



Nomenclatura de identificación: SE-CEFC

Ficha: 03

Tema: Simulacros como medida de seguridad ante sismos.

Propósito:

Que las niñas y niños adquieran habilidades de trabajo colaborativo para actuar y prevenir riesgos ante los sismos, tanto en la escuela como en el hogar, por medio de un plan de protección integral que se trabajará de forma permanente y de actividades lúdicas desarrolladas en la escuela.

Nivel:

Preescolar, primaria y secundaria

Descripción del Tema:

¿Has escuchado la frase “prevenir es vivir”? En protección civil hace referencia a la cultura de la prevención. Pese a que no podemos eliminar los fenómenos naturales, sí podemos mitigar los riesgos que podemos correr si nos mantenemos alerta. Es por ello que, ante una situación de emergencia lo mejor es actuar rápido y eficazmente. Debemos estar prevenidos ante los fenómenos naturales, los sismos, tanto en la escuela como en el hogar.

Fomentar la cultura de la disminución del riesgo, adquirir habilidades de trabajo colaborativo para actuar y prevenir riesgos ante los sismos.



¿Sabías qué?

- Técnicamente la luna experimenta “terremotos lunares”, no terremotos como los que nosotros conocemos, pero la actividad sísmica básica sigue siendo la misma. La corteza de la luna cambia, pero los temblores que produce no son tan intensos como los mayores desastres de la Tierra.
- Hay 3 tipos de peso:
Peso estructural: Lo que pesa es el inmueble.
Peso fijo: Lo que pesa el mobiliario.
Peso dinámico: Lo que pesan las personas.
- Está estudiado que los animales son sensibles a los sonidos que se emiten durante un sismo, pero esto no significa que ellos prevengan o pronostiquen el movimiento.

Actividades del lunes preventivo

Durante el homenaje:

Preescolar

Duración de 5 minutos

Nombre de la actividad: “Ahí...viene el tren”.

Recursos (Materiales y humanos):

Letra de la canción: “ Ahí viene el tren” (Anexo 1).

Un grupo de un grado escolar seleccionado.

Descripción de la actividad:

Inicio:

En un número del homenaje a la bandera, se hace mención sobre la actividad a realizarse para el simulacro en caso de sismo sobre el Programa de “lunes preventivo”.

Desarrollo:

Se hace sonar un silbato o alarma, a continuación, uno o más de los líderes del grupo participante gritará: Ahí viene el tren.

Seguido de esta acción, los alumnos deberán formarse en una o varias filas según sean las condiciones del entorno, al mismo tiempo que se toman de los hombros y cantan chucu chucu chu - chucu chucu cha, consecutivamente hasta llegar a la zona segura.

Cierre:

Una vez llegando a la zona segura, Se realiza la lectura ¿Qué hacer antes, durante y después de un sismo? Anexo 3.

Sugerencias:

- El maestro seleccionará a los líderes.
- Previamente se tenga establecido e indique cual es la zona segura.
- La lectura podrá realizar un maestro, alumno o tutor.

Primaria y secundaria

Nombre de la actividad: “A salir”

Recursos (Materiales y humanos):

Letra de la canción:” A salir” (Anexo 2).

Un grupo de un grado escolar seleccionado.

Descripción de la actividad:

Inicio:

En un número del homenaje a la bandera, se hace mención sobre la actividad a realizarse para el simulacro en caso de sismo sobre el Programa de “lunes preventivo”.

Desarrollo: Se hace sonar un silbato o alarma, a continuación, uno o más de los líderes del grupo participante gritará: “A salir”.

Seguido de esta acción, los alumnos deberán formarse en una o varias filas según sean las condiciones del entorno, al mismo tiempo que aplauden y responden rítmicamente “Caminando (aplauaso, aplauaso) no corriendo (aplauaso, aplauaso), no empujando (aplauaso, aplauaso), a salir” (aplauaso, aplauaso) y así consecutivamente hasta llegar a la zona segura.

Cierre: Una vez llegando a la zona segura, Se realiza la lectura ¿Qué hacer antes, durante y después de un sismo? Anexo 3.

Sugerencias:

- El maestro seleccione los líderes
- Previamente se tenga establecido e indique cuál es la zona segura
- La lectura podrá realizarla un maestro, alumno o tutor.

En el salón de Clases:

Preescolar y Primaria hasta tercer grado

Nombre de la actividad: “Ahí...viene el tren”.

Recursos (Materiales y humanos):

Letra de la canción:” Ahí viene el tren” (Anexo 1).

Todo el grupo

Descripción de la actividad:

Nombre de la actividad: “Ahí...viene el tren”

Recursos (Materiales y humanos):

Canción Ahí viene el tren (Anexo 1)

Participación de todo el grupo.



Descripción de la actividad:

Inicio: Proporcionar la canción “Ahí viene el tren”. Se cantará las veces que sean necesarias para que los alumnos se familiaricen con la letra.

Desarrollo: Se hace sonar un silbato o alarma, a continuación, uno de los líderes del grupo gritará: “Ahí viene el tren”.

- 1.- Seguido de esto los alumnos deberán formarse de los hombros en una o varias filas según sean las condiciones del entorno, se sugiere que los alumnos de las últimas filas sean los primeros en salir.
- 2.- Los niños responden cantando Chucu chucu, chu..... chucu chucu, cha...al ritmo que cantan se desplazan hacia una zona segura, previamente se establecerá la zona.

Cierre: Los alumnos con ayuda de sus Padres elaborarán un “Plan de protección familiar” de acuerdo a las características de su casa, que se presentará ante el grupo.

Sugerencias:

- El maestro seleccione los líderes
- los últimos de las filas deberán ser los primeros en formarse
- Previamente se tenga establecido e indique cual es la zona segura.



Primaria 4º grado, hasta secundaria

Nombre de la actividad: “A salir”

Recursos (Materiales y humanos):

Canción “A salir” (Anexo 2)

Participación de todo el grupo.

Descripción de la actividad:

Inicio: Proporcionar la canción “A salir”. Se cantará las veces que sean necesarias para que los alumnos se familiaricen con la letra.

Desarrollo: Se hace sonar un silbato o alarma, a continuación, uno o más de los líderes del grupo participante gritará: “A salir”.

Seguido de esta acción, los alumnos deberán formarse en una o varias filas según sean las condiciones del entorno, al mismo tiempo que aplauden y responden rítmicamente “Caminando (aplauaso, aplauaso) no corriendo (aplauaso, aplauaso), no empujando (aplauaso, aplauaso), a salir” (aplauaso, aplauaso) y así consecutivamente hasta llegar a la zona segura.

Cierre: Los alumnos con ayuda de sus Padres elaborarán un “Plan de protección familiar” de acuerdo a las características de su casa, que se presentará ante el grupo.

Sugerencias:

- El maestro seleccionará los líderes
- Los últimos de las filas deberán ser los primeros en formarse
- Previamente se tenga establecido e indique cual es la zona segura.

Para el docente

Evaluación de lo logrado:

Escribir su apreciación sobre la pertinencia y eficacia de las actividades, además de sugerencias en relación a las mismas.

Referencias electrónicas:

Martínez, Josefina, Sepúlveda Elena, Culaciatti Rossana, (2010) Cuando la tierra se movió. Chile. Recuperado de

http://www.buentrato.cl/pdf/Cuando_la_Tierra_se_Movio.pdf

Martínez Karelys, Márquez Irving, (2011) Terremotos o sismos para niños. Recuperado de:

<https://es.scribd.com/doc/55642139/Terremotos-o-Sismos-para-ninos>

Vélez, Laura, (2015) ¿Por qué se producen los terremotos? Recuperado de:

<https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/aprendizaje/por-que-se-producen-los-terremotos/>

ACTIVIDADES Shockey, Cate, Hulse Jennifer, Listo Calixto se prepara para los terremotos. Recuperado de:

https://www.cdc.gov/cpr/readywrigley/documents/13_241737_ready_wrigley_eart_hquakes_spanish_508.pdf

Audio cuento

Ramírez, Antonio, Leyenda de los temblores. Recuperado de:

<https://www.youtube.com/watch?v=oZP1C9EKHDo>

Recomendaciones en caso de sismos ¿Qué hacer antes, durante y después?

<https://www.youtube.com/watch?v=ELfXxJVbbqw>

¿Qué es un terremoto? | Vídeos Educativos para Niños

https://www.youtube.com/watch?v=sk_x58kM_70

¿Por qué se producen los Terremotos? | Videos Educativos para Niños

<https://www.youtube.com/watch?v=SbejEAjj0j0>

Link para subir las evidencias:

El colectivo docente, de manera colaborativa se reúne para llenar el formato de evidencias por escuela, para ello favor de ingresar al link:

<http://escuelasresilientes.chiapas.gob.mx/Home/Mapa>



Anexo 1

Canción: “Ahí...viene el tren”.

Chucu chucu chu, Chucu chucu cha (se repite hasta terminar la actividad)

Anexo 2

Canción: “A salir”

A salir, caminando (aplauo, aplauo) no corriendo (aplauo, aplauo), no empujando (aplauo, aplauo), a salir, caminando (aplauo, aplauo) no corriendo (aplauo, aplauo), no empujando (aplauo, aplauo). (se repite hasta terminar la actividad)



Anexo 3

Lectura: ¿Qué hacer antes, durante y después de un sismo?

Debido a que no existe ninguna manera de saber cuándo ocurrirá un sismo, lo mejor que podemos hacer es informarnos y prepararnos para actuar de la mejor manera cuando se produzca. Es por ello que el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE) te comparte las siguientes recomendaciones sobre cómo actuar antes, durante y después de un sismo:

Antes que tiemble:

- Elabora un plan familiar y laboral de Protección Civil
- Verifica tu casa periódicamente sobre construcción y seguridad.
- Prepara una mochila de emergencia con: copia o usb con documentos más importantes (INE, pasaporte, escrituras, cuenta bancaria, NSS, INFONAVIT, crédito bancario, identificación de toda la familia y fotos actualizadas de cada uno de ellos)
- Ten un kit listo con un silbato, una lámpara, un dispositivo que permita escuchar la radio, pilas, barras de gramola, agua y dulces)
- Participa en serio durante simulacros
- Mantén tus dispositivos (celular, Ipad y laptop con batería)
- Avisa a familiares y amigos que zona de tu casa es la más segura (en dónde te resguardas durante un sismo)
- Utiliza un lugar de tu ciudad como punto de encuentro para todos.
- Usa pulsera de identificación con teléfono de emergencia y tipo de sangre.

Durante un temblor

- Si la alerta suena debes dejar lo que haces y de preferencia evacuar edificios y casas.
- Si tienes zonas de seguridad o protección civil cerca colócate ahí.
- No corras (muchos accidentes ocurren durante evacuación desordenada)
- No grites (contagias a los demás y eso puede ser un caos durante desalojo)
- No empujes (dales tiempo a todos de salir)
- Ayuda a personas de la tercera edad y niños



- Si no desalojaste colócate en zona segura y en formal fetal cubre cabeza con brazos y manos
- Conéctate a pensamientos positivos (orar lo que te sepas de la religión que sea ayuda)
- Haz conteo para saber más o menos cuánto dura

Después del sismo

- Guarda la calma
- Apaga interruptores de luz, cierra llaves de paso de agua y gas.
- Sal de inmueble si te quedaste.
- Ve a zona segura
- Utiliza celular solo para emergencias
- Utiliza redes sociales para avisar que estás bien.
- Establece códigos de comunicación en redes (estoy bien, avisen todos)
- No regreses a inmueble a menos que ya haya sido revisado.
- Si no hay comunicaciones espera, intentarlo sin éxito bloquea la poca señal que hay.
- No fumes
- Ayuda a los que tienen crisis nerviosa. Abrazar a la gente es una buena terapia.
- Llorar si lo necesitas
- Si estás con niños pídeles que te cuenten su experiencia. Diles que todo estará bien.

DISEÑADORES:

Mtro. Jorge Alberto Ley Delgado. ATP de la Coordinación Estatal de Formación Continua de Maestros en Servicio.

Mtro. William Pola Nucamendi. ATP de la Coordinación Estatal de Formación Continua de Maestros en Servicio.

