

**PROGRAMA DE CONVIVENCIA
PARA CUATRO 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.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
Presentarse:	PASAR UN OBJETO Y DECIR EL NOMBRE.
Conocerse:	LA INCÓGNITA DEL ZAPATO.
Cooperativo:	AMIGA LA DE ALANTE.
Dinámica general	UN, DOS TRES Y A CAMINAR.
Distensión:	FUI AL MERCADO A OMPRAR CAFÉ.
	Repaso y TAREA con compromiso

2ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
	Repaso
Situaciones específicas:	LOS PAPELES A LA PAPELERA
Energizante:	LA SILLA QUEMA.
Cooperativo:	CONSTRUCCIONES EN GRUPO.
Distensión:	UNA GORDA Y UNA FLACA.
Relajación:	SOPLAR EL GLOBO.
	Repaso y TAREA con compromiso

3ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
	REPASO
Distensión:	MI BARBA TIENE TRES PELOS.
Cuento:	EL ERIZO.
Estima:	SALTARÁS Y ESTUDIARÁS
Cooperativo:	CINCO PALOMAS.
	Repaso y TAREA con compromiso

4ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
Cooperación:	COMER A CIEGAS.
Expresarse:	¿A QUÉ QUIERES JUGAR?
Distensión:	CERQUITA, CERQUITA, CERQUITA.
Escucha activa:	EL JUEGO DEL ECO.
Contacto / masaje:	EL CUENTO DEL BOSQUE.
	Repaso y TAREA con compromiso

5ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
Autoestima:	MI CUERPO ES CAPAZ DE . . .
Energizante	SOY PELOTA DE PING-PONG
Generar decisiones:	¿QUÉ PODEMOS HACER SI . . . ?
Confianza:	LA LIMPIADORA DE ESTATUAS.
Estima:	CUENTA LA HISTORIA QUE . .
	REPASAMOS
	APLICACIONES
	EVALUACIÓN FINAL.

PROGRAMA GENERAL DE CUATRO AÑOS.

1ª SESIÓN:

Presentarse.
Conocerse.
Cooperativo.
Dinámica general.
Distensión.
REPASO.
TAREA con compromiso.

2ª SESIÓN:

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.
Energizante.
Cooperación, ayuda mutua.
Distensión.
Situaciones específicas.
Relajación.
REPASO.
TAREA con compromiso.

3ª SESIÓN:

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.
Distensión:
Cuento.
Estima.
Cooperativo.
REPASO.
TAREA con compromiso.

4ª SESIÓN:

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.
Cooperación.
Distensión.
Expresarse.
Escucha activa.
Contacto / Masaje
REPASO.
TAREA con compromiso.

5ª SESIÓN:

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.

Autoestima.
Generar decisiones.
Estima.

Repasar y afianzar el trabajo hecho en todas las sesiones.
Aplicación.
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=0B1tHHZVWrGFSRW5yRHQ3OWFRSE0>

Los audios de Convivencia y Conflictos se encuentran en

<https://drive.google.com/open?id=0B1tHHZVWrGFSNzVpb3U3ZmgtTEk>

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.
Cooperativo.
Dinámica general.
Distensión.
REPASO.
TAREA con compromiso.

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.

Organizaremos el espacio necesario para poder realizar las actividades.

EVALUACIÓN INICIAL de la docente y contacto con ella MAIL.

PASAR UN OBJETO Y DECIR EL NOMBRE.
<http://www.youtube.com/watch?v=r59-EeMlra4>

Énfasis: **Presentación.**
Índice de cooperación: **8.**

1. Nos colocamos todas las personas **en círculo**. Una pasa un objeto a la que está a su lado izquierdo diciendo su propio nombre y así sucesivamente:
-Yo me llamo Ana María.
2. Después repetimos el ejercicio pasando otro objeto diferente hacia el lado derecho y diciendo el nombre de la persona que nos pasó el objeto en la ronda anterior:
- Toma, Marina.
3. Si sobra tiempo o necesitamos aprender bien los nombres, nos

cambiamos todas de puesto y repetimos de nuevo los pasos 1 y 2.

4. Es más divertido si lo que pasamos es un objeto llamativo, grande o pesado o fuera de lo habitual.

Recogido en Comfama – Buenos Aires, Medellín. 01

LA INCÓGNITA DEL ZAPATO.

<http://www.youtube.com/watch?v=IORM8yfkR10>

Énfasis: **Conocerse.**

Índice de cooperación: **8.**

¿Os conocéis bien?

¿Os gusta mirar a vuestras compañeras?

Se escogen tres niñ@s que se sientan cada una al frente del grupo.

Todas intentamos relacionar los zapatos con la persona que los lleva puestos. *¿Cómo te llamas? ¿De qué color tienes los zapatos?*

Tapamos a las tres niñas que han salido con una tela amplia y las cambiamos de lugar por detrás de la tela.

El grupo habrá de adivinar a quién corresponde cada par de zapatos.

¿De quién son estos zapatos?

¿Creéis que es Fernando?

¿Le llamamos?

Fernando, Fernando, Fernando, . . .

Repetimos la actividad varias veces hasta que todas las niñas y niños que quieren hayan participado de protagonistas.

Podemos poner al frente del grupo cuatro niñas o niños.

Reflexión:

¿Qué os ha parecido la actividad?

¿Os ha gustado?

¿Habéis tenido algún problema?

¿Os ha dado miedo?

¿Tenéis miedo alguna vez?
 ¿Conocéis bien a vuestras
 compañeras?
 ¿Conocéis bien vuestra propia ropa?
 ¿Alguna vez os habéis equivocado de
 ropa?
 ¿Quién os pone los zapatos?
 ¿Sabéis ponerlos los zapatos solos?
 ¿Distinguís el derecho del izquierdo?
 ¿Sabéis sujetaros los cordones?
 ¿Os ayudáis alguna vez unas a otras a
 sujetaros las zapatillas?

AMIGA LA DE ALANTE. (Audio)

Énfasis: **Cooperación, estima.**
 Índice de cooperación: **9.**

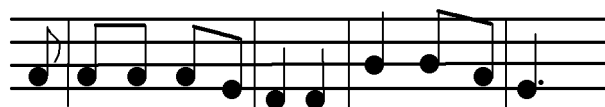
Nos ponemos de pie en fila agarradas
 por los hombros en un sitio amplio.

Les digo que miren a la de adelante a
 ver si es amiga.

Que miren a la de atrás a ver si es
 amiga.

Damos un abrazo a las personas que
 están delante y detrás porque vamos de
 viaje y las personas que van de viaje se dan
 un abrazo.

Y cantamos:



Amiga la de adelante,
 Amiga la de atrás.
 Hacemos un trenecito fenomenal.

Seguimos cantando con la misma
 entonación:

Los pies muy juntitos,
 las manos atrás,
 la boca cerrada,
 todas a **mirar.**

Repetimos el ejercicio varias veces.
 En cada ocasión podemos cambiar la
 palabra negrita subrayada por:

Respirar,
 peinar (*la que está delante*),
 bostezar,
 a rascar (*la espalda de la de adelante*),
 a saltar,
 a mirar,
 a trabajar,
 callar,
 nos vamos a sentar, . . .

UN, DOS TRES Y A CAMINAR. (Audio)

Énfasis: **Dinámica general de los
 conflictos.**

A la hora de hacer fila para entrar o
 salir, hablamos de la poca importancia que
 tiene ser la primera o la última persona.

*¿Sabéis hacer fila? ¿Os gusta hacer
 fila? ¿Os parece bien hacer fila? ¿Cómo os
 gusta hacer la fila?*

Haremos esta canción para cambiar el
 orden de colocación en la fila y experimentar
 lo anteriormente explicado.

Lo hacemos primero varias veces
 tarareando y después con la grabación del
 CD.

Nos ponemos en fila y cantamos:

Un, dos tres y a caminar.
 Ya está bien de descansar.
Mercedes, que es la última
 a todas pasará.

La niña nombrada se pone la primera
 mientras cantamos con gestos:

Una vuelta y parar.
 (*Elevamos los brazos y giramos*)
 Palmaditas, (*damos tres palmadas*)
 patalear. (*con las manos en la cadera
 damos tres pisotones*)

Repetimos la canción, nombrando a quien vaya en último lugar en cada momento.

Reflexión:

FUI AL MERCADO A COMPRAR CAFÉ.

https://youtu.be/1yQK_JwHZO4
<https://youtu.be/ofvOhW3PsKM>

Énfasis: **Distensión.**
Índice de cooperación: **7.**

Nos ponemos todas de pie.

Una solista canta cada uno de los versos por separado y el grupo repite uno después de otro.

Fui al mercado a comprar café
y una hormiguita se subió a mi pie.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar tomillo
y una hormiguita se subió a mi tobillo.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar mantequilla.
Y la hormiguita se subió en mi rodilla.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar plátano.
Y la hormiguita se subió en mi mano.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar mondongo
y una hormiguita se subió a mi hombro.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar maíz
y una hormiguita se subió a mi nariz.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar pomelo
y una hormiguita se subió a mi pelo.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

¡Ja, ja, ja!

Fui al mercado a comprar cerezas
y una hormiguita se subió a mi cabeza.
Y yo sacudía, sacudía, sacudía
y la hormiguita se reía.

Recogido en Quito 2015

Cada vez que nombramos una articulación del cuerpo la movemos bastante.
Al cantar *sacudía* agitamos mucho la articulación.

Reflexión:

- ¿Queréis comentar algo?
- ¿Cuidáis bien a las hormiguitas?
- ¿Os gusta vuestro cuerpo?
- ¿Cómo sentís las articulaciones?
- ¿Os gusta moveros?

Colocamos el espacio tal como lo encontramos al llegar.

REPASO Y TAREA con compromiso:

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.

Segunda sesión.

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

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.
Energizante.
Cooperación, ayuda mutua.
Distensión.
Situaciones específicas.
Relajación.
REPASO.
TAREA con compromiso.

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.

LOS PAPELES A LA PAPELERA. (Audio)

Énfasis: **Situaciones específicas.**

Les enseñé una copia ampliada del dibujo adjunto y les pregunto que qué ven.
Luego cantamos esta canción:

Los papeles a la papelera.
Que en el suelo hacen muy feo.



Reflexión:

Los papeles son muy importantes. Para fabricar papel hay que cortar árboles. Luego se hace papilla de árbol, se extiende y se hacen láminas finitas para escribir sobre ellas.

Pero a los árboles no les gusta que les corten. Son seres vivos y nos ayudan a tener una vida más sana en nuestro ambiente.

Así que los papeles los llevamos a la papelera. Además los papeles en el suelo están muy feos y producen mucha suciedad.

LA SILLA QUEMA.

Énfasis: **Energizante.**

Índice de cooperación: **6.**

Alguien dice con fuerza:

-La silla quema.

Y todas las personas se ponen de pie de manera que nadie toque la silla porque nos imaginamos que quema.

Alguien dice:

-El piso quema

Y todas se sientan elevando los pies de manera que no tocan el piso con ninguna parte del cuerpo.

Se pueden decir una de las dos cosas de manera aleatoria o incluso se puede decir dos veces seguidas la misma expresión.

CONSTRUCCIONES EN GRUPO.

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

Elegimos cuatro niñas y les ponemos delante de una caja con bloques de construcciones.

Les pedimos que hagan una construcción entre las cuatro.

Les pedimos que vayan colocando pieza a pieza siguiendo un turno rotativo. Cuando han cumplido tres turnos, hablamos sobre el resultado y sobre el proceso.

Lo repetimos con otras cinco niñas.

Reflexión:

¿Cómo hacéis cuando jugáis al puzzle vosotras?

¿Qué pasa cuando hacéis un puzzle con otras amigas?

UNA GORDA Y UNA FLACA. (Audio)

<https://youtu.be/B1FudqPvmKg>

Énfasis: **Distensión.**
Índice de cooperación: **7.**

Nos ponemos de pie para movernos.
Les enseño la siguiente canción.

Una gorda (1) y una flaca (2)
y una chimpancé (3) (4)
tocaban la flauta. (5)
Olairí la le.(6)

A la vez que cantamos hacemos gestos:

- (1)= Estiramos los brazos a ambos lados como si estuviéramos gordas.
- (2)= Acercamos las palmas de las manos como mostrando algo delgado.
- (3)= Mano derecha por encima del cuello.
Mano izquierda por debajo del sobaco izquierdo.
- (4)= Mano izquierda por encima del cuello.
Mano derecha por debajo del sobaco derecho.
- (5)= Gestos como de que tocamos una flauta con las dos manos moviendo los dedos en fila delante de los labios.

(6)= Elevamos los brazos bien arriba, giramos las muñecas y los dedos en lo alto.

Lo podemos recitar con énfasis en los acentos o lo cantamos.

Repetimos la canción un par de veces tal como es.

La siguiente vez la cantamos sin decir la palabra gorda pero haciendo todos los gestos.

Lo cantamos más veces pero cada vez que la cantamos callamos una palabra más **flaca, chimpancé, flauta.** Siempre manteniendo los gestos.

Finalmente cantamos toda la canción entera con los gestos y una vez más pensando la canción pero sin decirla. Toda muda.

Al final caminamos en fila y cantamos al canción un vez.

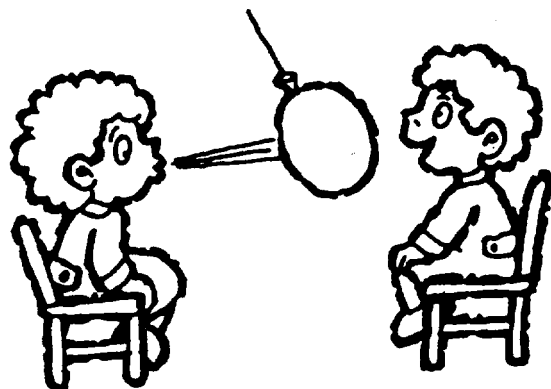
Recogida en Managua. 09

Reflexión:

¿Qué os pareció?

¿Cómo os sentís?

¿Esta canción os recuerda algo?



SOPLAR EL GLOBO.

<http://www.youtube.com/watch?v=FQrccRhd17c>

Énfasis: **Relajación.**

Índice de cooperación: **7.**

Preparamos un globo inflado atado con un trozo de lana de unos veinte centímetros de longitud.

Lo levanto en lo alto y dos niñas que estarán una a cada lado mirándose, comenzarán a soplar en direcciones opuestas.

Seguimos con la actividad añadiendo dos niñas más de manera que ahora habrá cuatro niñas soplando al mismo globo.

Ahora lo puede hacer otro grupo de cuatro mientras las demás miran y dicen lo que pasa.

Cuando hay más de una dinamizadora, cada una puede tener un globo y trabajar con un grupo de niñas.

O podemos pedir a una niña que se suba a una silla y levante un globo en el aire mientras sus compañeras soplan.

Reflexión:

¿Os gusta soplar?

¿Cómo os sentís cuando sopláis?

Tercera sesión.

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

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.
Distensión:
Cuento.
Estima.
Expresarse.
Cooperativo.
REPASO.
TAREA con compromiso.

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

Colocamos el espacio tal como lo encontramos al llegar.

REPASO Y TAREA con compromiso:

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.

Conectamos con la tutora para que nos ayude a recordar que deben hacer la tarea.

MI BARBA TIENE TRES PELOS. (Audio)

http://youtube.com/watch?v=_eLs_qvKRrg

Énfasis: **Distensión.**

Índice de cooperación: **7.**

Les enseño a cantar la siguiente canción acompañada de gestos:

Mi barba tiene tres pelos.
Tres pelos tiene mi barba.
Si no tuviera tres pelos,
ya no sería mi barba.

Gestos:

Barba= Movimiento estirando la mano desde la barbilla hacia abajo.

Tres= Mostrar levantados tres dedos de la mano.

PeLOS= Tocarse el pelo de la cabeza.

No= Con un dedo elevado moviendo a derecha e izquierda como diciendo que no.

Cada vez que se canta la canción vamos eliminando consecutivamente una de las palabras (*barba, tres, no, pelos*) resaltadas haciendo en su lugar el gesto hasta que no se nombra ninguna de las palabras anteriores.

Un último paso sería realizar el proceso inverso. Ir eliminando gestos hasta cantar toda la canción completa.

EL ERIZO.

Cuento.

Énfasis: **Dinámica general de los conflictos.**

Hablamos de los erizos. Tienen espinas en el cuerpo y eso les produce algunos problemas.

*¿Qué problemas pueden tener?
¿Cómo los resolverán?*

Elijo un grupito de participantes (4 – 6, un equipo, ...). Les pido que salgan al frente del grupo.

A cada uno le doy dos lapiceros o marcadores que simulen las espinas de los erizos.

Cada persona se los coloca como punzones a la altura del diafragma.

Pongo a cada participante en una esquina de la sala.

Les digo:

En la antigüedad los erizos vivían en el bosque

Pero no querían estar separados. Eso les aburría y además hacía muchísimo frío ...

Decidieron juntarse y abrazarse, porque no tenían mantas ni abrigos para calentarse. . .

(Les ayudo a que escenifiquen esa conjunción).

Cuando se abrazaban se pinchaban con las espinas y eso no

les gustaba. Así que decidieron separarse.

(Se vuelven ala esquina de donde partieron).

Pero allí se aburrían y tenían mucho frío, así que decidieron acercarse de nuevo ... y abrazarse ... (se abrazan por los hombros) poniendo las espinas por detrás de manera que no se pinchan.

A partir de entonces pudieron disfrutar del calor y de la compañía.

Hablamos acerca de la actividad y la repetimos con otro grupo.

Reflexión:

¿Qué os parece?

¿Sucede esto entre vosotras también?

¿Cómo lo solucionáis?

Propuesta de continuidad:

Podemos hacer la actividad enseñándoles la siguiente presentación y repitiendo la reflexión:

<http://pazuela.wordpress.com/files/2009/04/elpuearcoespina.pps>

SALTARÁS Y ESTUDIARÁS

<https://youtu.be/tZW5vVazDgl>

Énfasis: **Estima.**

Índice de cooperación: **7.**

Al comenzar la sesión les canto:

Profe:

*- Hola, niñas, solo las niñas
¿cómo están?*

Contestan solo las niñas.

- Muy bien, muy requete bien.

Profe:

*- Hola, niños, solo los niños..
¿cómo están?*

Contestan solo los niños.

- *Muy bien, muy requete bien.*

Profe:

*Hola, mis amores
¿cómo están?*

Contestan todas las niñas y niños:

- *Muy bien, muy requete bien.*

Cantan todas las niñas y niños:

*Hola, profe
¿cómo estás?*

Profe:

- *Muy bien, muy requete bien.*

Grupo:

*Saltarás y estudiarás
en el día de hoy.
Que seas muy feliz
en el día de hoy.*

*Trabajar y jugar.
Muy contentas estar.
Que la clase
va a empezar.*

Profe:

*Hola, niñas, solo las niñas
¿cómo están?*

Contestan solo las niñas.

- *Muy bien, muy requete bien.*

Profe:

*- Hola, niños, solo los niños..
¿cómo están?*

Contestan solo los niños.

- *Muy bien, muy requete bien.*

Profe:

*Hola, mis amores
¿cómo están?*

Contestan todas las niñas y niños:

- *Muy bien, muy requete bien.*

Cantan todas las niñas y niños:

Hola, profe

¿cómo estás?

Profe:

- *Muy bien, muy requete bien.*

Probablemente haya que cantar al menos dos veces la actividad.

Reflexión:

- ¿Cómo están hoy?
- ¿Cómo se sienten?
- ¿Alguien está triste?
- ¿Se quieren mucho?
- ¿Te quieren mucho?

Recogido en Bogotá 2015

CINCO PALOMAS. (Audio)

https://youtu.be/FQf_IYn5p0c

Énfasis: **Cooperación**, distensión.
Índice de cooperación: **9**.

*Cuando yo era pequeña, mi abuela
Juanita tenía palomas en casa.*

*Las cuidaba y las preparaba unas
casitas en la parte cercana al tejado.*

Nos colocamos de pie en círculo con las manos sueltas y cantamos:

Cinco palomas en un palomar

La una le dice a la otra:

Que me tuerzo,
Que me retuerzo.

- En las sílabas subrayadas flexionamos el cuerpo hacia abajo.
- En las sílabas subrayadas con doble línea estiramos el cuerpo hacia arriba.
- En las sílabas subrayadas con línea gruesa flexionamos el cuerpo suavemente hacia el lado derecho.
- En las sílabas subrayadas con línea ondulada flexionamos el cuerpo ligeramente hacia la izquierda. Siempre ayudándonos para no caernos.

Damos un pasito de hormiguita hacia delante.

Damos las manos a las compañeras de los lados o nos agarramos de gancho.

Cantamos de nuevo:

Cuatro palomas en un palomar

La una le dice a la otra:

Que me tuerzo,

Que me retuerzo.

Damos un pasito de hormiguita hacia delante.

Ponemos nuestros brazos con suavidad en la espalda de las compañeras.

Cantamos de nuevo:

Tres palomas en un palomar

La una le dice a la otra:

Que me tuerzo,

Que me retuerzo.

Ponemos los pies y las piernas tocando a los pies y piernas de las compañeras de los lados y cantamos:

Dos palomas en un palomar

La una le dice a la otra:

Que me tuerzo,

Que me retuerzo.

Ponemos el pie derecho en medio de los dos pies de nuestra pareja y ella derecha superando su pie izquierdo y cantamos:

Una paloma en un palomar

La una le dice a la otra:

Que me tuerzo,

Que me retuerzo.

Recogido en Bogotá, 2002

Reflexión:

¿Qué os ha parecido?

¿Cómo os habéis sentido?

¿Os gusta jugar en grupo?

¿Os parece mejor jugar cada uno a lo que quiera?

¿Ha molestado alguien?

¿Es divertido que te molesten?

¿Es divertido molestar?

Colocamos el espacio tal como lo encontramos al llegar.

REPASO Y TAREA con compromiso:

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:

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.
Cooperación.
Distensión.
Escucha activa.
Contacto / Masaje
REPASO.
TAREA con compromiso.

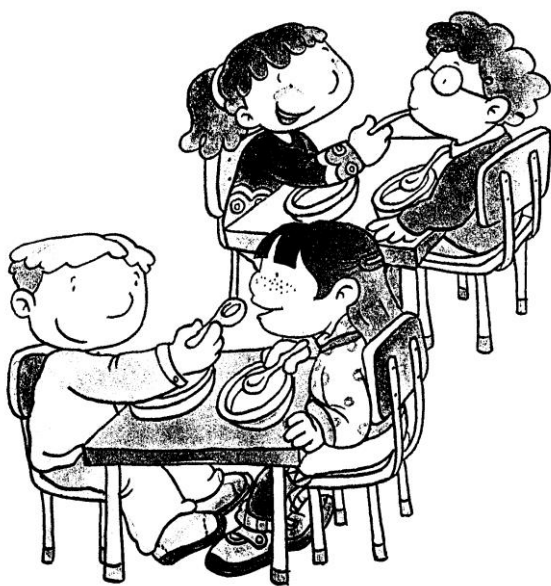
Organizaremos el espacio necesario para poder realizar las actividades.

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.



COMER A CIEGAS.

https://youtu.be/ah_69eusr1E

Énfasis: **Cooperación.**

Índice de cooperación: **8.**

Nos colocamos por parejas.

Les tapamos los ojos con un pañuelo.

Será más interesante si les ponemos la merienda después de haberlas tapado los ojos.

Ambas participantes se sientan frente a frente.

Cada una da la merienda con los ojos tapados a la otra:

Galletas,
Patatas fritas.
Arroz con leche,
Un sandwich.

....

Se lo da real y físicamente.

Nadie puede tocar su propio plato, cuchara o alimento.

Se trata de disfrutar compartiendo un desayuno o merienda.

Una vez explicada la actividad, es conveniente que todas participen en ella sin que haya espectadoras.

Finalmente se destapan los ojos y hacemos la reflexión.

Reflexión:

¿Qué os pareció?

¿Qué pasó?

¿Os gusta dar de comer a las demás?

¿Habéis tenido alguna sensación?

¿Os ha molestado algo en especial?

¿Habéis hablado?

¿Os habéis ayudado?

¿Queréis deciros algo la una a la otra con los ojos abiertos?

¿A QUÉ QUIERES JUGAR?

Énfasis: **Expresarse.**

Antes de salir al patio les pregunto a qué quieren jugar. Y les pregunto cómo se juega a eso.

Quien quiere jugar a correr se pone en una esquina.

Quien quiere jugar con la arena se pone en otra esquina.

Quien quiere jugar con la pelota, al escondite,

Y hablamos a cerca de los distintos juegos que conocen y practican, de las normas que les ponemos, de los problemas que tienen con los juegos,

En el colegio Miguel Delibes les gusta jugar a Frozen (congelado), al toro, a la Bella Durmiente, a correr, a escarbar en el arenero contando piedras, caracoles, tesoros, a los coches de carreras,

CERQUITA, CERQUITA, CERQUITA. (Audio)

<http://www.youtube.com/watch?v=nqFHzJ3hFyQ>

Énfasis: **Distensión.**

Índice de cooperación: **7.**

Nos ponemos de pie en círculo con las manos sueltas.

La dinamizadora canta estrofa por estrofa y el grupo repite cada una de las estrofas.

Cerquita, cerquita, cerquita.
Muy lejos, muy lejos.
(bis)

Saltan los conejos
frente al espejo.
Dan la vuelta y se van.
(bis)

Cerquita, cerquita, cerquita.
Muy lejos, muy lejos.
(bis)

Comen zanahorias,
Ñam, ñam, ñam.
Todos los conejos
Dan la vuelta y se van.
(bis)

Cerquita, cerquita, cerquita.
Muy lejos, muy lejos.
(bis)

Tiran muchos besos,
Muac, muac, muac.
Todos los conejos
Dan la vuelta y se van.
(bis)

En cada verso hacemos lo que se indica.

En el primer verso caminamos hacia delante como hormiguitas.

En el segundo verso caminamos como hormiguitas hacia atrás.

Saltan = saltamos.

Dan la vuelta = giramos sobre nosotras mismas.

Comen = Hacemos gestos de llevar alimentos a la boca.

Tiran muchos besos = Ponemos la palma de la mano sobre los labios para lanzar besos al aire.

EL JUEGO DEL ECO.

<http://www.youtube.com/watch?v=whA7rE5osJg>
<https://youtu.be/RXLYSCF2OWw>

Énfasis: **Escuchar.**

¿Sabéis lo que es el eco? ¿Habéis estado en algún sitio donde había eco? El bosque, la montaña, . . .

En mi pueblo hay dos montañas. Me subo a una motaña. Miro a la otra y la digo:

- Montaña

La otra me escucha con atención y responde:

- Aña, . . . aña, . . . aña

Si digo:

- Ventana

La montaña responde:

- Ana . . . , ana . . . , ana

Vamos a hacer un ejemplo.

Yo digo una palabra y vosotras repetís el final como si fuerais el eco.

Solista: Clodomira

Grupo: *Mira . . . , mira . . . , mira*

Solista: *Chancho*

Grupo: *Ancho . . , ancho . . , ancho*

La solista dice una palabra y el grupo repite el eco.

Podemos enseñarles a cantar la **canción del eco**.

<http://www.youtube.com/watch?v=ifeF2FICVp8>

<http://www.youtube.com/watch?v=SA50sVzyHMc>

<http://www.youtube.com/watch?v=bZlInZLv-A0>

<https://vimeo.com/23945734#>

¿Quién está en la ventana?

Ana, Ana.

¿Qué hace Clodomira?

Mira, mira.

¿Cómo es el chanchito?

Ancho, ancho.

¿Quién cogió la peste?

Este, este.

¿Qué le da a Marisa?

Risa, risa.

¿Quién comió la fresa?

Esa, esa.

¿Quieres empanada?

Nada, nada.

¿Qué quiere Tomás?

Más, más, más.

¿Qué es lo que hace Clara?

Ara, ara.

¿Quién se echó la siesta?

Esta, esta.

¿Cómo es mi cabello?

Bello, bello.

¿Quién pintó el armario?

Mario, Mario.

¿Qué tiene el tesoro?

Oro, oro.

¿Qué grita la burra?

Urra, urra.

¿Quién picó a la foca?

Oca, oca.

¿Qué quiere Tomás?

Más, más, más.

Los versos impares los canta la solista. Los pares el grupo.

Podemos intentar que algunas niñas hagan de solista.

Solista:

Grupo:

Después les pedimos que en lugar de palabras digan expresiones, frases más o menos largas.

Solista: *Buenos días.*

Grupo: *Días, días.*

Solista: *Me gusta el colegio.*

Grupo: *Egío, egío.*

Solista:

Reflexión:

¿Es fácil escuchar lo que dice otra persona?

¿Es fácil repetir lo que escuchamos?

¿Alguna vez repetís lo que escucháis?

¿Alguna persona repite lo que vosotros decís?

EL CUENTO DEL BOSQUE.

Énfasis: **Premasaje**, contacto.

Índice de cooperación: **9**.

En una sala amplia, nos ponemos de pie y formamos un círculo mirando la espalda de la compañera del lado derecho.

Puede ser conveniente hacer la actividad sentados en una silla de manera próxima a quien está al lado.

Tocaremos suavemente con nuestras manos sobre la espalda de la compañera mientras contamos un cuento.

2. *Al salir del pueblo me fui hacia el bosque*

(hacemos gestos sobre la espalda de adelante como si camináramos)

3. *Y allí había **hormigas***

(pasamos los dedos suavemente por la espalda)

que caminaban lentamente, se subían y bajaban.

5. *También había **gusanitos** que caminaban muy lentamente*

(los imitamos tocando con la punta de los dedos sobre la espalda).

● *Después encontré **saltamontes***

(imitamos los saltos del saltamontes)

que se lo pasaban muy bien sin molestar a las hormigas

(recordamos los movimientos de las hormigas).

● *También había **conejos** que corrían y saltaban. . . .daban vueltas por el bosque lleno de árboles.*

- *Había una **ovejita** ,*
- *Un **caballo**. . . .*
- *Cada uno corría por el bosque mirándose y sonriendo*
- *También había un **elefante** que pisaba con fuerza pero sin hacer daño a nadie, sin pisar ninguna planta. . . . (Vamos imitando los movimientos de estos animales sobre la espalda de la compañera de adelante).*

Después nos ponemos mirando hacia el lado contrario y lo repetimos sin que yo cuente el cuento.

Paso los movimientos sobre la espalda de la niña o el niño que tengo delante y han de ir adivinando qué animal está en escena.

Hace falta bastante silencio para no poner nerviosos a los animales.

Podemos inventarnos otros animales como monos, oso dormilón, hipopótamo que frota la nariz en la espalda, . . .

Reflexión:

- ¿Quién quiere comentar algo?
- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Qué sensaciones habéis tenido?
- ¿Habéis tenido alguna dificultad?
- ¿Alguien os ha molestado?
- ¿Creéis que os han pasado bien los dibujos?
- ¿Podemos divertirnos sin molestar a nadie?
- ¿A quién le ha parecido fácil?
- ¿A quién difícil?
- ¿Qué tenemos que hacer para transmitir bien el mensaje?
- ¿Qué tenemos que hacer para recibir bien el mensaje?
- ¿Y para entenderlo?
- ¿Cómo se transmiten los mensajes las personas en la familia, en la clase, etc...?

¿Cómo se puede transmitir un mensaje a mucha gente a la vez?, etc...

Tomamos conciencia de lo que significa transmitir un mensaje y recibirlo.

Pensamos en distintos medios para transmitir y recibir mensajes.

Compromiso:

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

2- Nuestra sugerencia: Nos comprometemos a transmitir bien los mensajes, con voz suave y despacio, con paciencia. Guardaremos silencio cuando nos hablen y haremos poco ruido para escuchar bien y recibir bien los mensajes que nos den en clase, en casa, etc...



Colocamos el espacio tal como lo encontramos al llegar.

REPASO Y TAREA con compromiso:

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.

Quinta sesión.

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

Repaso del día anterior.
Repaso del compromiso.

Autoestima.
Generar decisiones.
Estima.

Repasar y afianzar el trabajo hecho en todas las sesiones.

Aplicación.
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.

MI CUERPO ES CAPAZ DE . . .

Énfasis: **Autoestima.**

Una por una las niñas van saliendo al frente del grupo para realizar una acción con su cuerpo y que las demás podamos observar.

Por ejemplo saltar, correr, bailar, girar, saltar girando, tocar el suelo, rodar, sentarse de golpe, voltereta, andar de puntillas,

Mira lo que hago

Lo que puedo hacer con mi cuerpo es (y lo hago).

O lo pueden hacer sobre una alfombra que tenemos en el centro.

Procuraremos que salgan a hacer un ejemplo especialmente quienes tengan dificultades de integración.

Reflexión:

¿Qué os parece?

¿Os gusta vuestro cuerpo?

¿Estáis a gusto con él?

¿Podéis hacer todo lo que os apetece con vuestro cuerpo?

¿Qué puedes hacer con las piernas?

¿Qué puedes hacer con los brazos?

¿Qué puedes hacer con los hombros?

¿Podemos todas hacer las mismas acciones?

Cada una tenemos cuerpos diferentes y podemos hacer cosas distintas y todo está bien.

Tenemos un cuerpo maravilloso.



SOY PELOTA DE PING-PONG. (Audio)

<http://www.youtube.com/watch?v=EaF3BPNrfdE>

<http://youtu.be/MnxBeRc-ZYo>

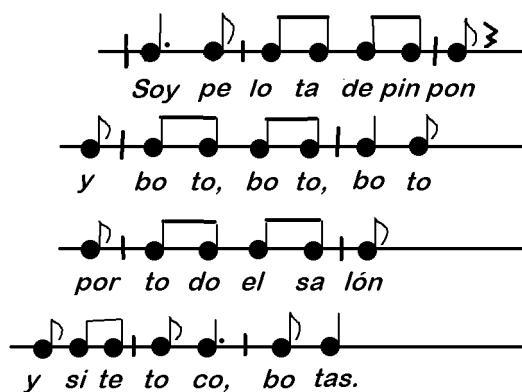
<https://youtu.be/6Llezy7ItCU>

Énfasis: **Energizar.**

Índice de cooperación: **7.**

¿Os gustan las pelotas de goma?
 ¿Conocéis las pelotas de tenis?
 Hay unas pelotas pequeñas que se golpean con unas raquetas pequeñas.
 Son las pelotas de ping-pong.

Me pongo de pie en el centro saltando con los pies juntos y recitando.



Soy pelota de ping-pong
 y salto, salto, salto
 por todo el salón
 y si te toco saltas.

Entonces toco a alguien que sale al centro y saltamos cantado:

Salta, salta, salta.

Repetimos el recitado mientras saltamos por la sala las personas que estamos de pie.

Cuando llegamos a: *y si te toco botas.*
 cada una de nosotras saca a escena a otra persona hasta que saltan todas las que quieren participar.

Después les pregunto:

¿Alguien quiere saltar como pelota de tenis?
 Pues salta, vamos a saltar.

Soy pelota de tenis
 y salto, salto, salto
 por todo el salón.

¿Quién quiere ser pelota de balonvolea? Pues ven a saltar.

Soy pelota de balonvolea

y salto, salto, salto
 por todo el salón y si te toco

Podemos saltar como
 pelota de voleiboll,
 de baloncesto,
 pelota gigante,
 pelota muy saltarina,
 de bádminton que va lentamente.

O como pelota gigante que tiene un círculo superamplio por encima de la cabeza.

Variación:

Una vez que el grupo conoce la retahíla, las personas participantes saltan y cantan de dos en dos, de tres en tres, de X en X

¿QUÉ PODEMOS HACER SI . . . ? (A)

Énfasis: **Generar decisiones.**

Les digo que estoy pensando cómo resolver conflictos y que necesito su ayuda.

Ejemplos:

¿Qué podemos hacer si

-quieres lavarte y no tienes agua?
- tienes muchas ganas de hablar y no te escucha nadie?
- . . . se hiciese de noche repentinamente?
- . . . te vas a sentar y no hay silla?
- un día no hay nada de comida en tu casa?

Pido respuestas a mano alzada y pregunto al grupo si esas soluciones propuestas son eficaces.

LA LIMPIADORA DE ESTATUAS.

Énfasis: **Confianza.**

Índice de cooperación: **7.**

Necesitamos un sitio amplio libre de obstáculos.

Les cuento que en la ciudad hay un museo con estatuas.

¿Sabéis lo que es una estatua?

A ver ¿quién quiere salir a hacer como si fuera una estatua para que le vean?

Ponemos cuatro niñas por la sala para que se las vea y estén quietas como estatuas.

Por la noche entra una persona a limpiar el polvo a las estatuas pero como es de noche no ve nada.

Así que una niña **cierra los ojos** y entra en el museo a oscuras.

Cuando toca una estatua (*otra niña*), la limpia el polvo con los ojos cerrados.

Ahora que habéis entendido la historia, todas las niñas y niños se ponen de estatua esparcidas por la sala.

Las niñas se moverán por todos los lugares y cuando la educadora diga: "Ya" , todas quedarán quietas como estatuas sin hablar.

La última niña que era estatua y se la limpió el polvo es la que entrará con los ojos cerrados a limpiar el polvo a otra estatua.

Entonces la que tiene los ojos cerrados se desplaza hasta encontrar una estatua para limpiarla el polvo. Esta será la limpiadora en la próxima ocasión.

Se repite el juego con el mismo mecanismo varias veces.

Podemos pedir que haya tres o cuatro limpiadoras de estatuas a la vez.

Reflexión:

- ¿Hemos pasado miedo?
- ¿Nos gusta ir con los ojos cerrados?
- ¿Confiamos en las amigas cuando nos tocamos?
- ¿O tenemos miedo de hacernos daño?

CUENTA LA HISTORIA QUE . . . (Audio)

Énfasis: **Estima.**

Índice de cooperación: **8.**

*¿Conocéis la serpiente cascabel?
Una serpiente perdió su rabito y nos pidió ayuda para encontrarlo.*

Cuen ta la-his to ria que del
mon te ba jó u na ser
pien te-a bus car en la pra
de ra la co la que per dió.
¿Has vis to tú un pe da cín
de mi ra bín?

Les pido que cierren los ojos y se los tapen con las manos.

Escondo un cascabel (o un manojo de llaves) debajo de la silla de una niña y comienzo a pasear por el aula cantando.

Al llegar a *perdió* me acerco a una niña para preguntar cantando lo que falta.

Si ella no tiene el cascabel debajo de su silla, se pone detrás de mí y seguimos buscando lo que se ha perdido para ayudar a la serpiente.

Lo repetimos varias veces hasta que preguntemos a alguien que tiene el cascabel debajo de su silla.

En ese momento esa niña se pone la última. Cantamos la canción paseando por el aula mientras suena el cascabel y al final de la canción exclamamos todas:

- ¡Y ya lo encontré!

Podemos sugerir que para pasar al final detrás de mí pase la niña por debajo de las piernas de quienes estamos en la fila.

Reflexión:

¿Quién quiere decir algo sobre la actividad?

¿Os gusta ayudar a quienes lo necesitan?

¿Os gusta que os ayuden?

En valenciano se canta:

*Aquesta es la dansa de la serp
que baixa de la muntanya
per a buscar la seua cúa
que va perdre allí.
¿Eres tú la meua cua que he perdut?*

Después hablamos de los conflictos que surgen cuando perdemos algo. Cómo nos sentimos. Qué hacemos. Cómo podemos ayudarnos mutuamente.

Colocamos el espacio tal como lo encontramos al llegar.

EVALUACIÓN FINAL, especialmente DOCENTE.

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

Valoramos la utilidad de lo que hemos estudiado.