

PROGRAMA DE CONVIVENCIA Y CONFLICTOS PARA QUINTO DE PRIMARIA. con metodología dinámica.

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:	EMILIO LIMON Y MEDIO LIMON.
Conocerse:	HISTORIAS DE SENTIMIENTOS.
Distensión:	LA MOTOCICLETA.
Dinámica general	FIGURAS SOBRE LAS SILLAS.
Cooperativo:	ARRAN SAN SEN. (CD)
Habilidades sociales:	PRESENTAR A OTRAS PERSONAS.
	Habilidades, repaso y TAREA

2ª sesión.

Énfasis

	REPASO
Distensión:	AL AUTO DE MI JEFE. (CD)
Cooperativo:	ADÁN Y EVA.
Expresarse:	ADIVINAR EL TITULO DE.
Energizante:	GIGANTES, HADAS Y BRUJAS.
Situaciones específicas:	CHILIN, CHILIN, CANOA.
Masaje / contacto:	MASAJE SIMPLE.
	Habilidades, repaso y TAREA

3ª sesión.

Énfasis

	REPASO
Estima:	ABANICO DE ESTIMA.
Escucha activa:	ESCUCHA SENTIMIENTOS.
Cooperativo:	LA MAQUINA EN GRUPO.
Empatía:	TEATRALIZAMOS CAMBIANDO PERSONAJES.
Distensión:	RETRATO A TROZOS.
Autoestima:	SOLES Y NUBES.
	Habilidades, repaso y TAREA

Intentar poner asertividad.

4ª sesión.

Énfasis

Distensión:	HAY UNA TIENDA DE CHURROS. (CD)
Asertividad:	DI LO QUE PIENSAS.
Confianza:	QUE ME CAIGO.
Generar decisiones:	NOS SENTAMOS TODAS SIN SILLAS.
Cooperativo:	ANIMALES Y PLANTAS.
Estima:	SALUDO RASTA.
	REPASAMOS
	APLICACIÓN
	EVALUACIÓN FINAL.

PROGRAMA GENERAL DE PRIMERO.

1ª SESIÓN:

- Presentarse.
- Conocerse.
- Distensión.
- Dinámica general.
- Cooperación, ayuda mutua al regular conflictos.
- Habilidades sociales.

2ª SESIÓN:

- Repaso.
- Distensión.
- Cooperación, ayuda mutua al regular conflictos.
- Expresarse.
- Energizar.
- Situaciones específicas.
- Masaje / Contacto.

3ª SESIÓN:

- Repaso.
- Estima.
- Escucha activa.
- Cooperación.
- Empatía
- Distensión.
- Autoestima / asertividad.

4ª SESIÓN:

- Distensión.
- Asertividad.
- Confianza.
- Generar decisiones.
- Cooperación.
- 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.

**Más información sobre manejo de conflictos en:
<http://www.educarueca.org/spip.php?article691>**

DESARROLLO DE LAS SESIONES.

Primera sesión.

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

- Presentarse.
- Conocerse.
- Distensión.
- Dinámica general.
- Cooperación, ayuda mutua al regular conflictos.
- Habilidades sociales.

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 actividades variadas.

Preparamos el espacio necesario para movernos durante la sesión.

EMILIO LIMÓN Y MEDIO LIMÓN.

<http://www.youtube.com/watch?v=kuAyySOUX5I>

Énfasis: **Presentarse**, distensión.

Coefficiente de cooperación: **7**.

Nos sentamos bien con la espalda pegada al respaldar y marcamos un ritmo siempre igual. Dos golpes con las palmas de las manos sobre las rodillas y dos palmadas en el aire.

Ensayamos el ritmo sin decir nada.

Lo repetimos y decimos: *Y medio limón.*

Cada vez que damos las dos palmas en el aire.

Comenzamos de nuevo marcando el obstinado rítmico y decimos:

Emilio limón
y medio limón.
Víctor limón
y medio limón.

Todo el grupo sigue haciendo el obstinado rítmico sin interrupción a la vez que Víctor continúa diciendo:

Víctor limón
y medio limón.

N. . . . limón
y medio limón.

En cada sílaba subrayada damos con las palmas de las manos sobre nuestras propias rodillas.

En las sílabas que tienen doble subrayado damos una palmada en el aire.

Y seguimos la actividad de la misma manera repitiendo siempre el mecanismo hasta que hayamos dicho el nombre de todas las personas del grupo.

Podemos repetir la actividad sustituyendo la palabra LIMÓN por la palabra MELÓN.

HISTORIAS DE SENTIMIENTOS.

Énfasis: **Conocerse.**

Les pregunto cuándo estuvieron alegres, con qué personas estaban, cómo se sentían, qué pasó, qué sucedió, qué reacciones corporales tuvieron ¿Risa, llanto, nervios,...? . . .

Hacemos los mismos conversatorios con sentimientos como tristeza, miedo, esperanza, felicidad, sorpresa, ira, enfado, . . .

LA MOTOCICLETA.

Énfasis: **Distensión.**

Coefficiente de cooperación: **7**.

Imaginamos un paseo en motocicleta.

Nos sentamos en círculo.

La primera persona hace gestos de ir en moto diciendo "*bruum*" y lanza el gesto a la persona que está al lado.

Ésta lo repite en la misma dirección, y así por todo el círculo hasta que alguien contesta con gesto de que frena y dice "*Ñii*".

Entonces el "bruum" tiene que volver en sentido contrario.

Después les enseñamos que quien quiera puede decir "Brum-va-púm" mirando a otra persona que está al frente y haciendo un gesto de lanzamiento con la cabeza.

Entonces el "bruum" cruza el círculo hasta la persona que está en frente quien continua la actividad.

Continuamente hacemos con las manos el gesto de acelerar la motocicleta e impulsamos la cabeza en la dirección hacia donde va el sonido.

FIGURAS SOBRE LAS SILLAS.

Énfasis: **Dinámica general.**

Pedimos a ocho jugadoras que se pongan de pie y coloquen sus sillas formando un círculo.

A continuación les pedimos que se suban sobre las sillas y que dibujen un triángulo alineando sus sillas. En esta ocasión les pedimos que lo construyan desplazando las sillas sin bajarse de ellas, sin pisar el suelo.

Después pedimos a todas las personas del grupo que se suban sobre su propia silla.

A partir de esta postura deben formar un cuadrado alineando las sillas sin que nadie se baje de ellas ni toque el suelo con los pies.

Reflexión:

¿Qué pasó? ¿Qué dificultades hubo? ¿Cómo se superaron?

¿Se dijeron cosas? ¿Se expresaron propuestas? ¿Cómo se tomaban las decisiones?

ARRAN SAN SEN. (CD)

<http://www.youtube.com/watch?v=9715T5aA4mA>

http://www.youtube.com/watch?v=_wW5VIITYtM

Énfasis: **Cooperar.**

Coeficiente de cooperación: **8.**

Nos ponemos de pie en círculo mirando al centro.

Cantamos y gesticulamos frase por frase primero y luego todo seguido. Lo aprenden con facilidad.

The image shows three staves of musical notation for the song 'Arran san sen'. The first staff is in G major and contains the lyrics 'A ran san san, a ran san san, cu li' with '+' symbols below. The second staff is in D7 and G major, containing 'cu li, cu li, cu li, cu li an san san.' with 'x' symbols below. The third staff contains 'A ra bi, a ra bi, culi, culi, culi, cu li cu li a bi.' with curved arrows below. A legend explains the symbols: '+' = palmadas sobre las rodillas, 'x' = palmadas en las nalgas propias, and a curved arrow = se levantan las manos a lo alto y se dobla el tronco hacia abajo como si fuese una oración musulmana.

+ = palmadas sobre las rodillas.
 x = palmadas en las nalgas propias.
 (Flecha curvada) = se levantan las manos a lo alto y se dobla el tronco hacia abajo como si fuese una oración musulmana.

1
Arran san sen,

1
Arran san sen,

2
Guri, guri, guri, guri,

1
Guri an san sen.

1
Arran san sen,

1
Arran san sen,

2
Guri, guri, guri, guri,

1
Guri an san sen.

3 3
Ara bi, ara bi,

2
Guri, guri, guri, guri,

3
Guri abi.

3 3
Ara bi, ara bi,

2
Guri, guri, guri, guri,

1
Guri an san sen.

1= Tres palmadas sobre las rodillas.

2= Tres palmadas sobre las nalgas propias.

3= Elevamos las manos a lo alto y doblamos el tronco hacia abajo como si fuese una oración musulmana.

Lo repetimos de nuevo realizando el número 1 en las rodillas de la compañera de la derecha.

Lo hacemos una vez más realizando el número 1 en las rodillas de la compañera de la izquierda.

Finalmente lo cantamos como la primera vez.

PRESENTAR A OTRAS PERSONAS.

Énfasis: **Habilidades sociales.**

Les digo que vamos a hacer algo parecido a teatro improvisado.

Pueden inventar lo que van a decir.

Segunda sesión.

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

Repaso.

Distensión.

Cooperación, ayuda mutua al regular conflictos.

Expresarse.

Energizar.

Han de hablar con voz alta y clara.

No deben hablar dos a la vez para que podamos entender lo que dicen.

Una niña va acompañada con otra amiga nueva.

Se encuentran con otra amiga de siempre conocida de la primera niña o con su mamá.

La primera saluda a la tercera y le dice que tiene una amiga nueva. Le cuenta cual es su nombre y algunas cosas más.

¿Cómo será el diálogo?

Recordamos alguna situación de la vida real en que nos ha pasado esto.

¿Cómo fue? ¿Qué sucedió? ¿Qué dijeron?

¿Qué sensaciones tuvimos?

¿Qué otras cosas se pueden decir?

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.

Situaciones específicas.

Masaje / Contacto.

Preparamos el espacio necesario para movernos durante la sesión.

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.

AL AUTO DE MI JEFE. (CD)

Énfasis: **Distensión.**

Coeficiente de cooperación: **7.**

Todas cantamos la canción a la vez que hacemos los siguientes gestos:

Compases 2, 6 y 10 = Imaginamos que las dos manos están agarradas a un volante.

Compases 3, 7 y 11 = Ponemos la mano derecha estirada en la frente como un saludo militar .

Compases 5, 9 y 13 = Dibujamos una rueda en el aire.

Compás 16 = Hacemos como si estiramos un chicle que tenemos sujeto con los dientes.

Al au to de mi je fe se le ha pinchadou na
rue da. Al au to de mi je fe se le ha pin cha
douna rueda. Al auto de mi je fe se le ha
pinchadouna rueda. La arreglamos con chicle.

Primero cantamos una vez la canción entera con los gestos después de haberla ensayado.

+ Repetimos la canción con los gestos y cada vez que aparece la palabra **auto** la sustituimos por el sonido "Ruum".

+ Volvemos a repetir la canción con los gestos y ruum en lugar de auto. Además cuando aparece la palabra **jefe** hacemos el gesto pero no decimos ninguna palabra.

+ Repetimos la canción tal como se indica en el párrafo anterior. Además la palabra **pinchado** la sustituimos por el sonido "Psss.s. .".

+ Repetimos todo igual callándonos la palabra **rueda** y diciendo en su lugar: ¡Boing!.

+ Finalmente lo repetimos todo como en el apartado anterior y la palabra **chicle** la sustituimos por el sonido "Ñiii..."

ADÁN Y EVA.

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

<http://www.youtube.com/watch?v=xac-iDxcqIE>

Énfasis: **Cooperación.**

Coeficiente de cooperación: **9.**

Todas las personas se ponen de pie en filas y en hileras de manera que si (por ejemplo) hay 20 personas hacemos cuatro filas paralelas y próximas de cinco personas.

Pueden poner las manos sobre los hombros de las personas que están delante o agarrar por el brazo a las persons que están a sus costados.

Recitamos rítmicamente.

Adán y Eva.

A pata pelá. (A pie descalzo.)

En el Edén.

A pata pelá.

A la manzana quisieron alcanzar.

A pata pelá.

Pelá, pelá.

Al no poder.

A pata pelá.

Al no llegar.

A pata pelá.

A la serpiente quisieron invitar.

A pata pelá.

Pelá, pelá.

En los versos uno, tres, ocho y diez las personas dan un paso adelante con el pie derecho y otro con el pie izquierdo.

En los versos cinco, y doce las personas dan un paso adelante con el pie derecho, otro con el izquierdo, otro con el derecho, con el izquierdo, con el derecho y con el izquierdo.

En los versos dos, cuatro, seis, siete, nueve, once, trece y catorce las personas mueven el pie derecho marcando hacia delante con el talón y con la punta del pie sin mover el pie izquierdo. O pisando adelante y atrás con el pie derecho sin mover el izquierdo.

Otra versión:

Francisco Wall.
A pata pelá.
Fue el inventor.
A pata pelá.
De la primera máquina de vapor.
A pata pelá.
Pelá, pelá.

Y la inventó.
A pata pelá.
Con el error.
A pata pelá.
De una tetera en un día de calor.
A pata pelá.
Pelá, pelá.

Recogido en Bogotá 2011

ADIVINAR EL TÍTULO DE.

<http://www.youtube.com/watch?v=TtquOFHlm90>

Énfasis: **Distensión**, comunicación.

Coeficiente de cooperación: **6**.

Una se pone delante del grupo y con gestos intenta imitar un animal. El grupo ha de adivinar qué animal es.

Otra se pone delante del grupo y con gestos intenta imitar una máquina. El grupo ha de adivinar qué máquina es.

Otra participante explica el título de una película, de un libro conocido o de una canción con gestos.

El grupo intentará adivinarlo para lo cual puede hacer preguntas que serán contestadas con mímica.

Después se pone otra persona delante del grupo para expresar su título y que las demás lo adivinen.

GIGANTES, HADAS Y BRUJAS.

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

Énfasis: **Energizar**.

Coeficiente de cooperación: 7.

Nos ponemos de pie en una sala muy amplia (gimnasio o patio).

Nos colocamos unas enfrente a otras en dos filas, la mitad del grupo en cada lado.

Aprendemos los gestos que vamos a utilizar. Cuando hagamos de **gigantes**, nos estiramos hacia arriba elevando los brazos y diciendo: ¡U u u h! Hacemos un ensayo.

Cuando hacemos de **hadas**, decimos: ¡Clin! y movemos una mano como golpeando una barita mágica. Ensayamos.

Cuando hagamos de **brujas** estiramos los brazos hacia adelante agitando las manos y diciendo: *Abra cadabra*. Probamos.

Ahora se reúne cada grupo y decide en secreto qué personaje va a representar.

Una vez decidido, nos ponemos mirando a la otra fila.

Cuando la dinamizadora diga: **Una, dos y tres**, cada grupo representa su personaje de manera que si un grupo elige *gigantes* dará un abrazo a alguien del grupo que hace *hadas*.

Las *hadas* abrazan a las *brujas* y las *brujas* a los *gigantes*.

Si los dos grupos representan el mismo personaje, volvemos a repetir.

Repetimos la misma actividad varias veces.

Cada grupo vuelve a representar un nuevo personaje cuando la lideresa diga: Una, dos y tres.

CHILÍN, CHILÍN, CANOA.

Énfasis: **Observación de la violencia**.

Dividimos el grupo en dos partes.

Cada una se coloca en hilera agarrando las manos a las compañeras de los lados.

Cada hilera mira a la otra poniéndose de frente a una distancia de tres metros o más de una hilera a la otra.

Alguien dice:

CHILÍN, CHILÍN, (nombre de una persona de la hilera de enfrente) CANOA.

Y la persona nombrada va corriendo a chocarse contra la cadena opuesta intentando romperla de golpe.

Si lo consigue, vuelve a su fila junto con una de las personas por donde rompió la cadena.

Si no lo consigue, se queda a formar parte de la cadena contra la que chocó.

Y continúa la actividad diciendo la frase alguien de la hilera que no la dijo anteriormente.

Nota:

Hay una versión de este juego en EEUU que dice:

Red rover, red rover, send (Name) right over.

http://en.wikipedia.org/wiki/Red_Rover

http://www.youtube.com/watch?v=x_sM0hAaTE4

<http://vimeo.com/9243037>

Managua. 09

Amasamos suavemente.

Buscaremos el máximo silencio.

Con las manos iremos escuchando el cuerpo de quien masajeamos.

Si ponemos atención notaremos lo que nos dicen los músculos . . .

Comentamos lo sucedido para ver cómo mejorar la actividad.

La persona que estaba delante se pone detrás y repetimos el ejercicio intentando realizarlo mejor.

Reflexión:

Comentamos lo sucedido, la utilidad de los distintos movimientos, las dificultades encontradas, . . .

Qué movimientos nos han gustado, cuales no nos han gustado. ¿Qué hacemos o decimos cuando nos tocan de una manera que no nos gusta? A veces alguien nos da un golpe fuerte y no nos gusta.

Continuidad:

Después se cambian los papeles y repetimos el ejercicio.

MASAJE SIMPLE.

Énfasis: **Masaje, contacto.**

Coeficiente de cooperación: **8.**

Nos ponemos de pie por parejas procurando no llevar ropa de abrigo.

Una se pone delante y otra detrás.

Quien da el masaje eleva las manos, las agita y las frota.

Hacemos unos pases suaves y ligeros, casi sin tocar a la persona de adelante, con las manos muy relajadas.

Después lo repetimos tocando con las yemas de los dedos.

Frotamos con las palmas de las manos estiradas en distintas partes del cuerpo, la cabeza, los hombros, la espalda, . . . las piernas, . . .

Presionamos con las yemas de nuestros dedos o con el puño cerrado sobre algunos puntos del cuerpo de la persona a la que estamos masajeadando.

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.
Estima.
Escucha activa.
Cooperación.
Empatía
Distensión.
Autoestima / asertividad.

Preparamos el espacio necesario para movernos durante la sesión.

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.

ABANICO DE ESTIMA.

Énfasis: **Estima.**

Antes de comenzar esta actividad habremos de asegurarnos de que tenemos al menos 25 minutos disponibles. Nos sentamos en círculo y con una hoja de papel elaboramos una especie de acordeón a base de pliegues que tengan un centímetro de anchura. Cogemos una hoja grande. La colocamos en horizontal, la doblamos por la mitad apretando bien el doblez. Volvemos a doblarla hasta formar cocho tablitas de uno o dos centímetros de ancho.

En la primera tablita, en la parte superior, cada persona pone su nombre y se lo pasa a quien está a su izquierda. Cada una escribirá algo en uno de los pliegues y se lo pasa a la siguiente persona de su lado izquierdo ocultando lo que acaba de escribir.

En el primer doblez del acordeón que recibimos escribimos una cualidad positiva de la persona cuyo nombre figura arriba. *La cualidad tuya que más me gusta es*

En el segundo doblez escribimos algo que nos gustaría hacer con ella. *Lo que me gustaría hacer contigo es*

En el tercero, lo que más nos gusta de esa persona. *Lo que más me gusta de ti es*

En el cuarto, una dedicatoria. *Te dedico este mensaje*

En el quinto, un dibujito que hacemos bien.

En el sexto, escribimos un regalo imaginario. *Me gustaría regalarte*

En el séptimo una frase famosa, un versículo de una canción o poesía.

Habremos de escribir cosas verdaderas y muy concretas. Tendremos mucho cuidado para que nadie escriba cosas negativas

Cuando hemos pasado el acordeón siete veces, recobramos nuestro propio acordeón y podemos leerlo en voz baja.

Podemos preguntar dudas o comentar cosas en alto si nos apetece.

FUENTE: Alfredo, Bogotá. 00

Reflexión:

Les preguntamos cómo se han sentido en esta actividad.

¿Decimos cosas agradables a quienes nos rodean? ¿Les demostramos nuestro aprecio? ¿Procuramos ver las cosas positivas de las demás?

¿Nos gusta pensar cómo se sienten las otras personas?

ESCUCHA SENTIMIENTOS.

Énfasis: **Escuchar.**

Lee cada una de estas expresiones y escribe a la derecha el sentimiento o sentimientos que expresa, no el contenido.

La interpretación puede variar dependiendo del tono de voz.

Encontrarán más de una respuesta correcta porque usualmente se tiene más de un sentimiento a la vez.

Ejemplo:

"No sé lo que está mal, no me lo puedo imaginar. Quizás debiera dejar de intentarlo".	<i>Contento Desalentado o Derrotado</i>
"Faltan diez días para las vacaciones".	
"¿Me agarrarás de la mano hasta que entre en la guardería?".	
"Nunca seré tan bueno como Juan. Por más que estudio, él siempre es mejor".	
Yo no lo puedo adivinar.	
Es muy complicado. No soy capaz de terminarlo.	
Yo creo que no significo nada para ella. No debí haberlo hecho.	
¿Estoy haciendo bien esta tarea? ¿Tú crees que va a ser suficientemente buena?	
"No sé que hacer. Estoy más aburrido que una ostra". . . .	
"Esta noche he dormido mal."	
"Mi nuevo profesor nos pone demasiado trabajo. Nunca lo puedo terminar. ¿Qué puedo hacer?".	

¿Te puede ayudar esta lista para contestar?:

Sorprendido / irritado / confiado / ansioso / dolido / frustrado / feliz / agradecido / arrogante / temeroso / resentido / inseguro / dudoso / comfortable.

LA MÁQUINA EN GRUPO.

<http://www.youtube.com/watch?v=U077XdROGPE>
<http://www.youtube.com/watch?v=5YWhqJc8unA>

Énfasis: Cooperación.

Coeficiente de cooperación: **9.**

En la Prehistoria el hombre inventó la rueda, y desde entonces no ha parado de inventar cosas y máquinas para hacer la vida más cómoda. Uno de los inventos más famosos de la historia es la máquina de escribir. Tiene diversos elementos que funcionan cooperativamente. Vamos a ver cómo se hace y cómo funciona una máquina.

La dinamizadora se coloca al frente del grupo y pone el primer ejemplo.

Comienza a hacer un movimiento rítmico y un sonido que se van repitiendo. (Por ejemplo, subir y bajar una mano delante del cuerpo a la vez que dice: CHÁS-CHÁS). Simula una pieza de una máquina imaginaria. Entonces llama a un niño, que se pone al lado e inventa otro movimiento con otro sonido que tenga relación con el anterior. Luego saca a un segundo niño o niña.

Podemos hacer máquinas de tres o cuatro personas.

Luego lo hacen las niñas y los niños solos, siempre montando la máquina pieza por pieza, añadiendo su movimiento y su sonido. El funcionamiento de las piezas ha de estar "sincronizado".

Podemos pedir después una utilidad, un título o un nombre para la máquina o primero pensamos en una máquina y luego la representamos.

Le puedo pedir que representen una máquina de escribir. Una máquina de coser, . . .

Variaciones:

Les pido a tres chiquillas que piensen en un trabajo (*agricultura, hostelería, . . .*) para escenificar. Deciden una secuencia de acciones consecutivas que sirven para representar el trabajo elegido.

Las componentes del grupo sincronizan los movimientos que han escogido para su escenificación y los representan ante sus compañeras.

Reflexión:

¿Qué os ha parecido? ¿Qué ha sucedido? ¿Qué dificultades hemos encontrado? ¿Cómo las hemos resuelto? ¿Qué podemos hacer para que salga mejor? ¿Qué hemos aprendido con el juego? ¿Cómo podemos practicar en nuestra vida lo que hemos aprendido?, etc...

Compromiso:

1- Preguntamos a las niñas y los niños qué compromisos les gustaría tomar y elegimos uno entre todas y todos para la quincena.

2- Nuestra sugerencia: Nos comprometemos a funcionar bien como piezas de la clase y del mundo que nos rodea, estando siempre atentas /os y dispuestas /os para el trabajo en equipo y para colaborar con los demás. Somos una parte fundamental de la comunidad humana en la que vivimos.

TEATRALIZAMOS PERSONAJES.

CAMBIANDO

Énfasis: **Empatía.**

Les decimos que vamos a hacer algo de teatro.

Por ejemplo, podemos representar el cuento de Caperucita Roja.

Pedimos a alguien que nos narre el cuento.

Ahora pedimos voluntarias que hagan el papel de Caperucita, la mamá, el lobo, la abuela, el cazador, . . .

Vamos repitiendo la representación varias veces e introducimos variaciones poco a poco.

Caperucita solo habla con monosílabas.

La mamá es sorda.

El lobo está cojo.

.....

Elegimos una historia, un conflicto real o imaginario.

Lo contamos.

Pedimos voluntarias que lo quieran dramatizar.

Solamente un trocito corto.

Pedimos otras voluntarias para representar la misma historia de nuevo.

Pero les damos papeles ocultos: la mamá es doctora, la niña es golosa, el lobo es un gato,

Reflexión:

¿Qué os parece? ¿Qué pasó? ¿Os gusta meteros en la personalidad de otra persona?

RETRATO A TROZOS.

Énfasis: **Distensión.**

Coefficiente de cooperación: **7.**

Hacemos grupos de tres participantes.

Cada grupo tiene un lapicero y una folia.

Les enseñamos y ayudamos a hacer dos dobleces en la folia de manera que queda dividida en tres tablas de iguales dimensiones.

Mantenemos la folia doblada en Zigzag. Una persona dibuja en la tabla superior exterior una cabeza grande con ojos, nariz, orejas, cuello, ...

Tapamos esa tabla doblando la parte inferior de la folia de manera que queda al descubierto la parte central de la folia.

Lo pasamos a otra persona del equipo para que dibuje en esa parte central el tronco del cuerpo de una persona sin ver la cabeza.

Doblamos el papel de manera que no se vea la cabeza ni el tronco y que quede visible la parte inferior de la folia.

La tercera persona de cada grupo dibujará ahí las piernas con todos los detalles posibles.

Conviene que la dinamizadora ensaie en privado la forma de mover los dobleces antes de explicarlo al grupo.

Después hacemos una puesta en común.



SOLES Y NUBES.

Énfasis: **Autoestima.**

Objetivo:

Transformar pensamientos negativos en positivos.

Actividad:

Les pido que dibujen en la parte superior de una hoja un sol sonriente.

En la parte inferior una nube triste.

Les digo las siguientes frases.

Si son positivas, las escriben al lado del sol.

Si son negativas, las escriben al lado de la nube.

“Esto es muy difícil.”

“No lo puedo hacer”

“Lo voy a intentar”

“Seguro que esta vez lo consigo”

“Todo me sale mal”

“Por mi culpa, mis papás se enfadan”

¡Qué bonito está quedando!

“Seguro que me voy a equivocar otra vez”

Voy a ver si juego con los niños.

“Que divertido es aprender”

A ver si me sale.

No me va a salir.

Nadie va a jugar conmigo.

“Cuántas cosas bonitas me pasan...”

Hacemos una puesta en común de los resultados y los comentamos.

Después intentamos convertir frases negativas en positivas.

Reflexión:

No son las cosas las que nos afectan, sino nuestra forma peculiar de verlas, lo que “nos decimos a nosotras mismas” sobre lo que nos sucede.

Enseñar a las niñas a ser más optimistas es una forma de ayudarles a enfrentarse mejor a la vida.

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.

Cuarta sesión.

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

Distensión.

Asertividad.

Confianza.

Generar decisiones.

Cooperación.

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.

Preparamos el espacio necesario para movernos durante la sesión.

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.

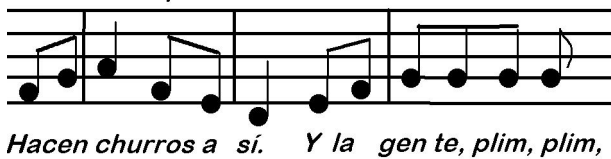
HAY UNA TIENDA DE CHURROS. (CD)

Énfasis: **Distensión.**

Coeficiente de cooperación: **7.**

Nos ponemos de pie en círculo cantando y haciendo los gestos correspondientes.

La solista canta un verso y el grupo lo repite:



Hay una tienda de churros (Se dibuja con los dedos una casita en el aire y luego unos churros alargados.)

en la calle Serrano esquina a Zurbano. (Se señala con el dedo pulgar de la mano derecha hacia la derecha y con el izquierdo hacia la izquierda)

Se repite.

Hacen churros así, (Se ponen los dos dedos índices en horizontal a una distancia de 15 centímetros como señalando la longitud de un churro pequeño)

hacen churros así. (Se ponen los dos dedos índices como señalando la longitud de un churro grande)

Y la gente, plim, plim, (Con los dedos juntos de la mano se da en el hombro a la persona de la derecha)

al pasar, plim, plim, plim, (Con los dedos juntos de la mano se da en el hombro a la persona de la izquierda)

los solía comprar. (Se frota el dedo índice con el pulgar)

Repetimos la canción haciéndolo todo muy grande, exagerando mucho.

Después lo repetimos haciéndolo todo muy pequeño, diminuto.

Podemos intentar hacerlo todo en lenguaje mudo, solo con gestos y sin pronunciar nada.

Podemos cantarlo finalmente todas juntas a la vez más lento y más rápido.

DI LO QUE PIENSAS.

Énfasis: **Asertividad.**

A veces nos encontramos ante situaciones en las cuales nos resulta difícil decir lo que pensamos.

¿Por ejemplo?

Puede ser que nos de miedo, vergüenza, . . .decirlo. Puede ser que nos ponemos agresivas para expresar lo que pensamos.

Es importante tener la capacidad para decir lo que pensamos con serenidad, sin agresividad, . . .

Un primer nivel de asertividad es simplemente decir lo que una piensa. Para eso, a veces, necesitamos entrenarnos un poco.

Aprendemos a aclarar nuestras ideas, serenarnos, pedir el turno de palabra si no resulta fácil meter la cuchara.

Ante una crítica, un problema o una petición que no te conviene respondemos manifestando lo que pensamos y sentimos, nuestros derechos e intereses.

Expresamos nuestros propios pensamientos, hablando de nosotras mismas, no de las otras personas. Manifestamos respeto por sus necesidades.

“¿Quieres que te diga una cosa? Yo sobre esto. . . Y en cuanto a eso otro . . . “

“Yo creo que. . . .“

Buscamos ejemplos de situaciones en las que nos resulta difícil decir lo que

pensamos y estudiamos la manera de intervenir de forma constructiva.

Algunos ejemplos:

Fulanita me cae muy mal y se lo digo de forma ofensiva.

QUE ME CAIGO.

Énfasis: **Confianza.**

Coeficiente de cooperación: **9.**

Paseamos por una sala amplia libre de obstáculos.

Cada persona cuando quiere puede decir: *Que me caigo* Y se deja caer al suelo.

El grupo estará atento para conseguir que nadie llegue al suelo.

Si parece difícil o da miedo, la tallerista señala con el dedo a una persona que dirá la frase y será protegida por el resto del grupo.

Recogido en Medellín. 00

Reflexión:

Comentarios libres sobre la actividad.
¿Sensaciones?

NOS SENTAMOS TODAS SIN SILLAS.

Énfasis: **Búsqueda creativa en la solución de conflictos.**

Necesitamos un sitio amplio en el que nos podamos mover sin golpearnos con otros objetos.

Le pido que estudien la manera de sentarse todas las personas del grupo sin apoyarse en ningún objeto.

Reflexión:

Pido comentarios libres sobre la actividad. ¿Qué pasó? ¿Cómo se sintieron? ¿Hubo comunicación? ¿Hubo propuestas? ¿Cómo se tomaron las decisiones?

ANIMALES Y PLANTAS.

Énfasis: **Cooperación.**

Coeficiente de cooperación: **6.**

Nos sentamos muy juntitas en círculo en sillas individuales.

Cruzamos los brazos por delante de nuestro pecho y con la mano derecha agarramos la mano izquierda de nuestra

compañera de la izquierda así que ofreceremos nuestra mano izquierda para agarrar la mano derecha de nuestra compañera de la derecha.

Alguien se pone en el centro a contar una historia sobre animales y plantas.

Cada vez que sale el nombre de un **animal** nos sentamos una silla a la derecha (sin soltarnos) y cada vez que sale el nombre de una **planta** nos sentamos una silla a la izquierda.

Había una vez un burro que iba por el campo y pisaba las zanahorias, Entonces se acercó un perro que pasaba por allí y ladró a los pajaritos. . . .

De vez en cuando pedimos a otras personas voluntarias que quieran estar en el centro repitiendo o inventando otra historia sobre animales y plantas.

Se repite la actividad todas las veces que queramos.

SALUDO RASTA.

Énfasis: **Estima.**

Se pone una pareja mirándose frente a frente. Golpean la palma derecha contra palma derecha de la otra persona dos veces. Después cada persona coloca la palma de su mano derecha sobre el corazón.

Recogido en Chapinero. Bogotá. 09

Recuperamos la distribución inicial del mobiliario de la clase.

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?

Nombre de archivo: QUINTO DE PRIMARIA conv y conf B.doc
Directorio: C:\Documents and Settings\Emilio\Mis documentos\Talleres\T Convivencia y conflictos\T Convivencia y conflictos primaria
Plantilla: C:\Documents and Settings\Emilio\Datos de programa\Microsoft\Plantillas\Normal.dot
Título: PROGRAMA DE REGULACIÓN CONFLICTOS
Asunto:
Autor: Emilio
Palabras clave:
Comentarios:
Fecha de creación: 12/10/2011 18:46
Cambio número: 78
Guardado el: 16/10/2011 18:15
Guardado por: Emilio
Tiempo de edición: 25 minutos
Impreso el: 16/10/2011 18:36
Última impresión completa
Número de páginas: 15
Número de palabras: 4.625 (aprox.)
Número de caracteres: 26.368 (aprox.)