

PROGRAMA DE CONVIVENCIA PARA SEIS AÑOS

con Metodología Activa Socio - Afectiva.

<https://pazuela.files.wordpress.com/2014/07/la-metodologc3ada-activa-socioafectiva-en-la-educac3b3n-para-la-convivencia.pdf>

Si aparece algún conflicto real en una sesión, lo trabajamos en el aspecto correspondiente al énfasis que estamos estudiando en el momento o a otro énfasis correspondiente a este curso.

1ª sesión.

Énfasis

Presentación:	EL NOMBRE CON LA ESCOBA.
Conocerse:	ADIVINAR LAS CANTANTES VECINAS A CIEGAS.
Cooperativo:	EL CIEMPIÉS.
Dinámica general	CRUZAR EL RÍO CON TRES LADRILLOS.
	Habilidades, repaso y TAREA

2ª sesión.

Énfasis

	REPASO
Cooperativo:	MERIFÁ, MERIFÁ. (Audio)
Habilidades sociales:	DAR LAS GRACIAS.
Relajación:	LA FLOR Y LA VELA.
Situaciones específicas:	RELOJITO, RELOJITO. (Audio)
	Habilidades, repaso y TAREA

3ª sesión.

Énfasis

	REPASO
Energizante:	LA MÁQUINA DE HACER CHICLE.
Cuento:	HISTORIA DE UNA BALA.
Estima:	CONTAMOS LOS ABRAZOS.
Cooperativo:	LA OLA AVANZA.
	Habilidades, repaso y TAREA

4ª sesión.

Énfasis

	REPASO
Expresarse:	EXPLICAR LAS FOTOGRAFÍAS.
Confianza:	ESTATUAS EN EL PARQUE.
Escucha activa:	ADIVINAR EL DIBUJO.
Contacto / masaje:	MASAJE DE UNA PARTE DEL CUERPO.
	Habilidades, repaso y TAREA

5ª sesión.

Énfasis

	REPASO
Autoestima / Asertividad:	YA SÉ . . . , ¡YA PUEDO HACERLO!
Distensión:	YO TENGO UN TIC. (Audio)
Generar decisiones:	¿QUÉ HARÍAMOS SI. . .? (B)
Estima:	SOMOS UNA PIÑA. SOMOS PIÑONES.
	REPASAMOS
	APLICACIÓN
	EVALUACIÓN FINAL.

PROGRAMA GENERAL DE SEGUNDO.

1ª SESIÓN:

Presentarse.
Conocerse.
Cooperar
Dinámica general.

2ª SESIÓN:

Repaso.
Cooperación, ayuda mutua al regular conflictos.
Habilidades sociales
Situaciones específicas.
Relajación.

3ª SESIÓN:

Repaso.
Energizante.
Cuento.
Estima
Cooperativo

4ª SESIÓN:

Repaso
Expresarse
Confianza
Escucha activa.
Contacto / masaje.

5ª SESIÓN:

Repaso
Autoestima / asertividad.
Distensión.
Generar decisiones.
Estima.

Repasar y afianzar el trabajo hecho en todas las sesiones.
Aplicación. Elegimos un conflicto que ellas escribieron y aplicamos los valores básicos estudiados aplicándolos a ese conflicto concreto.
Valorar la utilidad del trabajo que hemos hecho.

NOTA:

Podemos encontrar la grabación de sonido de las actividades que tienen (Audio) en:

Los audios de Juegos Cooperativos se encuentran en

<https://drive.google.com/open?id=0B1tHHZVWrGFSRW5yR HQ3OWFRSE0>

Los audios de Convivencia y Conflictos se encuentran en

<https://drive.google.com/open?id=0B1tHHZVWrGF SNzVpb3U3ZmgtTEk>

Otros materiales PARA PROGRAMAR se encuentran en

Más información sobre manejo de conflictos en:

<http://www.educarueca.org/spip.php?article691>

Juegos cooperativos para la convivencia.

<http://www.educarueca.org/spip.php?article574>

DESARROLLO DE LAS SESIONES.

Primera sesión.

Los **objetivos** más importantes de esta sesión son:

Presentarse.
Conocerse.
Cooperar
Dinámica general.

Para esta sesión necesitamos un espacio amplio para podernos mover.

Nos presentamos. Decimos nuestros nombres y a qué nos dedicamos. Les decimos cuantos días vamos a venir y que vamos a trabajar la convivencia con juegos.

EVALUACIÓN INICIAL, especialmente DOCENTE.

EL NOMBRE CON LA ESCOBA.

<https://youtu.be/EzoV19JaAKg>

Énfasis: **Nombres propios.**

Índice de cooperación: **8.**

Nos ponemos todas en círculo de pie.

Yo me pongo en el centro con una escoba o cepillo de barrer dejando los pelitos en el suelo y el mango en la parte superior.

¿Os gusta la escoba? ¿Sabéis barrer? ¿Qué barréis? ¿Quién barre en casa normalmente?

Pues bien, me llamo Ernesto y le dejo la escoba a Fortunato.

Entonces suelto la escoba dejándola lo más vertical posible para que venga Fortunato a cogerla antes de que se caiga al suelo.

La persona nombrada tiene que coger la escoba antes de que se caiga al suelo.

Ahora este niño es el que sigue la actividad de la misma manera.

Procuraremos que nadie se haga daño o se golpee con la escoba.

La actividad será más difícil si el corro es más amplio y será más fácil si el bastón tiene mayor altura.

Antes de terminar pasamos la escoba una por una todas las personas del corro de manera consecutiva y diciendo cada una su nombre.

Reflexión:

¿Qué os ha parecido?

¿Ha habido algún problema?

¿Cómo los hemos resuelto?

¿Usamos el nombre de nuestras amigas de manera que a ellas les gusta?

¿Qué os parece la escoba?

¿Hacéis algo con la escoba?

¿Jugáis con la escoba?

¿A qué se puede jugar con la escoba?

¿Nos reímos cuando se le cae la escoba a alguien?

¿Nos ponemos nerviosas cuando se nos cae algo?

ADIVINAR LAS CANTANTES VECINAS A CIEGAS.

<https://youtu.be/kJ0MhuuXc6M>

Énfasis: **Conocerse.**

Índice de cooperación: **6.**

Esta actividad es muy difícil si las participantes no se conocen bien.

Se sientan todas en círculo **en sillas individuales.**

Dividimos el grupo por pares (*sandía, melón*) nominándose de forma alterna.

La mitad el grupo (*por ejemplo los melones*) se pone de pie en el centro del corro quedando una silla vacía entre persona y persona de las sandías.

Quienes están en el medio de pie cantan una canción conocida por todo el grupo. Por ejemplo:

Carnaval, carnaval.

Carnal, te quiero.

Cantaremos sin parar.

Bailaremos sin parar

Por el mundo entero.

Las que están sentadas cierran los ojos o se los tapan con un pañuelo y una vez acabada la canción, quienes estaban de pie se sientan en una silla vacía que no es la suya.

Vuelven a cantar la canción.

Pedimos a una persona que tiene los ojos cerrados que cante la canción y alguien que está a su lado ha de adivinar su nombre.

Después repetimos la actividad cambiando los papeles de cada grupo. Quienes cantaron al principio se quedan sentadas y cierran los ojos para adivinar el nombre de su vecina.

Luego se sienta el otro grupo en las sillas que quedan libres.

EL CIEMPIÉS.

http://www.youtube.com/watch?v=hg50_1oaimQ

<http://www.youtube.com/watch?v=mrnEmPLdLBE>

Énfasis: **Cooperación.**

Índice de cooperación: **9.**

Hacemos una fila larga con todas las personas sujetas por los hombros.

Vamos cantando y pisando con un ritmo binario de negras igual todo el tiempo:

El ciempiés

es un bicho muy raro.

Parece que son

gusanitos atados.

Yo los miro bien

Y me acuerdo de un tren.

Si cuentas los pies,

llegarás hasta cien.

Uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis, siete, ocho, nueve, diez, once, doce,

.....

Cuando nos cansamos de contar volvemos a empezar la canción agarrándonos por la cintura y contamos a partir del número que habíamos dejado.

Lo repetimos varias veces más contando rítmicamente hasta que llegamos a cien.

Recogido en Pasaje y Managua. 06

Reflexión:

¿Alguien quiere comentar algo?

¿Cómo os habéis sentido?

¿Cuál puede ser el objetivo de esta actividad?

¿Os ha molestado alguien?

¿Todas han agarrado suavemente sin hacer daño?

¿Podemos divertirnos sin hacer daño a nadie?

¿Os parece divertido hacer cosas en grupo colaborando unas con otras?

¿Hay alguien que ha ido a su bola y nos ha estropeado el juego?

CRUZAR EL RÍO CON TRES LADRILLOS.

Énfasis: **Dinámica general.**

Delimitamos un río imaginario.

Delimitamos un espacio amplio en el suelo y decimos al grupo que representa un río imaginario.

Damos tres ladrillos (cartones, hojas de periódicos, . . .) a dos niñas y les pedimos que crucen el río sin pisar en el agua (el suelo).

Ponen sus pies sobre dos de los ladrillos imaginarios y adelantan el otro de manera que van avanzando hasta la orilla opuesta.

Cuando comprenden la actividad, ayudamos a otras parejas a que lo realicen.

Reflexión:

- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Qué sensaciones habéis tenido?
- ¿Cómo os habéis sentido?
- ¿Qué problemas surgían?
- ¿Cómo se solucionaban?
- ¿Os habéis hablado?
- ¿Os habéis entendido?
- ¿Cómo tomabais las decisiones?

Segunda sesión.

Los **objetivos** más importantes de esta sesión son:

- Repaso.
- Cooperación, ayuda mutua al regular conflictos.
- Habilidades sociales
- Situaciones específicas.
- Relajación.

Organizaremos un espacio algo amplio para poder realizar los ejercicios.

Hacemos una ronda de nombres.

REPASAMOS:

la sesión anterior, las actividades y las reflexiones.

Revisamos las TAREAS realizadas. Comprobamos las dificultades de quienes no hicieron tarea. Les hacemos ver que es muy importante hacerla y conectamos con la tutora para que nos ayude a recordar que deben hacer la tarea.

Recuperamos la distribución inicial del mobiliario de la clase.

HABILIDADES, REPASO Y TAREA:

Recordamos y repasamos lo que hemos hecho durante la sesión.

Nos planteamos algunos compromisos para trabajar los temas de esta sesión en la vida diaria.

MERIFÁ, MERIFÁ. (Audio)

<http://es.youtube.com/watch?v=IAEGIfTzI94>
<http://www.youtube.com/watch?v=OWg4wnF6-Cw>
<https://youtu.be/4stx0cd8s-0>

Énfasis: **Cooperación.**

Índice de cooperación: **9.**

Le pido al grupo que se pongan en fila o en círculo unas personas detrás de otras.

Me pongo fuera, a cierta distancia para que vean bien mis movimientos y los aprendan.

Les hago un ejemplo de cómo recito rítmicamente los dos primeros versos a la vez que realizo los movimientos correspondientes.

El grupo lo repite y cuando veo que lo han comprendido les enseño el resto de la actividad.

Después lo hacemos todo seguido a la vez que permanezco de modelo.

Recitamos rítmicamente la poesía primero sin agarrarnos, después con las manos en los hombros de la de adelante, a continuación con las manos en la cintura de la de adelante.

Merifá (1), merifá (2).
Merifá (1), fá (2), fá (1).
Chunda (d), chunda (i),
Meri (d) fando (i), meri (d) fando (i),
Chunda (a), chunda (b),
Chunda (a), chunda (b),

- (1) Pisada adelante con el pié derecho.
- (2) Pisada adelante con el pié izquierdo.
- (d) Movimiento exagerado de cadera hacia el lado derecho.
- (i) Movimiento exagerado de cadera hacia el lado izquierdo.
- (a) Movimiento exagerado de cadera hacia adelante.
- (b) Movimiento exagerado de cadera hacia atrás.

Finalmente hacemos la canción pensándola internamente sin que la cantemos externamente, de manera que se oirá claramente solamente el ritmo que marcamos con los pies y el cuerpo.

Reflexión:

- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Alguien quiere comentar algo?
- ¿Cómo os habéis sentido haciendo el ejercicio?
- ¿Os ha sorprendido alguna cosa?
- ¿Qué dificultades habéis encontrado?
- ¿Crees que ha habido buena coordinación?
- ¿Cómo te sientes en una actividad en la que todos colaboran?
- ¿Os ha molestado algo?

Compromiso:

Nos comprometemos a cuidar más a una compañera en concreto.

DAR LAS GRACIAS.

Énfasis: **Habilidades sociales.**

Les pregunto si alguien quiere dar las gracias a otra persona del grupo:

- Quiero dar las gracias a Tania porque me deja los colores
- Quiero dar las gracias a Eukene porque juega al balón conmigo.
-

Pido varias personas voluntarias para que expresen su agradecimiento a otras del grupo.

Les pido que nos cuenten la última vez que dieron gracias o que les dieron las gracias y lo teatralizamos.

- Quiero dar las gracias a Rodrigo porque me enseña a hacer lo que yo no sé.
- Doy las gracias a Alex porque siempre juega conmigo.

Reflexión:

- ¿Os gusta que os den las gracias cuando hacéis un favor?
- ¿Sois capaces de dar las gracias o se os olvida?
- ¿Pensáis que es bueno ser agradables con las personas que nos rodean?
- ¿Qué otras cosas podemos hacer para ser agradables?



LA FLOR Y LA VELA.

Énfasis: **Relajación.**

Índice de cooperación: **7.**

Les digo que imiten mis gestos amplios en silencio.

Hago como que cojo una gran flor, la acerco a la nariz, huelo (*inspiración lenta y profunda*) y hago como que soplo una vela encendida (*expiración lenta*).

Con la mano izquierda y un dedo bien estirado simulo una vela.

Soplo la llama imaginaria (*sobre la yema del dedo*) y se apaga.

Lo repetimos de nuevo todas las participantes.

Hago como que acaricio una planta de romero. Me llevo las manos a la nariz para olerlas (*inspiración lenta y profunda*) y hago como que soplo una vela encendida (*expiración lenta*).

Les digo que me sigan imitando.

Repito lo de la vela hasta cinco veces añadiendo cada vez un dedo más.

Reflexión:

Hablamos de la respiración y de la relajación; de los olores, de los soplidos,

RELOJITO, RELOJITO. (Audio)

Énfasis: **Situaciones específicas.**

Cuando llega el final de la actividad, les decimos que el reloj mide el tiempo que estamos juntos y ahora dice que tenemos que terminar porque tenemos que hacer otras cosas.

Así que cantamos la canción del relojito.

Relojito (bis)
¿Qué hora es? (bis)
Hora de salida (bis)
Ya me voy (bis)

Una bolita.
(*Con las manos hago gestos como si estoy modelando una bola.*)

Una manzana.
(*Hago como que huelo la manzana*)
Compañeritas.
Hasta mañana.
(*Con la mano hago gesto de ADIÓS*)

Cantamos la primera estrofa con la música de Frère Jacques haciendo gestos bien amplios.

Recitamos la segunda estrofa rítmicamente con gestos muy amplios varias veces y nos despedimos.

Finalmente todas nos saludamos de la manera que nos guste más.

Podemos recitarlo cambiando algunas palabras. Por ejemplo:

Relojito (bis)
¿Qué hora es? (bis)
Hora de marcharme (bis)
Que estén bien (bis)

Reflexión?

¿Qué os parece el tiempo?
¿Creéis que ha pasado mucho tiempo?
¿Creéis que ha pasado poco tiempo? ¿Se os ha hecho el tiempo corto o largo?
¿Cómo nos sentimos cuando termina una actividad y comienza otra?
¿Os gusta hacer cada cosa a su tiempo?

Recogido en Guayaquil. 06

Recuperamos la distribución inicial del mobiliario de la clase.

HABILIDADES, REPASO Y TAREA:

Recordamos y repasamos lo que hemos hecho durante la sesión.

Nos planteamos algunos compromisos para trabajar los temas de esta sesión en la vida diaria.

Tercera sesión.

Los **objetivos** más importantes de esta sesión son:

Repaso.
Energizante.
Cuento.
Estima
Cooperativo

Organizaremos un espacio algo amplio para poder realizar los ejercicios.

Hacemos una ronda de nombres.

REPASAMOS:

la sesión anterior, las actividades y las reflexiones.

Revisamos las TAREAS realizadas. Comprobamos las dificultades de quienes no hicieron tarea. Les hacemos ver que es muy importante hacerla y conectamos con la tutora para que nos ayude a recordar que deben hacer la tarea.

LA MÁQUINA DE HACER CHICLE.

Énfasis: **Energizar.**

Índice de cooperación: **8.**

Les cuento que fui a visitar una fábrica de chicle.

Allí había bolitas que saltaban encima de una bandeja movida por una máquina.

Les pido que comiencen a saltar por la sala. Van diciendo:

- *Ñam, ñam,*

En un momento dado la máquina se para y las bolitas están quietas.

Les explico que cuando una bolita toca a otra, se pegan y saltan pegadas por la parte del cuerpo que se tocaron.

Jugamos de nuevo a saltar como bolitas de chicle.

Hacemos como que paramos la máquina, les pido que se despeguen y vuelvan a empezar saltando individualmente.

Lo repetimos hasta que el chicle está bien elaborado, hemos soltado suficiente energía.

Reflexión:

¿Queréis decir algo sobre el juego?

¿Qué ha sucedido?

¿Cómo os encontráis?

¿Qué tal habéis funcionado cuando os pegabais a otra persona?

¿Alguien se ha quedado solo porque nadie se le pegaba?

¿Os recuerda este juego a alguna otra situación en la vida?

¿Qué reacciones tuvisteis?

HISTORIA DE UNA BALA.

<https://pazuela.files.wordpress.com/2012/06/12-historia-de-una-bala.pdf>

<https://youtu.be/As4uS3WuPzE>

Cuento.

Énfasis: **Situaciones específicas de asertividad, agresividad.**

Cuando yo era pequeña, no había televisión.

Pero un señor hizo una sesión de cine en la escuela.

Vi un bombardeo y las familias con niñas se refugiaban.

Había personas muertas y muchos niños heridos y llorando de desesperación.

Os voy a contar la HISTORIA DE UNA BALA.

Les organizo para que la mitad del grupo haga como que son una población en un extremo de la sala.

En el otro extremo está la otra mitad del grupo representando otro pueblo.

Les pregunto qué es una guerra.
Qué cosas pasan en las guerras. .

...

Qué guerras conocen.
Si conocen a alguna persona herida en la guerra.

Todos hacen gestos como si fueran personas de esas poblaciones.

Les cuento el cuento a mi manera y les ayudo a escenificar con gestos lo que sugiere el texto.

*Érase una vez un país
que hacía muchos años
que estaba en guerra con el país vecino.*

*Todos estaban hartos de aquella guerra
pero no sabían ponerle fin.*

*Y he aquí que en un campo abandonado
de aquel país
había un arado viajo y roto
entre hierbajos y zarzales.*

Nadie lo usaba para nada y se iba estropeando a sol y a sombra.

*Cierto día,
unos soldados vieron el arado.*

Lo cogieron y se lo llevaron para hacer con él una bala.

*Cuando estuvo lista
la llevaron a la guerra.*

*La metieron en un cañón
y dispararon.*

*Rápida como un cohete,
la bala surcó los aires.*

(Con un balón de playa inflado lo desplazo por el aire como si fuera la bala que se va desplazando por encima del otro país)

*Desde arriba del cielo,
la bala contemplaba las casas,
los campos, los caminos, la gente.*

*De repente, al ver que todos corrían asustados,
comprendió que iba a caer encima de un pueblo.*

*Hizo un gran esfuerzo
para no caer y pasar de largo,
y siguió volando, volando, volando.
Pasaba por encima de los pueblos,
de los campos, de los caminos y de la gente, sin querer caer
porque no quería hacer daño a nadie ni estropear las cosas.*

*Entonces recordó
el viejo campo abandonado
del que la habían sacado,
y voló de regreso hacia allí.*

*La gente estaba cada vez más admirada
al ver aquella bala volando sin caer en ningún lado.
Y desde abajo seguían su camino por los aires.*

*Cada vez eran más
las personas que seguían
el extraño trayecto de la bala.*

*Entre la multitud
había gente de los dos países,
y de este modo,
amigos y enemigos se juntaron gracias a la bala
que no quería caer.*

Hasta que, por fin,

*llegó al campo abandonado
y se posó en tierra suavemente
cansada de su larguísimo viaje.*

*Y allí mismo, en aquel campo
abandonado, junto al viejo arado,
firmaron la paz y se comprometieron
a no pelearse nunca más.*

Texto: Joles Senell
Ilustraciones: Carmen Peris.

Reflexión:

- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Qué sensaciones habéis tenido durante la lectura, durante la escenificación?
- ¿Podéis resumir el argumento?
- ¿Os daría miedo una bala de cañón, un trueno fuerte, unos petardos que explotan, una escopeta de caza que dispara?
- ¿Por qué?
- ¿Os gustaría ser una bala de cañón?
- ¿Qué pasaría en el mundo si todas las balas fueran tan inteligentes como esta?
- ¿Cómo sería la historia con otro final diferente?
- ¿Podemos sacar alguna conclusión?
- ¿Os parece una historia real?

CONTAMOS LOS ABRAZOS.

Énfasis: **Estima.**
Índice de cooperación: **9.**

Indico a dos niñas o niños que se levanten y se den un abrazo.

Esto son dos niñas:

Una y dos.

Les pido a todas que caminen despacio como una tortuga.

Digo:

*Estatuas. ...
Abrazos en grupos de dos.*

Me aseguro de que todas se abrazan en grupos de dos con las compañeras que están más próximas en ese momento.

Si son impares me incluyo yo con alguien.

Hago la prueba del dos pasando por cada grupo y contando en voz alta para que vean que en cada grupo hay dos.

Les pido que caminen despacio de nuevo.

Digo:

*Estatuas. ...
Abrazos en grupos de tres.*

Y todas se abrazan en grupos de tres con las compañeras que están más próximas.

Hago la prueba del tres pasando por cada grupo comprobando que hay tres niñas o niños en cada uno.

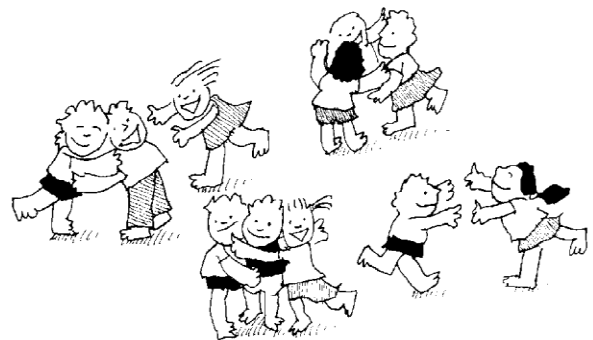
Lo repetimos con el dos de nuevo y luego con el cuatro.

Caminan.

Doy una palmada y digo:

*Estatuas. ...
Abrazos en grupos de una.*

Y cada una se abraza a sí misma.



Reflexión:

- ¿Qué os parece?
- ¿Qué pasó?
- ¿Qué os gustó?
- ¿Qué dificultades hubo?
- ¿Cómo se resolvieron?

LA OLA AVANZA.

<http://youtu.be/HerPsRhrGFs>

Énfasis: **Cooperación.**

Índice de cooperación: **8.**

Se sientan todas en sillas individuales en círculo.

La monitora se coloca de pie en el centro y señala a alguien con el dedo.

La persona señalada se levanta, se estira, alza los brazos y se sienta con cierta rapidez.

Lo ensayamos señalando a varias niñas.

Las del círculo estarán muy atentas pues ahora moverá el dedo alrededor del círculo y las niñas que están sentadas se irán levantando y sentando cuando el dedo las señala.

La monitora puede desplazar el dedo despacio, de prisa, parando en algún momento, saltando el orden, . . .

Las jugadoras se habrán de imaginar que son olas suaves en el mar que dicen:

- *Psssi . . .*

Intentaremos hacer una ola autogestionada sin que haya ninguna persona en el centro dirigiendo.

Cuarta sesión.

Los **objetivos** más importantes de esta sesión son:

Repaso
Expresarse
Confianza
Escucha activa.
Contacto / masaje.

Organizaremos un espacio algo amplio para poder realizar los ejercicios.

Hacemos una ronda de nombres.

Podemos hacer una ola en la que no se levantan los dos brazos a la vez sino que primero se levanta el brazo que está al lado por donde viene la ola y después el que está al lado de por donde se va. Todo eso bastante rápido.

Ola autogestionada. (para más mayores):

Hacemos el juego de la ola sin que nadie dirija. Alguien empieza espontáneamente y las demás siguen.

Cuando alguien quiere, da dos palmadas que significa que la ola retrocede cambiando de sentido. Solo puedes dar las palmadas cuando la ola llega a tu lugar.

Recuperamos la distribución inicial del mobiliario de la clase.

HABILIDADES, REPASO Y TAREA:

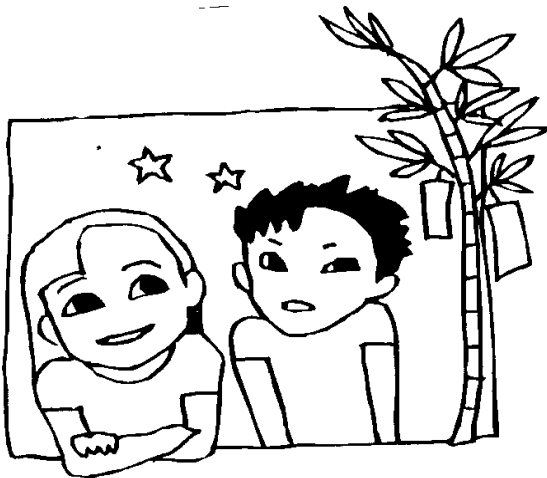
Recordamos y repasamos lo que hemos hecho durante la sesión.

Nos planteamos algunos compromisos para trabajar los temas de esta sesión en la vida diaria.

REPASAMOS:

la sesión anterior, las actividades y las reflexiones.

Revisamos las TAREAS realizadas. Comprobamos las dificultades de quienes no hicieron tarea. Les hacemos ver que es muy importante hacerla y conectamos con la tutora para que nos ayude a recordar que deben hacer la tarea.



EXPLICAR LAS FOTOGRAFÍAS.

Énfasis: **Expresarse.**

Hago dos copias ampliadas de los dibujos adjuntos.

Pido a dos niñas que se sienten al final de la sala mirando al contrario que todos los demás.

Enseño al grupo el primer dibujo. Digo al grupo que se fijen en las personas, cuántas hay, dónde están, qué hacen, cuando sucede, ...

Pido a una de las niñas que quedaron en el fondo de la sala que se incorpore al grupo general.

Luego pido a una niña del grupo que relate lo que ha visto.

Pido a la otra niña que quedó en el fondo de la sala que se incorpore al grupo general.

Pido a continuación a la niña que se incorporó al grupo en primer lugar que relate lo que ha oído.

Finalmente pido a la niña que se incorporó al grupo en último lugar que relate lo que ha oído.

Después comparamos este relato con el dibujo inicial.

Reflexión:

¿Hemos puesto atención al dibujo?

¿Hemos puesto atención a lo que escuchamos?

¿Hemos confundido algún detalle?

Propuesta de continuidad:

Repetimos la actividad toda igual con el siguiente dibujo y otras participantes.

ESTATUAS EN EL PARQUE.

Énfasis: **Confianza**, relajación.

Índice de cooperación: **7.**

¿Habéis visto alguna estatua hace poco?

¿Dónde estaba?

¿Cómo era?

Pido a alguna niña que represente una estatua que conoce.

(Estatua de la calle mayor, estatua de la libertad, estatua de Colón, . . . , estatua del parque . . .)

Después a otra.

La miramos en silencio y observamos como respira muy despacito.

Elijo otra niña voluntaria.

La agarro de la mano y la llevo de paseo por la sala. Ella lleva **los ojos cerrados** o tapados con un tapaojos.

Puedo ir describiendo el parque imaginario por el que caminamos.

En un momento dado digo:

-Tris, tras, estatua serás.

y se queda quieta con los ojos cerrados como si fuera una estatua.

La pido que respire muy lentamente. Respira hondo. Siente su interior. Siente su exterior. Siente los brazos . . . , las piernas, . . .

Las demás guardamos silencio para ayudar a la estatua.

Lo repito con una pareja de niñas llevando yo a cada una de ellas de paseo sujetas con cada una de mis manos mientras las demás miran.

En un momento dado *digo*:

-Tris, tras, estatua serás

y se quedan quietas como si fueran estatuas.

Las animo a que ellas queden en la postura que más les guste.

A veces no hay tiempo para que todas sean protagonistas.

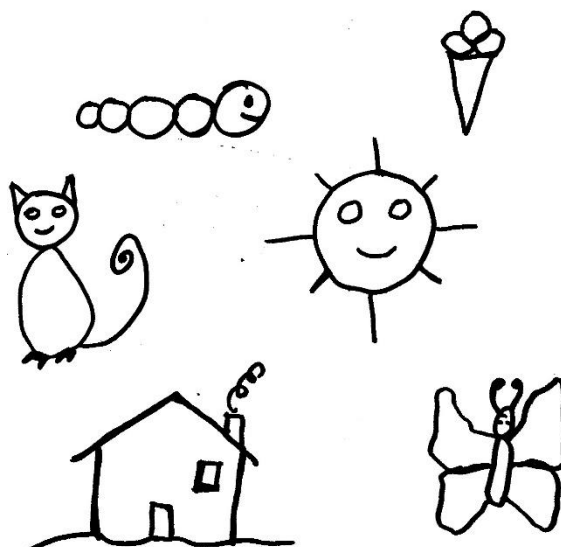
Entonces las pedimos que se pongan de pie todas. Que caminen por un parque imaginario, que respiren despacito, . . . y en un momento dado *digo*

-Tris, tras, estatua serás;

y se quedan todas muy quietecitas como estatuas.

Reflexión:

- ¿Queréis comentar algo?
- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Qué sensaciones habéis tenido?
- ¿Os ha parecido divertido?
- ¿Habéis sentido algo de miedo?
- ¿Algo de inseguridad?
- ¿Os gusta ser protagonistas, que os miren lo que hacéis?
- ¿Alguna vez habéis sentido miedo?
- ¿Alguna vez habéis sentido inseguridad?
- ¿Qué hicisteis para superarlo?
- ¿Os gusta estaros quietas?
- ¿Cuánto tiempo aguantáis quietas?
- ¿Sabéis respirar despacito?
- ¿A ver?



ADIVINAR EL DIBUJO.

Énfasis: **Escuchar.**

Coeficiente de cooperación: **7.**

Les *digo* que vamos a hacer una adivinanza.

Voy haciendo un dibujo muy simple en el encerado (*la pizarra*) línea por línea y cada vez que hago una línea, dejo al grupo la oportunidad de intentar adivinar qué es lo que representará.

¿Qué será esto?

¿Qué es esto?

Ejemplos:

Casa, gato, oso, mariposa, flor, sol, árbol, un cucurucho con tres bolas de helado de tres sabores, sol con cara y rayos de luz, gusano, uvas, coche, . . .

Podemos pedir alguna participante voluntaria que intente hacernos una adivinanza de este tipo.

Recogido en Alcorcón. 1999

Reflexión:

- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Qué ha sucedido?
- ¿Cómo os habéis sentido?
- ¿Os gusta poner atención?
- ¿Os gusta escuchar?

¿Os gusta hablar antes de escuchar?

MASAJE DE UNA PARTE DEL CUERPO.

Énfasis: **Masaje, contacto.**

Índice de cooperación: **8.**

Formo una pareja.

Una de las dos personas se queda de pie sin hacer nada.

La otra se pone enfrente y realiza la actividad.

Puede ser muy conveniente hacer un ejemplo inicial.

Le agarro la manita.

Le agarro la manita.

Le froto la manita con mucho cuidadito.

Le froto los dedos.

Le froto un dedo.

Le froto otro dedo . . .

.....

le froto un brazo.

Le froto el hombro.

.....

Le froto el cuello.

Le froto los mofletes

Le froto la nariz

Les ayudo a formar parejas para que hagan la actividad.

Repetimos la retahíla mientras les animo a que una persona masajea la mano de otra **frotando** o **apretando**, percibiendo sensaciones, dureza, calor, frío, suavidad, rugosidad, . . .

Podemos hacerlo de forma similar sobre la cabeza, los mofletes, las piernas,

. . . .

Cuando han terminado se intercambian los papeles dentro de la misma pareja.

Podemos aprender a hacer peticiones:

-¿Me froto la pierna, por favor?

Colocamos el espacio tal como lo encontramos al llegar.

Recordamos lo que hemos hecho en las diferentes sesiones, las actividades y los valores.

Valoramos la utilidad de lo que hemos estudiado.

Quinta sesión.

Los **objetivos** más importantes de esta sesión son:

Repaso

Autoestima / asertividad.

Distensión.

Generar decisiones.

Estima.

Repasar y afianzar el trabajo hecho en todas las sesiones.

Aplicación. Elegimos un conflicto que ellas escribieron y aplicamos los valores básicos

estudiados aplicándolos a ese conflicto concreto.

Valorar la utilidad del trabajo que hemos hecho.

Organizaremos el espacio necesario para poder realizar las actividades.

Hacemos una ronda de nombres.

REPASAMOS:

la sesión anterior, las actividades y las reflexiones.

Revisamos las TAREAS y COMPROMISOS de la sesión anterior. Comprobamos las dificultades de quienes no hicieron tarea. Estudiamos la forma de superar las dificultades para su cumplimiento. Conectamos con la tutora para que nos ayude a recordar que deben hacer la tarea.

EVALUACIÓN FINAL, especialmente DOCENTE.

YA SÉ . . . , ¡YA PUEDO HACERLO!

Énfasis: **Autoestima.**

Objetivo:

Aprender a valorar las cualidades y los recursos de cada persona.

Dinámica:

Las niñas estarán sentadas, y se le pedirá a cada una que complete la siguiente frase:

“Me llamo... (el nombre) ... y ya sé...”.

Por ejemplo:

*Ya sé el color rojo
Ya sé el triángulo.
Ya sé el siete.
La dirección de mi casa...*

Se propone otra ronda con otra frase sin terminar:

“Me llamo... y ya puedo...”.
(En esta ocasión se dice algo que **HACE bien.**)

Por ejemplo:

*Tirarme por el tobogán.
Ponerme la chaqueta yo solo.*

Etc.

Reflexión:

Comentar que cada niño aprende las cosas de una manera y en un momento diferente.

Todos los días aprendemos algo, y nos damos cuenta de lo que ya sabemos y de lo que podemos hacer y aprender.

Cuando los niños reconocen sus cualidades, habilidades y recursos, se sienten bien consigo mismos.

Al darse cuenta de sus progresos, desarrollan una mayor confianza en su capacidad de aprender.

YO TENGO UN TIC. (Audio)

http://www.youtube.com/watch?v=IMW_v2d7HWw
<https://youtu.be/S-qUjBng6cM>
<https://youtu.be/n5yar5FsnxU>

Énfasis: **Distensión.**

Índice de cooperación: **7.**

¿Sabéis lo que es un tic? ¿Habéis visto a alguien con un tic?

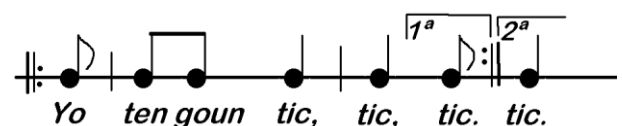
A veces tengo un movimiento repetitivo en una parte del cuerpo.

He llamado a la doctora y la he dicho que tengo un tic.

Nos ponemos de pie y formamos un círculo.

Recitamos, con un ritmo muy exagerado, el siguiente ESTRIBILLO mientras giramos sobre nosotras mismas al ritmo:

ESTRIBILLO:



Yo tengo un tic, tic, tic.

Yo tengo un tic, tic, tic.

Nos paramos mirando al centro del círculo y recitamos la ESTROFA:

ESTROFA:



He llamado a la doctora.
y me ha dicho que mueva una mano.

De nuevo, repetimos el ESTRIBILLO, a la vez que agitamos una mano en el aire.

A continuación, cantamos la segunda ESTROFA:

He llamado a la doctora.
y me ha dicho que mueva un codo.

Después, volvemos a cantar el ESTRIBILLO moviendo la mano y añadiendo el movimiento del codo.

Repetimos el cántico varias veces. Entre ESTRIBILLO y ESTRIBILLO cantamos una nueva ESTROFA que dice:

He llamado a la doctora.
y me ha dicho que mueva

En cada ocasión cantamos uno de los siguientes finales y volvemos al ESTRIBILLO.

Las ESTROFAS son:

3ª Y me ha dicho que mueva la rodilla.

4ª y me ha dicho que mueva la cabeza.

5ª Y me ha dicho que mueva todo el cuerpo

Después de cada una, cantamos el estribillo, realizando el movimiento que corresponda a esa nueva estrofa y acumulando todos los movimientos anteriores.

Podemos intentar que una niña haga de solista.

Reflexión:

¿Quién quiere comentar algo? ¿Qué os ha parecido?

¿Cómo sentís vuestro cuerpo?

¿Os gusta moveros?

¿Estáis tranquilas?

¿Tenéis alguna tensión?

¿QUÉ HARÍAMOS SI...? (B)

Énfasis: **Generar decisiones.**

Les digo que estamos aprendiendo a resolver conflictos y que necesito su ayuda.

¿Qué haríamos si . . .

. . . venimos al colegio y resulta que las cerraduras de las puertas están estropeadas y no podemos entrar?

.....

La maestra solicita que piensen muchas ideas diferentes para solucionar ese problema y tomamos nota de todas ellas.

Unimos todas las ideas sin criticar ninguna de ellas.

Podemos hacer la actividad con otros ejemplos:

¿Qué haríamos si

-no existieran la televisiones?
-no existieran los teléfonos?
-no hubiera ningún automóvil?
-tienes mal la garganta y no puedes hablar?
-todas las personas somos iguales, como si fuéramos gemelas?
-te manchas y no tienes nada para limpiarte?
-no existiera el dinero?
- no existiera la corriente eléctrica?

Reflexión:

¿Qué hemos de hacer cuando tenemos un problema?

¿Cuántas ideas se necesitan antes de tomar una decisión?

¿Todo es posible?

Cuando tenemos un problema pensamos muchas soluciones y escogemos las más convenientes.

Cuando hacemos planes debemos pensar si son posibles, qué necesitamos para llevarlos a la práctica y si son buenos para todo el grupo.



SOMOS UNA PIÑA. SOMOS PIÑONES.

Énfasis: **Estima.**

Índice de cooperación: **10.**

Les explico lo que es una piña mediterránea.

Una fruta formada por piñones todos muy juntitos. Les presento un dibujo en que queden claramente diferenciados los piñones en el interior de una piña.

Nos ponemos de pie.

Nos ponemos muy cerca unas de otras.

Pasamos nuestros brazos por detrás de las espaldas de la personas que están a los lados.

Saltamos con cuidado abrazadas diciendo:

¡Somos una piña!

¡Somos una piña!

Lo repetimos varias veces.

Nos sentamos y revisamos lo que pasó y cómo podemos hacer algo mejor la actividad sin empujar a nadie.

Les explico lo que son los piñones.

Les dibujo piñones sueltos.

Nos separamos saltando y cantando:

¡Somos piñones.!

¡Somos piñones!

Varias veces.

Repetimos la PIÑA y los PIÑONES varias veces.

Recogido en Ciudad Escolar. Madrid. 2010



EVALUACIÓN FINAL.

Recordamos lo que hemos hecho en las diferentes sesiones, las actividades y los valores.

Hacemos un resumen escrito.

Valoramos la utilidad de lo que hemos estudiado.

Valoramos la metodología.

Pedimos que nos indiquen qué cosas de las que hemos hecho cambiarían.

Preguntamos qué otras cosas añadirían.

¿Cómo podríamos seguir el próximo curso?