



# CAJA DE BARRICADA 4-H

## Instrucciones

Este juego se realiza en dos rondas.

RONDA 1:

1) Antes de empezar, lee lo siguiente en voz alta:

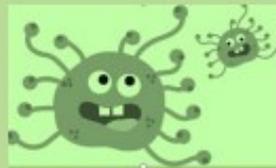
*"Los gérmenes son invisibles para nosotros, sin embargo, están en todo lo que tocamos. También flotan en el aire. La mayoría de los gérmenes son buenos y viven en armonía con nosotros, incluso nos ayudan a salir. Sin embargo, a veces hay gérmenes que son malos y pueden hacernos enfermar.*

*Estos gérmenes invasores suelen entrar a nuestro cuerpo a través de la boca y la nariz. Veamos cuántos gérmenes invasores puedes meter en esta parte de la caja".*

2) Reparte un trozo de papel de supuestos gérmenes invasores a cada persona (Si el grupo es muy numeroso, puedes limitarlo a unas 16 personas).



Face cutout



Invader Germs



Invader Germ Count Sheet

3) Pida a los participantes que deshagan su pedazo de papel hasta convertirlo en una pequeña bolita de papel.

4) Haz que todos se coloquen en fila frente a la caja, a unos 5 pies (1,5 metros) de distancia.

5) Pida a cada participante que, por turnos, intente lanzar su "germen invasor" a la boca o nariz de la cara de nuestra caja.

6) Pide al público que cuente en voz alta cuántos gérmenes llegan hasta la cara de la caja a medida que los lanzan.

7) Anota este número en la hoja de recuento de gérmenes invasores.

## Materiales proporcionados

- 'Papeles de gérmenes invasores' verdes
- Mascarilla
- Cortado a mano
- Corte de cara
- Hoja de conteo de invasores
- Caja de pañuelos
- Cinta métrica

## Materiales necesarios

- Lápiz
- Tijeras
- Cinta adhesiva

## Configuración

- Usa la caja para guardar el contenido durante esta actividad
- Dobra y pega suavemente las solapas
- Cortar la boca de la cara.
- Cortar las hojas de germen en cuartos.
- Pegue con cinta adhesiva la foto gigante de la cara o la boca sobre la abertura para crear una 'persona de caja'. Deje un espacio de dos pulgadas en la parte inferior.
- Coloque la caja de costado en la parte posterior de la sala con la boca hacia la audiencia.
- Mida cinco pies desde la cara de la caja y coloque una línea de cinta en el piso

## Objetivo

Prevención y vacunación



# CAJA DE BARRICADA 4-H

## Instrucciones (Cont.)

### RONDA 2:

1) Antes de que comiencen la siguiente ronda, lee lo siguiente en voz alta:

*"A veces, en nuestro mundo contraemos enfermedades por gérmenes que son nuevos y se propagan muy rápidamente. Como son nuevos podemos enfermarnos más porque nuestros cuerpos no están entrenados para estos invasores y nunca han tenido que luchar contra ellos. Cuando tenemos este tipo de brote hay cosas que podemos hacer para mantener los gérmenes invasores fuera de nuestros cuerpos y ayudarnos a mantenernos sanos. Vamos a ver cómo hacer estas cosas nos ayudará a mantener a los invasores fuera".*

2) En esta ronda los participantes tienen opciones. Haz a tu público las siguientes preguntas y pídeles que levanten las manos para responder sí/no (arriba es sí, abajo es no), y vaya con el voto de la mayoría.

- Durante un brote de enfermedad, ¿es útil llevar una mascarilla cuando se está dentro en un lugar público?

Si los participantes votan que sí, pega una mascarilla sobre la apertura de la caja. Deja el fondo lo suficientemente abierto para que las bolas de papel puedan salir.



- Durante un brote de la enfermedad, ¿debes mantenerte 6 pies (2 metros), de distancia de los demás cuando no se lleva una mascarilla?

Si la mayoría dice que sí, haz que los alumnos den un paso atrás.



- ¿Ayuda lavarse las manos con frecuencia a eliminar los gérmenes invasores que intentan colarse a través de las manos?

Si la mayoría dice que sí, pegue con cinta adhesiva una mano sobre la abertura de la caja. Deje el fondo lo suficientemente descubierto como para que las bolitas de papel puedan salir rodando.

- ¿Estornudar y toser en el pliegue del codo o en un pañuelo de papel ayuda a evitar que los gérmenes lleguen a otras personas?

Si la mayoría dice que sí, pega o cuelga un pañuelo en la caja. Deje el fondo lo suficientemente descubierta para que las bolas de papel puedan salir rodando.





# CAJA DE BARRICADA 4-H

## Instrucciones (Cont.)

3) *Explica:*

*"A veces, a pesar de todos estos esfuerzos por mantener alejados a los invasores malos, éstos siguen entrando. Para prepararse para ello, los médicos y científicos han creado vacunas. Las vacunas entrenan a nuestro cuerpo para que luche. De este modo, estamos listos para combatir a los pequeños gérmenes invasores. De lo contrario, estos nuevos gérmenes son sigilosos durante un tiempo, y nuestro sistema tarda más tiempo para averiguar cómo combatirlos. Es como jugar a un nuevo videojuego por primera vez. Se necesita algo de práctica para mejorar. Las vacunas son la práctica. Así que, para esta actividad, vamos a vacunar a nuestra supuesta persona representada por la caja."*

4) *Coloca la caja de pañuelos debajo de la parte trasera de la caja para inclinarla hacia delante y que las bolas salgan rodando.*

5) *Deja todos los elementos en la cara de la caja.*

6) *Entrega a cada participante otro papel con una foto de un germen invasor. (Si se limita el tamaño del grupo en la ronda 1, sería bueno cambiar de voluntarios en este punto).*

7) *Pida a los participantes que deshagan su trozo de papel y hagan una bola muy pequeña y apretada.*

8) *Haz que se pongan en fila 5 pies (1,5 metros), de distancia, frente a la caja.*

9) *Pida a cada participante que, por turnos, intente lanzar su "germen invasor" a la*

*boca o la nariz, dejando en su sitio los elementos que haya pegado con cinta adhesiva.*

10) *Cuenta cuántos gérmenes han llegado a la persona de la caja y recicla los papeles.*

11) *Escribe este número en la hoja de recuento de gérmenes invasores que está a la vista de todo el grupo.*



## Ideas para limitar el tamaño del grupo

Si necesita limitar el número de personas que participan en cada ronda, podría hacerlo equitativamente de las siguientes maneras:

- Hazlo por edades, pidiendo que suban los de 5 a 8 años, luego los de 9 a 12, etc. Esto mantendría la participación de los miembros más jóvenes.
- Hazlo por filas, pidiendo a las dos últimas filas que suban, luego a las dos del medio, etc. Esto hace que los más reacios en la de la parte de atrás participen.
- Juega a un juego de 'ro-sham-bo' en parejas con tu vecino. Los ganadores suben. Esto reduciría el tamaño del grupo a la mitad, y cada uno seguiría participando en diferentes etapas.



# CAJA DE BARRICADA 4-H

## Reflexión: Haga a los participantes estas preguntas

- ¿En qué ronda/persona entraron menos gérmenes?
- Cuando entraron algunos gérmenes la segunda vez, ¿cómo les ayudó la vacuna (Respuesta: pudo limpiarlos/combatirlos más rápidamente)?

## Encuesta: Líder, por favor, complete lo siguiente

Nombre del club: \_\_\_\_\_

Número total de participantes: \_\_\_\_\_

Rango de edad de los participantes: \_\_\_\_\_

¿Qué tan divertida fue esta actividad? Marque con un círculo: [Nada/ Un poco/ Bastante/ Mucho]

### Preguntas de retroalimentación

Lee las siguientes preguntas a tu grupo. Haz que levanten la mano o se pongan de pie si creen que la respuesta es afirmativa.

Cuente cuántos han levantado la mano.

1. ¿Fue divertida esta actividad? Sí # \_\_\_\_\_ / No # \_\_\_\_\_
2. ¿Las vacunas ayudan a no enfermarse? Sí # \_\_\_\_\_ / No # \_\_\_\_\_

## Instrucciones para devolver la encuesta

Por favor, pida a su oficial juvenil o líder del club comunitario que complete la encuesta y la devuelva a la Oficina Estatal de 4-H. Le daremos \$80 a cada Club Comunitario 4-H que complete por lo menos dos de estas actividades de vida saludable y envíe la evaluación de cada actividad antes del 15 de junio de 2022. Para su comodidad se proporciona un sobre con la dirección, previamente sellado, para su uso.

Las encuestas pueden enviarse por correo a Roshan Nayak, 2801 2nd Street, Davis, CA 95618 o escanear copias y enviarlas por correo electrónico a [rknyak@ucanr.edu](mailto:rknyak@ucanr.edu).