

Bosquejo del Currículo

Cada lección comienza con una breve descripción general de la lección, objetivos para el participante, respaldo de estándares educativos nacionales (EU) de la lección y una lista de cotejo para la preparación de la lección. Cada actividad y discusión de la lección, incluye una detallada descripción, tiempo aproximado requerido, materiales requeridos y pasos de fácil ejecución. Los íconos indican la integración del dispositivo ySTART™ (¿Por qué empezar?) y/o el simulador electrónico *PreventPak™* (Paquete Preventivo) con las lecciones del currículo.

Lección 1: El Tabaco y el Sistema Respiratorio

- **Pre-Evaluación opcional del programa: Pruebas previas al Programa ySTART**
 - Valoración de comportamientos, actitudes, conocimiento y habilidades con respecto al tabaco, previas al programa.
- **Actividad Preparatoria: ¿Quién fue el asesino?**
 - Introducción al concepto del control que ejerce la adicción a la nicotina y de las consecuencias
 - El dispositivo lee en voz alta una carta de una niña cuya madre fue asesinada por el tabaco
 - Uso de hechos bien documentados, de la hoja de trabajo del participante y de la discusión de aula
- **Discusión Opcional Introductoria: El Sistema Respiratorio**
 - Descripción de las funciones del sistema respiratorio humano
 - Uso de hechos bien documentados, una demostración interactiva y una discusión de aula
- **Discusión detallada: El tabaco y el Sistema Respiratorio**
 - Ilustración del impacto del humo del tabaco sobre los pulmones y el torrente sanguíneo usando el "Envase de alquitrán" y el "Envase de Flema"
 - Uso de hechos bien documentados, una demostración interactiva y una discusión de aula
- **Actividad detallada: Luchando por respirar**
 - Descripción de la naturaleza y causa del enfisema
 - Realizar una actividad física, mientras respira a través de una pajilla para experimentar las incomodidades y el efecto incapacitante del enfisema
 - Uso de hechos bien documentados y una discusión de aula
- **Actividad Opcional de Refuerzo: ¡Cuidado! ¡Contenidos Nocivos!**
 - Revisión de los contenidos de los cigarrillos y de su humo
 - Uso de hechos bien documentados, hoja de trabajo del participante y una discusión de aula

Lección 2: Tabaco, Salud y el Ambiente

- **Actividad Opcional de Repaso: Breve repaso *Manos arriba/ Manos abajo***
 - Repaso y Refuerzo de la lección # 1
- **Actividad Exhaustiva: Misión Tabaco**
 - Ilustración del efecto devastador potencial en fumadores y otros
 - El dispositivo da instrucciones audibles para que en equipo se resuman los efectos del tabaco sobre la salud y el cuerpo.
 - Uso de hechos bien documentados, trabajo de grupo, educación de pares y hoja de trabajo del participante
- **Actividad Adicional de Refuerzo: Arriba en el Humo (\$)**
 - Descripción del impacto financiero por el uso del tabaco
 - Uso de la hoja del participante y de la discusión en aula
- **Actividad Opcional de Refuerzo: Entrevista con un fumador**
 - Ilustración del impacto del fumado en la vida de los actuales fumadores
 - Entrevista con un fumador con un mínimo de cinco años de adicción
 - Uso de hoja de entrevista para la reflexión y discusión en clase
- **Discusión Preparatoria: Demostración del simulador electrónico *PreventPak* (Paquete de Prevención) por el facilitador**
 - Demostración de una sesión de capacitación con el simulador y de un evento de rechazo
 - Distribución de la solicitud del permiso, formulario de permiso y contrato del participante
 - Uso de observación y discusión en aula
- **Actividad de Repaso Opcional: Repaso Breve *Párate y Siéntate***
 - Repaso y refuerzo de la Lección # 2

Lección 3: El Tabaco y los Medios

- **Actividad de Repaso Opcional: Repaso Breve-El A,B,C del Tabaco**
 - Repaso y refuerzo de la Lección # 1 y # 2
- **Discusión Preparatoria: Tabaco y Juventud**
 - Descripción del impacto del tabaco en los jóvenes
 - Uso de hechos bien documentados, hoja de trabajo del participante y discusión en aula
- **Actividad y Discusión Exhaustiva: La representación de los Medios al uso del Tabaco**
 - Análisis de la influencia de los Medios en la percepción de los productos de tabaco
 - Identificación y Evaluación de los mensajes de anuncios de tabaco
 - Uso de hechos bien documentados, hoja de trabajo del participante y discusión en aula
- **Discusión y Actividad Exhaustiva: El globo rojo acelerador**
 - Refuerzo del impacto de la adicción en las decisiones de día a día y en las metas de largo término
 - Experiencia personal de la dificultad para lograr las metas mientras se tiene una adicción
 - Uso de hechos bien documentados, hoja de trabajo del participante y discusión en aula
- **Actividad Opcional de Refuerzo: Contrato de 24 Horas**
 - Ilustración, al renunciar a un comportamiento u objeto por 24 horas, de la dificultad de cambiar un comportamiento una vez que se ha creado dependencia
 - Identificación del cambio de comportamiento y de las posibles barreras
 - Uso de una hoja de trabajo reflexiva con un contrato y discusión de aula
- **Actividad de Repaso Opcional: Repaso Breve Agitación Grupal**
 - Repaso y refuerzo de la Lección # 3

Lección 4: Destrezas para una Vida Libre de Tabaco

- **Actividad de Repaso Opcional: Repaso Breve- Arroja la Bola**
 - Repaso y refuerzo de la Lección # 3
- **Actividad Exhaustiva: Es solo un vaso de agua, ¿Correcto?**
 - Descripción de los pasos necesarios para tomar decisiones legales, saludables, seguras y respetuosas
 - Introducción a las “Cinco Rápidas” preguntas para la toma de decisiones
 - Uso de drama y discusión en aula
- **Actividad Exhaustiva: Destrezas de rechazo**
 - Descripción de cómo decir “No” efectivamente y mantener los amigos
 - Introducción a los 5 componentes de destrezas de rechazo efectivas
 - Documentación de la Frase de Rechazo “No” en los empaques- *Paks*
 - Uso de drama, hoja de trabajo y discusión en aula
- **Actividad Exhaustiva: “Mensaje en Primera Persona”**
 - Descripción de cómo compartir información y expresar sentimientos efectivamente
 - Evaluación de “Mensaje en segunda persona” inefectivo y el efectivo, “Mensaje Primera Persona”
 - Uso de dramatización, hoja de ejercicio para el participante y discusión en aula
- **Actividad Preparatoria: Selección de frases ySTART**
 - Selección de tres frases ySTART de importancia personal
 - Documentación de las frases ySTART en el empaque –*Paks*
 - Uso de hoja de ejercicio para el participante y discusión en aula
- **Actividad Opcional de Repaso: Repaso Breve- Manos arriba/Manos abajo**
 - Repaso y refuerzo de la Lección # 4

Lección 5: Preparación para la simulación

- **Actividad de Repaso Opcional: ¿Recuerdas tus destrezas?**
 - Repaso y refuerzo de la Lección # 4
- **Actividad Preparatoria: Asignación de dispositivo**
 - Pasos enumerados de fácil ejecución para programar los dispositivos para la simulación de rechazo
 - Distribución de IDs y dispositivos
 - Ensamble del simulador electrónico *PreventPak* (Paquete Preventivo). Dispositivos se introducen y sella en empaque de cartón –Pak.
 - Uso de hoja de trabajo del participante
- **Actividad Exhaustiva: Preparación del simulador y Sesión de Práctica**
 - Programación del simulador con el identificador del brazalete, la frase de rechazo y frases YSTART.
 - Práctica de un evento de rechazo de fumado.
- **Actividad Exhaustiva: Expectativas de la Simulación**
 - Explicación de las expectativas de la simulación, y ponderación de la evaluación.
 - Asignación del diario de la simulación y de la tarjeta de referencia rápida
- **Actividad Opcional de Repaso: ¡En sus marcas, listos, fuera!**
 - Repaso y refuerzo de los procesos y expectativas de la simulación



Lección 6: Reflexión y Compromiso

- **Actividad Preparatoria: Informe de la simulación**
 - Pasos enumerados de fácil ejecución para ver, editar e imprimir los informes
 - Distribución de los informes individuales
 - Explicación e interpretación de los informes de simulación
- **Actividad y Discusión Exhaustiva: Reflexión del participante**
 - Evaluación completa del Programa YSTART
 - Revisión de hechos bien documentados acerca de los beneficios de estar libre de tabaco
 - Uso de hoja de trabajo para la reflexión sobre la simulación y discusión en clase
 - Distribución de evaluación opcional para padres o tutores
- **Actividad y Discusión Exhaustiva: Los Beneficios de estar libre de tabaco**
 - Identificación de razones personales para vivir libre del tabaco
 - Desempaque del Pak, mostrando en su interior la Promesa para vivir libre del tabaco
 - Uso de discusión de aula
- **Actividad de Refuerzo: Promesa para estar libre del Tabaco**
 - Distribución de los certificados de conclusión del Programa ySTART
 - Ceremonia opcional de graduación
- **Actividad Opcional de Evaluación posterior: Pruebas posteriores al Programa ySTART**
 - Valoración de conducta, actitudes, conocimientos y destrezas relacionadas con el tabaco, posterior a la participación en el Programa ySTART