Confederación Don Bosco

Apuestas deportivas

RECURSOS DIDÁCTICOS PARA LA PREVENCIÓN DE LA LUDOPATÍA

Tabla de Contenido

00 Introducción

01 La tentación del dinero fácil

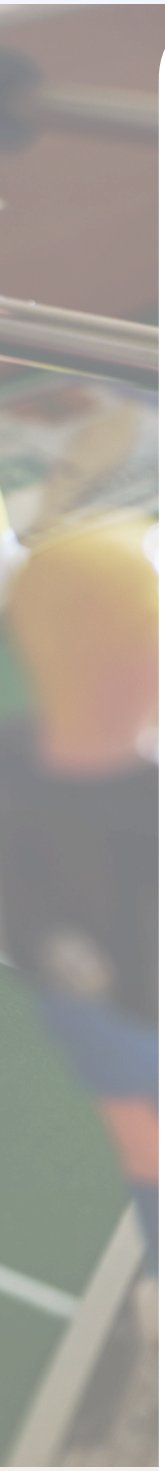
02 La Ruleta de la Suerte

03 El impacto de las promesas vacías

04 Role-playing: Mi primera apuesta

05 Juego cooperativo: ¿Qué necesito para ser feliz?

06 Anexos



0 Introducción

Estas actividades, han sido elaboradas por la Confederación Don Bosco, como parte del programa Pasaporte 0,0 dentro de la línea de Educación para la Salud. Son complementarias a las actividades incluidas en el documento "Estrategias preventivas ante las apuestas deportivas". Ha sido creado como recurso orientativo por lo que está abierto a las aportaciones y la experiencia de los animadores y animadoras que los vayan a utilizar. Esperamos que la información y las dinámicas ofrecidas os sean útiles en vuestra labor preventiva. Asimismo, queremos agradecer y alabar el trabajo y la dedicación de los jóvenes voluntarios como impulsores de hábitos de vida saludable.

Las opiniones vertidas en este documento no son necesariamente las de la Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas o las del Ministerio de Sanidad.

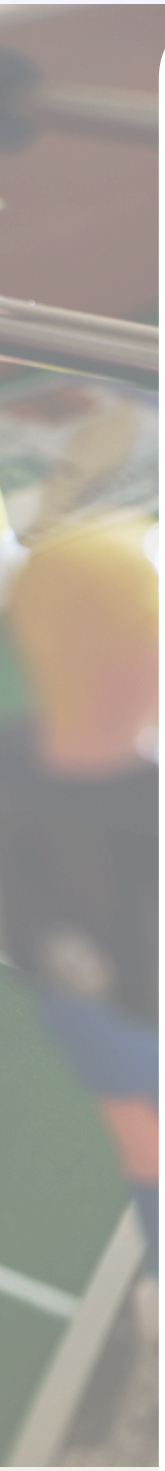
¿Qué vas a poder encontrar en este material?

En esta guía de recursos didácticos encontrarás una propuesta de actividades y dinámicas lúdico-educativas, para trabajar con adolescentes y jóvenes la prevención de las apuestas deportivas. Son actividades fácilmente adaptables a diferentes tipos de organización y programación, así como a diferentes perfiles y edades.

No hay un orden concreto para realizar las dinámicas. Las fichas están divididas en dos bloques:

Información sobre las apuestas deportivas

Se considera imprescindible proporcionar, tanto a jóvenes como a mediadores, información actualizada y veraz, resolviendo dudas e inquietudes de los destinatarios y fomentando un clima de confianza.



Habilidades sociales

Desarrollar unas correctas habilidades sociales en los y las jóvenes no sólo les ayudará a construir relaciones más positivas o a interaccionar mucho mejor con los demás, sino que pone a su alcance el núcleo del aprendizaje social y emocional. Sin duda, el trabajo de la asertividad, la toma de decisiones y la gestión emocional es clave en la prevención de las apuestas deportivas en adolescentes, ya que fortalece su capacidad para resistir la presión social y actuar con autonomía. La asertividad les permite expresar sus límites de forma clara y segura. Una buena toma de decisiones ayuda a evaluar riesgos y consecuencias antes de actuar impulsivamente. Por otro lado, gestionar adecuadamente sus emociones reduce la búsqueda de recompensas inmediatas como vía de escape.
Es necesario tener en cuenta que las dinámicas pueden ser adaptadas por las personas dinamizadoras a la realidad de cada grupo (edad, número de participantes, contexto, etc). En cada ficha, encontraremos información relevante sobre la actividad: el bloque temático al que corresponde, así como los objetivos específicos de cada una de las actividades, edad, duración y conceptos previos, pautas para el desarrollo, posibles reflexiones finales y materiales que se necesitarán durante el desarrollo de la actividad. Complementariamente, encontraremos unos anexos que ayudarán a realizar la actividad. Estos anexos también son susceptibles de ser modificados y/o enriquecidos por la persona dinamizadora.

Dinámica	Bloque temático	Anexo
1. La tentación del dinero fácil (13-17 años)	Información sobre apuestas deportivas	1
2. La ruleta de la suerte (9-13 años)	Información sobre apuestas deportivas	2 y 3
3. El impacto de las promesas vacías (13-17 años)	Información sobre apuestas deportivas	4

Dinámica	Bloque temático	Anexo
4. Mi primera apuesta (13-17 años)	Habilidades sociales (asertividad y toma de decisiones)	5
5. ¿Qué necesito para ser feliz? (9-17 años)	Habilidades sociales (gestión emocional)	

1 "LA TENTACIÓN DEL DINERO FÁCIL"

Bloque temático

Información sobre apuestas deportivas.

Objetivo

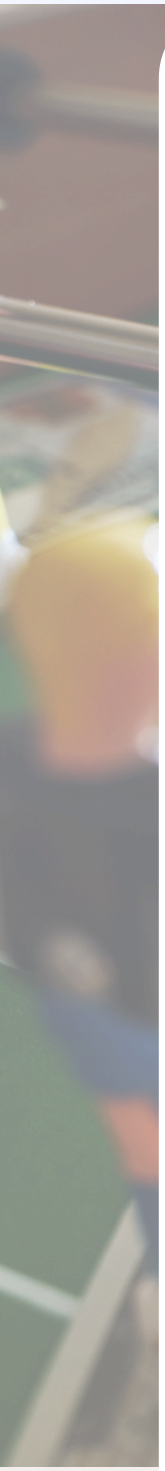
Fomentar el pensamiento crítico en los participantes sobre las ideas y creencias comunes relacionadas con las apuestas.

Grupo de edad

13-17 años.

Duración

30 minutos



Desarrollo

Se divide al grupo por equipos. Cada equipo recibe tarjetas con frases típicas del mundo de las apuestas (anexo 1). Deben clasificar si son mitos o realidades. Gana el equipo que más clasificaciones acierte. Para la clasificación, pueden usarse dos cartulinas de diferentes colores y ubicar las tarjetas dentro de las mismas, o ofrecer dos cajas de diferentes colores...

Reflexión

Tras clasificar las frases, nos damos cuenta de que muchas de las ideas que rodean a las apuestas no son verdades, sino mitos construidos para atraer y enganchar.
Frases como "solo es 1€" o "esta vez seguro gano" parecen inocentes, pero en realidad esconden una trampa: normalizan el riesgo y nos hacen creer que tenemos el control cuando no es así. Apostar empieza muchas veces con una frase "inofensiva"... y ese primer paso puede llevar a un camino difícil de controlar.

¿Alguna de estas frases os parecía cierta antes de esta actividad?
¿Habéis cambiado de opinión tras la actividad? ¿Por qué?
¿Por qué creéis que estos mitos son tan comunes?

Materiales

- Tarjetas con frases (anexo 1)
- Cartulinas de dos colores diferentes o dos cajas de colores distintos
- Rotuladores (para nombrar las cartulinas si lo vemos necesario.
- Folios y bolígrafos (opcional por si los equipos quieren anotar sus razones antes de decidir dónde colocar cada tarjeta)

2 "LA RULETA DE LA SUERTE"

Bloque temático

Información sobre apuestas deportivas

Objetivo

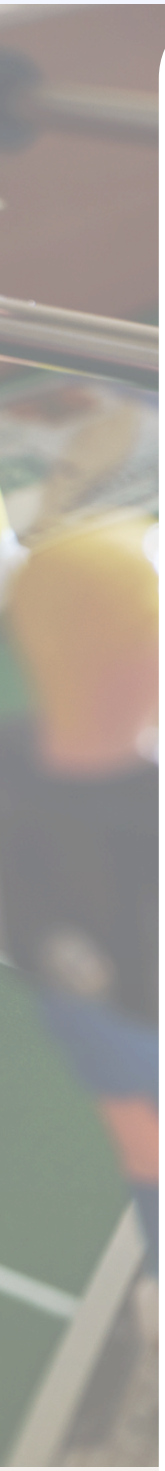
- Comprender cómo la falta de control y la imprevisibilidad afectan nuestras emociones y decisiones.

Grupo de edad

9-13 años.

Duración

30 minutos



Desarrollo

Tirando en una ruleta improvisada (ejemplo en el anexo 2), tocará realizar una prueba. Las pruebas (anexo 3) estarán relacionadas con la ruleta por números (si en la ruleta toca el nº 2, se realizará la prueba 2. Esta relación hay que hacerla previamente). Además, cada prueba lleva añadida una ventaja o una desventaja, tras hacer la primera tirada que decide la prueba a realizar, se hace una segunda tirada en la que saldrá el color rojo o verde (si sale rojo, se aplica la desventaja, si sale verde, la ventaja). Por cada prueba superada cada equipo gana 1 punto.
Se analiza cómo muchas veces el azar no está de nuestro lado.

Reflexión

¿Qué sentiste cuando te tocó algo negativo?
¿Fue justo o fue simplemente azar?
¿Te parece divertido jugar cuando no tienes control sobre lo que pasa?
¿Qué tiene que ver esta experiencia con el mundo real de las apuestas?
Idea clave: Aunque parezca divertido, depender del azar puede llevar a frustraciones reales. En las apuestas, como en esta ruleta, el resultado no depende de tu habilidad, sino de la suerte… y muchas veces pierdes más de lo que ganas.

Materiales

- Ruleta improvisada (anexo 2)
- Pruebas (anexo 3)
- Para el montaje de la ruleta: cartón, cartulinas, rotuladores, tijeras, pegamento…

3 "EL IMPACTO DE LAS PROMESAS VACÍAS"

Bloque temático

Información sobre apuestas deportivas

Objetivo

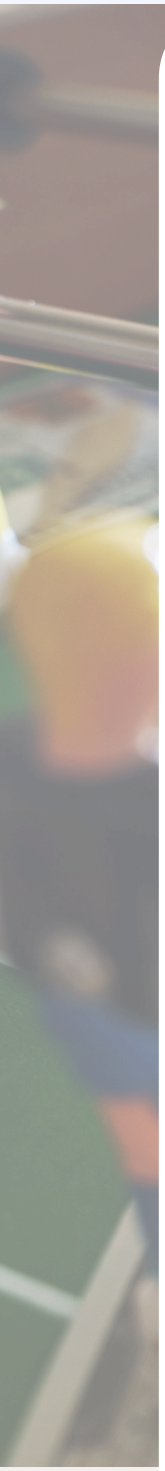
- Desarrollar la capacidad crítica de los adolescentes y jóvenes.

Grupo de edad

13-17 años.

Duración

1 hora



Desarrollo

Se dividen por equipos. Se les presenta a todos los equipos a la vez una serie de anuncios publicitarios de apuestas deportivas (anexo 4). Estos anuncios deben mostrar promesas exageradas como "¡Gana miles de euros con una sola apuesta!" o "¡Conviértete en millonario apostando con nosotros!"
Cada equipo tiene que analizar y reflexionar sobre estos anuncios, buscando qué elementos son engañosos y qué promesas son imposibles de cumplir.
Los equipos deben identificar al menos tres puntos clave en los anuncios que sean claramente falsos o manipulativos.
Posteriormente, harán un cartel en la página:
https://es.postermywall.com/index.php/posters/gallery con información real de las apuestas deportivas (ejemplo en el anexo 4).

Reflexión

¿Qué te llamó la atención en los anuncios?
¿Cómo te sentirías si te encontraras con uno de estos anuncios en la vida real?
¿Por qué crees que las empresas de apuestas utilizan este tipo de publicidad?
¿Qué crees que ocurre cuando alguien cree en estas promesas de riqueza fácil?

Materiales

- Anuncios publicitarios (anexo 4)
- Folios
- Bolígrafos
- Aplicación: https://es.postermywall.com/index.php/posters/gallery

4 Role-playing: "MI PRIMERA APUESTA"

Bloque temático

Información sobre apuestas deportivas

Objetivo

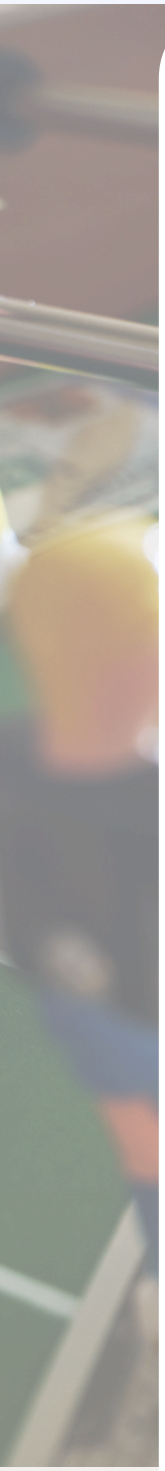
- Explorar las motivaciones que pueden llevar a una persona joven a apostar y cómo influye el grupo

Grupo de edad

13-17 años.

Duración

1 hora



Desarrollo

Formación de grupos: Divide a los participantes en pequeños grupos de 4 a 5 personas. A cada grupo se le entregará una tarjeta con una situación que deberán representar (anexo 5). Asegúrate de que cada situación esté bien estructurada para que los participantes puedan comprender y actuar de manera efectiva.

Representación de la situación: Los grupos tendrán unos minutos para discutir cómo van a representar la situación. Cada miembro del grupo tendrá un papel (por ejemplo: la persona que duda, la que presiona, la que se siente influenciada, etc.). Una vez que se hayan organizado, cada grupo representará su situación ante el resto de la clase.

Reflexión

¿Qué sentimientos habéis experimentado al representar las situaciones? ¿Alguien se sintió presionado, inseguro o confundido?
¿Os han parecido realistas las situaciones que representaron? ¿Habéis visto algo parecido en redes sociales, entre amigos o en anuncios?
¿Qué técnicas utilizaron los anuncios o personajes para convencer a otros de apostar?
¿Qué elementos de los anuncios representados os han parecido más engañosos o manipuladores?
¿Qué riesgos podrían surgir si alguien cree en esas promesas sin cuestionarlas?
¿Qué papel juega la presión social o el grupo en la decisión de apostar, según lo que hemos visto en las representaciones?
¿Qué podríais hacer vosotros si algún amigo o conocido empieza a creer en estos mensajes o se ve tentado a apostar?
¿Creéis que estas representaciones os ayudarán a tomar mejores decisiones en el futuro?

Materiales

- Tarjetas con situaciones (Anexo 5).

5 Juego cooperativo: "¿QUÉ NECESITO PARA SER FELIZ?"

Bloque temático

Habilidades sociales (gestión emocional)

Objetivo

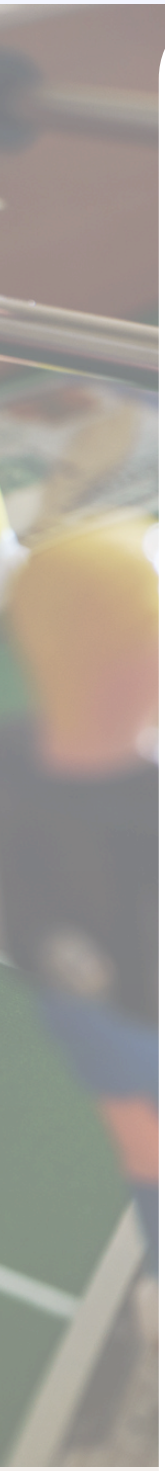
- Reflexionar sobre las verdaderas fuentes de felicidad.

Grupo de edad

9-17 años.

Duración

1 hora



Desarrollo

Haremos una reflexión conjunta sobre las cosas en las que encontramos la felicidad. Se entrega a cada grupo palabras sueltas que se refieren tanto a "falsas fuentes de felicidad" (dinero rápido, fama, likes, apuestas...) como a "fuentes reales de bienestar" (amistades, sentirse útil, tiempo libre, salud...) . Esas palabras las deben clasificar (anexo 6).
Tras hacer la reflexión conjunta y de que cada grupo comparta la clasificación que ha hecho, se hará un momento de reflexión individual, en el cual cada persona hará su propia lista de sus fuentes personales de bienestar para posteriormente compartirla con el grupo.

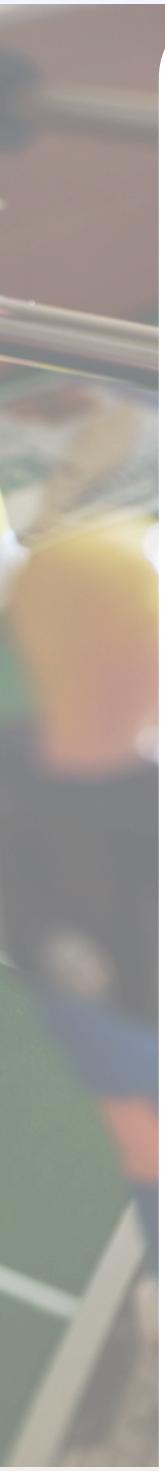
Reflexión

¿En qué cosas ponemos nuestra felicidad?
¿Qué cosas nos hacen sentir bien de verdad?

Materiales

- Palabras (anexo 6)
- Tijeras
- Folios
- Bolígrafos

6 Anexos



Anexo 1

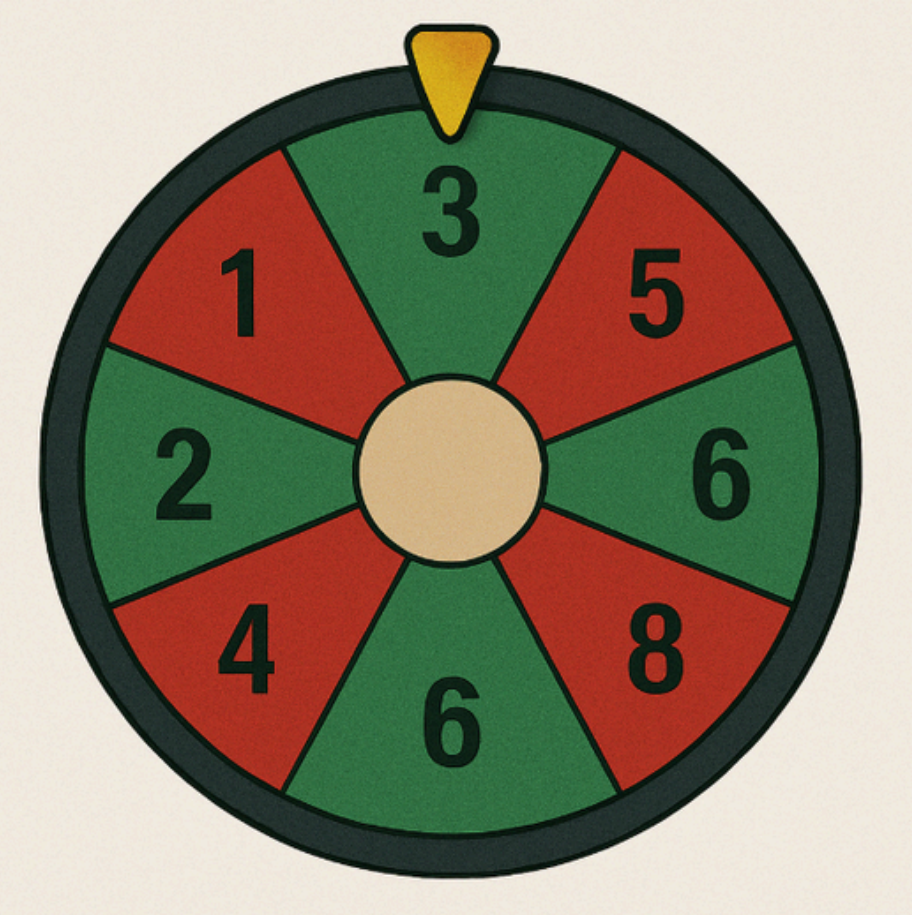
MITOS (Falsas creencias)

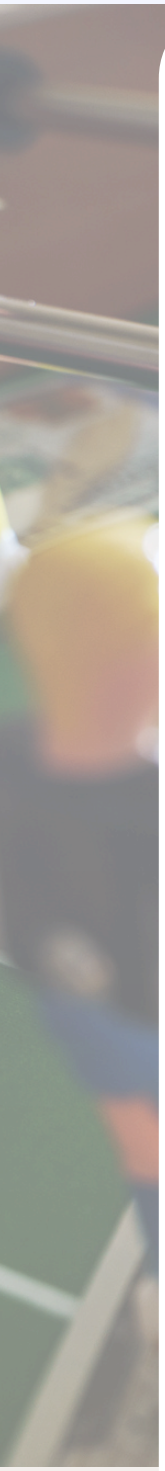
- "Solo es 1€, no pasa nada."
- "Esta vez seguro que gano."
- "He visto a otros ganar mucho, yo también puedo."
- "Si sigo apostando, recuperaré lo que perdí."
- "Yo controlo, puedo dejarlo cuando quiera."
- "Sé mucho de fútbol, así que no es azar."
- "Los que se arruinan es porque no saben jugar bien."
- "La casa de apuestas siempre te da alguna oportunidad."
- "Conozco a este equipo, seguro que gana."
- "No soy adicto, solo juego por diversión."

REALIDADES (Hechos verdaderos)

- "Las apuestas están diseñadas para que pierdas más de lo que ganas."
- "La mayoría de personas que apuestan pierden dinero."
- "Ganar una vez no significa que puedas repetirlo."
- "Apostar puede generar adicción, especialmente en jóvenes."
- "El conocimiento deportivo no garantiza ganar."
- "Las casas de apuestas siempre ganan a largo plazo."
- "Muchos influencers que promocionan apuestas ganan dinero por hacerlo, aunque tú pierdas."
- "Perder dinero apostando puede causar ansiedad o problemas personales."
- "A veces, el juego empieza por diversión y acaba siendo un problema."
- "La mejor apuesta es no jugar.

Anexo 2





Anexo 3

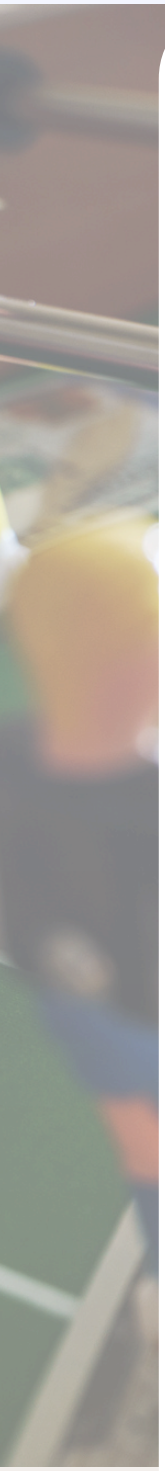
Copa al vuelo
Objetivo: Meter una pelota de ping-pong en un vaso desde una distancia determinada.
Material: Vasos de plástico, pelotas pequeñas.
Premio: Puedes lanzar desde más cerca.
Penalización: Tienes que lanzar con la mano no dominante o de espaldas.

Adivina el deporte
Objetivo: Adivinar el nombre de un deporte con solo tres pistas.
Materiales: pistas pensadas previamente.
Premio: Te dan una pista extra.
Penalización: Te dan una pista falsa junto con las verdaderas.

Palabra en equilibrio
Objetivo: Formar una palabra con letras móviles (tipo scrabble o letras en cartulinas) en 30 segundos.
Materiales: folio y boligrafo para escribir las letras
Premio: Te dicen cuántas letras tiene la palabra.
Penalización: Debes usar una sola mano.

El dado decide
Objetivo: Lanzar un dado y realizar una acción determinada (ej. dar 3 vueltas, cantar el nº de canciones que el dado decida con una palabra concreta, hacer 4 tiradas y resolver la suma de esos 4 números).
Materiales: Dado
Premio: Puedes repetir el lanzamiento si no te gusta la prueba.
Penalización: Lo haces dos veces seguidas.

Explosión
Objetivo: Estimar cuántos globos puede explotar alguien en 20 segundos sentándose encima.
Materiales: globos
Premio: Puedes ver una demostración previa.
Penalización: Se reduce el tiempo a 10 segundos.



Anexo 3

La torre arriesgada
Objetivo: Construir la torre más alta posible en 1 minuto con cartas.
Materiales: Cartas
Premio: Puedes usar más material.
Penalización: Tienes que construir con una sola mano.

Mímica deportiva
Objetivo: Representar un deporte sin hablar y que el equipo lo adivine.
Premio: Tienes 2 intentos.
Penalización: Solo puedes hacer 1 movimiento.

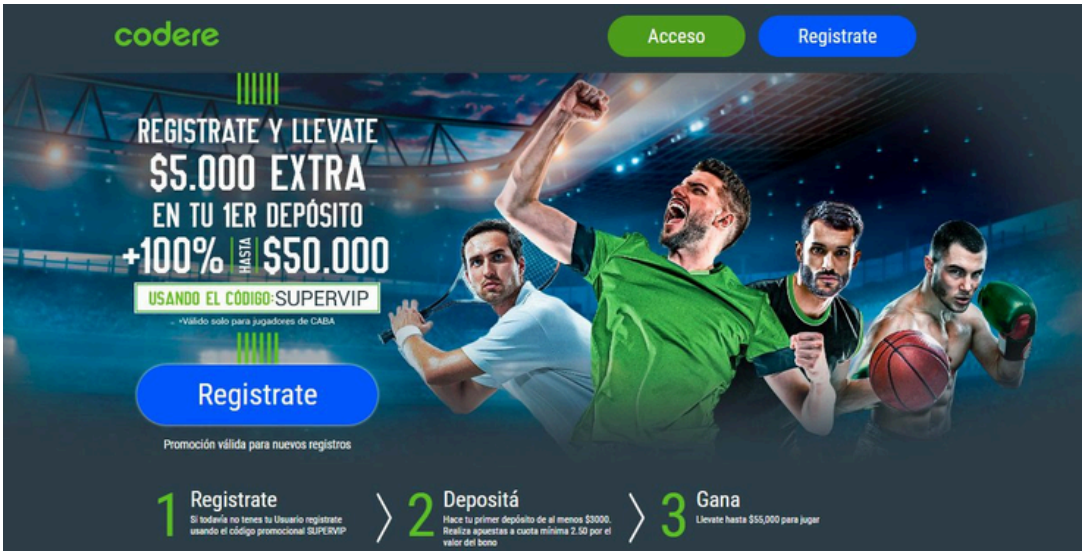
Dibujo a ciegas
Objetivo: Dibujar un objeto relacionado con el deporte con los ojos cerrados y que lo adivinen.
Premio: Puedes tocar el objeto antes de dibujarlo.
Penalización: El dibujo tiene que hacerse con la otra mano.

Reacción en cadena
Objetivo: Hacer una cadena de reacciones en grupo (palma, salto, giro, grito) siguiendo una secuencia que se te dicta una sola vez.
Premio: Puedes ensayar una vez antes de hacerlo.
Penalización: Se añade un movimiento más a la cadena y no puedes repetir la secuencia en voz alta.

Anexo 4

¡GANA MILES DE EUROS CON UNA SOLA APUESTA!
APUESTA POR TU EQUIPO Y CONVIÉRTETE EN MILLONARIO!
APUESTA AHORA

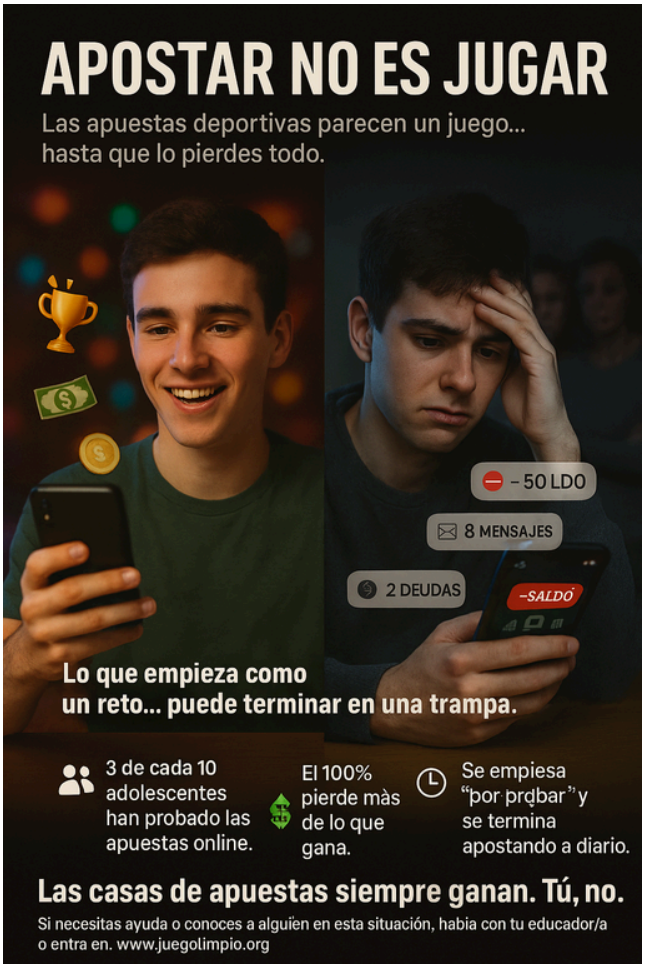
Anexo 4


codere
Acceso
Registrate
REGISTRATE Y LLEVATE
$5.000 EXTRA
EN TU 1ER DEPÓSITO
+100% HASTA $50.000
USANDO EL CÓDIGO: SUPERVIP
*Válido solo para jugadores de CABA
Registrate
Promoción válida para nuevos registros
1 Registrate
Si todavía no tenes tu Usuario registrate usando el código promocional SUPERVIP
2 Depositá
Hace tu primer depósito de al menos $3000. Realiza apuestas a cuota mínima 2.50 por el valor del bono
3 Gana
Llevate hasta $55,000 para jugar

TU LOGO
¡GANA DINERO
HOY!
APUESTA DEL DÍA
"NOMBRE DE EQUIPO 1" VS "NOMBRE DE EQUIPO 2"
5 A 1
SÓLO PARA ADULTOS
Plantillas de Apuestas Deportivas - www.yourwebhere.com

Anexo 4

¿ERES UN JUGÓN?
3 x 100€
¡Te regalamos
3 bonos de 100€
si pierdes tu primera apuesta
en fútbol, basket y tenis!


APOSTAR NO ES JUGAR
Las apuestas deportivas parecen un juego...
hasta que lo pierdes todo.
– 50 LDO
8 MENSAJES
2 DEUDAS
-SALDO
Lo que empieza como
un reto... puede terminar en una trampa.
3 de cada 10 adolescentes han probado las apuestas online.
El 100% pierde màs de lo que gana.
Se empiesa "por prdbar" y se termina apostando a diario.
Las casas de apuestas siempre ganan. Tú, no.
Si necesitas ayuda o conoces a alguïen en esta situación, habia con tu educador/a o entra en. www.juegolimpio.org

Anexo 5

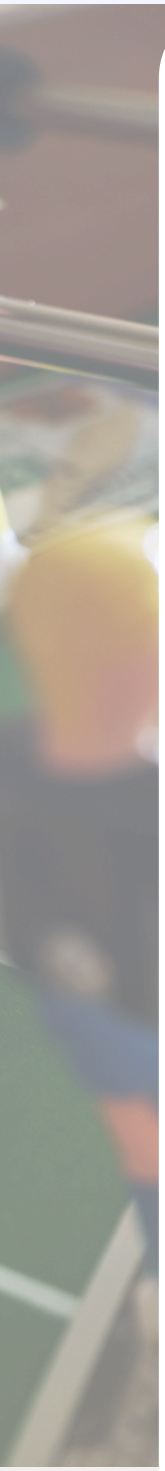
Situación nº 1

Situación: Un amigo intenta convencer a otro para que apueste en un sitio de apuestas deportivas. Le promete que, con solo una apuesta pequeña, podrá ganar una gran cantidad de dinero.

PERSONAJES:

- Persona A (el amigo que propone apostar): Entusiasta y persuasivo, quiere que el otro apueste a toda costa.
- Persona B (el amigo influenciado): Escucha con interés, pero tiene dudas sobre las promesas de ganancias rápidas.
- Persona C (el que se siente presionado): Comienza a dudar, pero se siente presionado por la insistencia.
- Persona D (el que lo piensa racionalmente): Interviene para poner en duda las promesas exageradas del amigo, sugiriendo que podría ser una trampa.

Propósito de la situación: Reflejar cómo las ofertas "demasiado buenas" pueden jugar con la urgencia y emoción de las personas, impulsándolas a tomar decisiones sin reflexionar.



Anexo 5

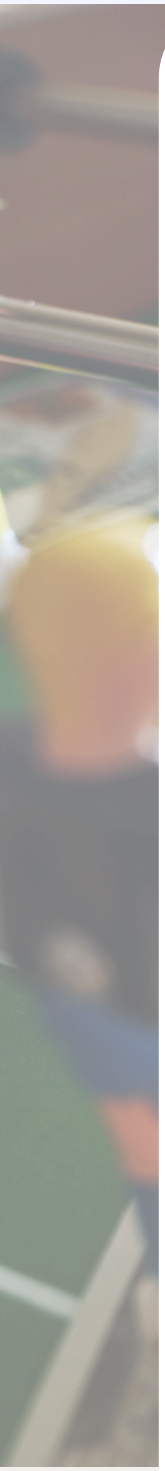
Situación nº 2

Situación: Un anuncio de apuestas en redes sociales promete "el doble de ganancias en la primera apuesta" y llama a la acción con un mensaje urgente: "¡Solo por hoy!"

PERSONAJES:

- Persona A (el receptor del anuncio): Una persona que ve el anuncio y considera hacerlo, pensando que podría obtener una gran ganancia.
- Persona B (el escéptico): Piensa que el anuncio es demasiado bueno para ser verdad y empieza a investigar más sobre el sitio.
- Persona C (el que se siente emocionado por la oferta): Se deja llevar por la emoción de la oferta y quiere probar suerte sin pensarlo mucho.

Propósito de la situación: Reflejar cómo las ofertas "demasiado buenas" pueden jugar con la urgencia y emoción de las personas, impulsándolas a tomar decisiones sin reflexionar.



Anexo 5

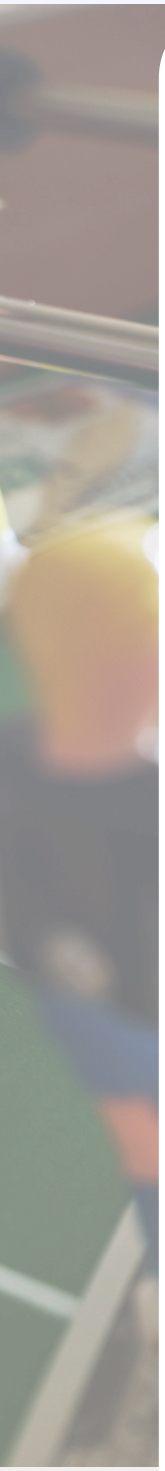
Situación nº 3

Situación: Un comercial de una plataforma de apuestas asegura: "Con nuestro sistema, el control de tus apuestas está en tus manos. ¡Es imposible perder!"

PERSONAJES:

- Persona A (el cliente emocionado): Cree que tiene el control absoluto sobre los resultados de sus apuestas, confiando en el sistema.
- Persona B (el que cuestiona el control): Advierte que las apuestas son aleatorias y no hay manera de asegurar el resultado, independientemente del sistema.
- Persona C (el que se deja llevar por la promesa): Continúa apostando, confiado en que siempre tiene el control, y empieza a ganar pequeñas apuestas.

Propósito de la situación: Demostrar cómo las plataformas de apuestas engañan a las personas haciéndoles creer que tienen el control sobre algo que, en realidad, depende completamente del azar.



Anexo 5

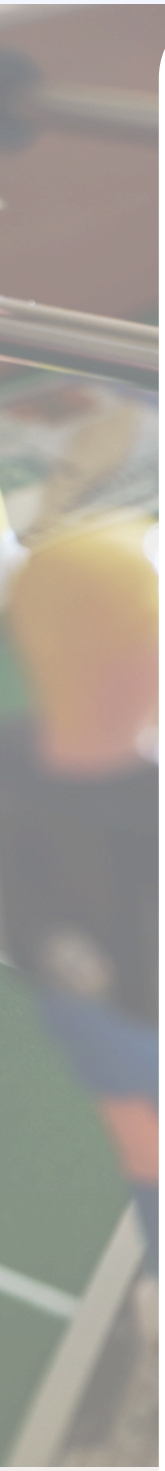
Situación nº 4

Situación: Un grupo de amigos, en una reunión social, comienza a apostar pequeñas cantidades de dinero entre ellos durante un partido. Al principio es solo por diversión, pero algunos empiezan a sentirse incómodos cuando las apuestas suben.

PERSONAJES:

- Persona A (el que comienza la apuesta): Inicia el juego con entusiasmo, pensando que es solo una diversión inocente.
- Persona B (el que se siente incómodo): Se siente incómodo al ver cómo la apuesta se hace más seria y no sabe cómo detenerla.
- Persona C (el que pierde mucho): Comienza a perder mucho dinero y se siente frustrado, pero no sabe cómo detenerse.
- Persona D (el que se da cuenta del riesgo): Trata de intervenir para que todos detengan la apuesta antes de que alguien pierda más de lo que puede permitirse.

Propósito de la situación: Reflejar cómo las apuestas informales pueden rápidamente convertirse en una situación incómoda o peligrosa, incluso entre amigos.



Anexo 5

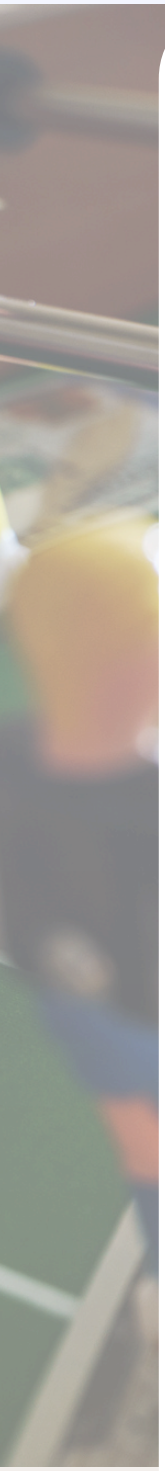
Situación nº 5

Situación: En un anuncio, una persona "exitosa" comparte su experiencia sobre cómo ganó grandes sumas de dinero apostando en deportes. Se presenta como si fuera la norma, no la excepción.

PERSONAJES:

- Persona A (el supuesto ganador): Muestra con entusiasmo cómo ganó una gran cantidad de dinero, dando la imagen de que todos pueden hacerlo.
- Persona B (el espectador): Escucha el testimonio, impresionado por la historia, pero no está completamente convencido.
- Persona C (el que pone en duda el testimonio): Interviene para señalar que esos testimonios son excepcionales y que no representan la realidad para la mayoría de las personas.
- Persona D (el que decide investigar más): Toma la iniciativa de investigar el sitio de apuestas y descubre que los testimonios son manipulados para atraer más apostadores.

Propósito de la situación: Mostrar cómo los testimonios de "ganadores" pueden ser manipulados para crear una falsa percepción de éxito, llevando a las personas a creer que pueden lograr lo mismo.



Anexo 6

Falsas fuentes de felicidad

- Dinero rápido
- Fama
- Likes en redes sociales
- Apuestas
- Tener lo último en moda
- Apariencia física perfecta
- Comprar cosas sin necesidad
- Aprobación de los demás
- Popularidad
- Estatus social
- Compararse con otros
- Influencers
- Redes sociales
- Tener muchos seguidores
- Éxito superficial
- Tener poder sobre otros
- Consumismo
- "Vivir al límite"
- Publicidad de felicidad instantánea
- Logros materiales

Fuentes reales de bienestar

- Amistades verdaderas
- Tiempo en familia
- Salud física y mental
- Sentirse útil
- Escuchar y ser escuchado
- Tiempo libre de calidad
- Rezar
- Conexión con la naturaleza
- Dormir bien
- Ayudar a otros
- Amor propio
- Gratitud
- Aprender cosas nuevas
- Tener metas personales
- Reír con amigos
- Expresar emociones
- Cuidar mi fe
- Sentido de pertenencia
- Seguridad emocional
- Autenticidad

Confederación Don Bosco

Organizado: Confederación Don Bosco

Colabora: UNIR LA UNIVERSIDAD EN INTERNET

Financiadores: Gobierno de España – Ministerio de Juventud e Infancia; injuve; Gobierno de España – Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 – Por solidaridad, otros fines de interés social; Ministerio de Sanidad – Secretaría de Estado de Sanidad – Delegación del Gobierno para el Plan Nacional sobre Drogas

Confederación Centros Juveniles Don Bosco De España
C/ José Gutiérrez Maroto 18, 28051 Madrid
www.confedonbosco.org