de Educación para la Salud

un fruit à moitié  
fruit. Consulti par  
des parties exdivises  
au proffu de u gradu  
de qua terre: mais  
mit Sept Cont  
piis a f... Des meuf  
peca... no t...  
