

**PROGRAMA DE CONVIVENCIA
PARA TRES 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:	ME LLAMO - - - ¡ ESO!
Conocerse:	¿DE QUIÉN ES ESTO?
Cooperativo:	PUÑO, PUÑETE CON EL PALO.
<i>Dinámica general:</i>	EL SEMÁFORO Y EL COCHE.
Distensión:	SOL, SOLECITO.
	Repaso y TAREA con compromiso

2ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
	Repaso
Situaciones específicas:	BUEN DÍA, BUEN DÍA.
Energizante:	MI GRAN AMIGO JUAN.
Cooperación:	EL TRENECITO CORRE QUE TE CORRE
Distensión:	DOS MANITAS, DIEZ DEDITOS
Relajación:	TIC, TAC, TIC, TIC, TAC
	Repaso y TAREA con compromiso

3ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
	REPASO
Distensión:	MI CABEZA, MI CABEZA YO LA MUEVO.
Cuento	ESTOY TRISTE.
Estima:	AGUA DE LIMÓN.
Cooperativo:	EXTREMADAMENTE LARGA.
	Repaso y TAREA con compromiso

4ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
Cooperación:	
Expresarse:	
Distensión:	
Escucha activa:	
Contacto / masaje:	
	Repaso y TAREA con compromiso

5ª sesión.

Objetivo:	Nombre de la actividad.
Autoestima:	_____
<i>Energizante</i>	_____
Generar decisiones:	_____
Confianza:	_____
Estima:	_____
	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.

ME LLAMO - - - ¡ESO!

http://www.youtube.com/watch?v=La7_S9P5yyg
<https://youtu.be/znkTaU4pb20>

Énfasis: **Nombres propios** distensión.
Índice de cooperación: 7.

Les indico que cada vez que alguien dice su nombre, todo el grupo dice con firmeza y alegría:

- ¡Eso!

Comenzamos:

Solista:

- Me llamo Rafa.

Grupo:

- ¡Eso!

Otra persona:

- Me llamo Mica.

Grupo:

- ¡Eso!

Si alguna niña tiene dificultad en expresarse, la ayudamos:

Grupo:

- Se llama Luz.

Grupo:

- ¡Eso!

Va realizando la actividad cada una de las participantes, una después de la otra siguiendo un orden voluntario o predeterminado.

¿DE QUIÉN ES ESTO?

<http://www.youtube.com/watch?v=OdQLafq8sjc>

Énfasis: **Conocerse.**

Índice de cooperación: 8.

Cojo un objeto personal de la sala y pregunto a una niña concreta: **Resti ¿de quién es esta bufanda?**

Resti dirá el **nombre** de la niña o niño a quien pertenece.

Lo repetimos con diferentes objetos de otras niñas: un juguete, un babero, un abrigo, un vaso, un libro, . . .

Preguntamos a más niñas y niños indicando que no debe decir nada la niña o niño a quien pertenece pues se trata de que lo adivinen las demás.

Variación:

Cada niña deja un objeto personal en el centro de la sala. Sale una niña, coge un objeto que no sea suyo con los ojos cerrado

y ha de adivinar el nombre a quien pertenece.

Reflexión:

Hablamos de las cosas que tienen, de los gustos que tienen, de las cosas que necesitan, de las cosas que les sobran, . .

PUÑO, PUÑETE CON EL PALO.

Énfasis: **Cooperación.**

Índice de cooperación: **9.**

Cogemos una pica, un palo de escoba o un tubo de cartulina de una altura aproximada a 50 cm.

Lo apoyo en el suelo o sobre una mesa sujetándolo por la parte superior.



Pedimos a dos niñas que se acerquen y digo:

PUÑO, PUÑETE,
PUÑO, PUÑETE,
PUÑO, . . .

Con cada palabra les animo a que vayan agarrando el palo con una mano de forma alternativa.

Primero pone un puño una niña después otra, después otro puño la primera niña y finalmente el último puño la otra niña.

Hacemos lo mismo a la reversa para ir soltando las manos.

Repetimos la actividad, esta vez con tres niñas.

Le pido a la primera que sujete la base del palo con la mano derecha. Le pido a la

segunda que sujete el palo con su mano derecha colocándola por encima de la niña anterior. Pido a la tercera niña que sujete el palo con su mano derecha colocándola por encima de la niña anterior.

Les pido a continuación lo mismo con la mano izquierda.

Después les pido que quiten la mano una por una de manera ordenada y consecutiva.

Lo hacemos cantando

Puño, puñete,
cascabelete.
¿Qué es esto?

Un puño.

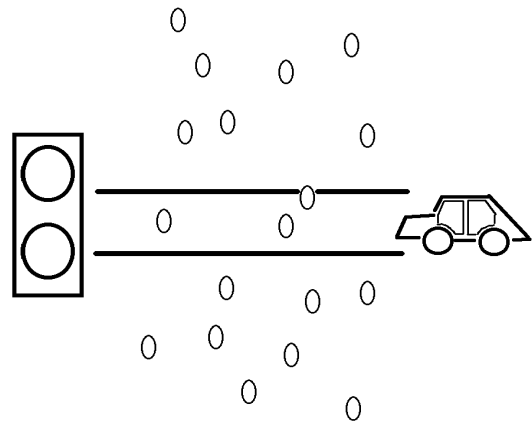
Y esto es . . .

Un puñete.

Pon tu puño y vente.

. . .

Repito la actividad con cuatro niñas más y después con otros grupos.



EL SEMÁFORO Y EL COCHE.

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

Buscamos una sala amplia para poder movernos ampliamente.

En el centro dibujamos dos líneas paralelas separadas tres metros una de la otra y que sean perpendiculares a los lados más largos de la sala.

Las personas del grupo corren por la sala libremente, incluso pisando en el interior de ese pasillo.

En un extremo de este pasillo imaginario se coloca la dinamizadora de pie que hará de coche y de semáforo.

Lleva en la mano un objeto rojo y otro verde, ambos escondidos.

Cuando la dinamizadora levanta el objeto rojo, nadie puede cruzar por el pasillo y ella va por el pasillo como si fuese un coche que atraviesa la calle y puede atropellar a quienes están en ella.

Cuando la dinamizadora levanta un objeto verde, el coche no puede pasar por la calle y las participantes cambian de acera, de lado.

No es necesario ponerse nerviosas cuando el semáforo está en verde porque no pasarán los coches ni es prudente *torear* a los coches cuando el semáforo está en rojo porque te pueden pillar.

Reflexión:

Una vez finalizada la actividad es conveniente hacer comentarios que la relacionen con la realidad, con los problemas del tráfico y la circulación, con el orden y el uso de las normas. Con el respeto.

¿Qué os ha parecido la actividad?

¿Cómo os habéis sentido?

¿Habéis tenido miedo?

¿Os habéis puesto nerviosas?

¿Os parece importante que haya normas para que el tráfico funcione sin problemas?

Recogido en CEP Alcorcón. 2000



SOL, SOLECITO. (Audio)

<http://youtu.be/b4GcEDNIOqw>

http://youtu.be/DI4_aM8N2dA

Énfasis: **Distensión**, cooperación.

Índice de cooperación: **8**.

Hablamos del Sol.

¿Nos gusta?

¿En qué momentos nos gusta más?

Nos ponemos de pie.

Formamos un corro y agarramos de las manos a las compañeras de los lados.

Cantamos la primera estrofa moviéndonos hacia un lado.

Cantamos la segunda estrofa moviéndonos hacia el lado contrario.

Lo recitamos todo dando mucho énfasis a los acentos prosódicos e improvisando ligeramente algún tipo de melodía simple.

En la tercera estrofa cada vez que se nombra un día de la semana, hay que agacharse y volverse a levantar.

SOL SOLECITO

Sol so - le - ci - to, ca -
lién - ta - me un po - qui - to, por
hoy y por ma - ña - ña por
to - da la se - ña - ña.

Sol, Solecito.

Caliéntame un poquito.

Para hoy y mañana.

y toda la semana.

Lunes,

Martes,

Miércoles,

Jueves,

Viernes,

Sábado y

Domingooooo!

Podemos recitar los meses del año.

Reflexión

¿Os gusta ir de la mano de otra persona?

¿Es difícil? ¿Qué podemos aprender si caminamos todos juntos de la mano?

¿Cómo podemos ayudar a otros a caminar bien si les damos la mano?

¿Alguien ha dado tirones?

¿Alguien se ha hecho daño?

¿Qué hay que hacer para no caerse jugando así?

¿Repetimos el juego?

Variación:

<https://youtu.be/QVBdKuuaa1jo>

Podemos hacer la actividad de pie en círculo mirando la espalda de la persona que está en el lado derecho.

Podemos repetir la canción varias veces. Cada vez con modalidades diferentes.

Manos en los hombros, en la cintura de quien está delante.

Cada vez que decimos un día de la semana doblamos las rodillas hasta ponernos en cuclillas y nos levantamos. Así en cada uno de los días de la semana.

Compromiso:

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.

Observamos si los niños y las niñas progresan en el cuidado de los demás compañeros y compañeras, si hacen cosas juntos sin molestarse, y cuando observamos una conducta espontánea cooperativa lo valoramos en voz alta.

Ponemos tareas en las que se necesite la cooperación. Por ejemplo, doblar una tela grande, transportar una silla o una caja entre varias, 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.

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.

BUEN DÍA, BUEN DÍA.

http://youtu.be/huuEiIR_aUM

Énfasis: **Situaciones específicas.**

Buen día, buen día,
buen día tengáis
y todas al cole
contentas vengáis.

Hacemos gestos amplios al cantar. En el tercer verso señalamos a todas y cada una de las personas del grupo con el dedo índice.

En el cuarto verso nos tocamos los hombros. El derecho con la mano izquierda. El izquierdo con la mano derecha. Como si cada persona se estuviera abrazando a sí misma y balanceando ligeramente los hombros.

Recogido en Illary, 2012

Variaciones:

Buenas tardes, buenas tardes,
buenas tardes tengáis
y todas al cole
contentas vengáis.

*Good morning, good morning,
Good morning to you.
And we all together
are happy and fun.*

MI GRAN AMIGO JUAN. (Audio)

Énfasis: **Energizar**, contacto.
Índice de cooperación: **7**.

Nos ponemos de pie.
Les indico que subir es elevar los brazos lo más alto posible.
Bajar es llevar los brazos lo más bajo posible.
La mitad está señalando a la altura de la cintura.
Cantamos haciendo gestos de subir (2), bajar (1) y de estar en medio (3) mientras nos desplazamos en círculo.

**Mi gran amigo Juan
tenía una afición. (1)**

**Subía a la montaña (2)
y bajaba otra vez. (1)**

**Así como subes tú. (2)
Así como bajo yo. (1)
En la mitad del camino (3)
ni subes (2) tú ni bajo yo. (1)**

Podemos enseñarlo al grupo con la modalidad de que la dinamizadora canta un verso y el grupo lo repite.

Lo repetimos varias veces.
Cada vez nos movemos en círculo en un sentido diferente.

Si es posible lo hacemos algo más rápido o algo más lento.

Recogido en San José de Apartadó (Colombia) 06

EL TRENECITO CORRE QUE TE CORRE. (Audio)

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

Nos ponemos de pie en fila.
Hablamos de los trenes. Cómo son.
Si han viajado en tren.
*¿Os gusta viajar? ...
¿Montar en tren? ...
¿A dónde queréis viajar?
Vamos para allá.*

Agarramos por los hombros o por la cintura a quien está delante como si fuésemos vagones de tren y cantamos a la vez que caminamos.

El trenecito
Corre que te corre.
Muy contento
plta sin parar.
Va a Sevilla.
Deja a las viajeras.
Con su ritmo
Dice este cantar:
Chucu chucu chucu.
Chucu chucu chucá
Chucu chucu chucu.
Chucu chucu chucá

*Primera parada!
¿Os gusta Sevilla?
¿Qué os parece?*

Repetimos la canción y decimos otra ciudad en lugar de Sevilla.

¿Qué ciudades conocéis?

Repetimos la actividad varias veces y cada vez que acabamos la canción paramos.

Miramos la nueva estación y hablamos de una nueva ciudad.



*El tre ne ci to co rre que te co rre.
Va a Se vi lla. De ja las via je ras.*



*Muy con ten to pi ta sin pa rar.
Con su rit mo di ce es te can tar:*



Chucu, chucu, chucu. Chucu, chucu, cha.

Dos manitas,
diez deditos.
Cuéntalos conmigo.

Uno, dos,
tres deditos.

Cuatro cinco,
seis deditos.

Siete, ocho,
nueve deditos.

Y uno más
son diez.

Recogido en Managua, 09

Reflexión:

- ¿Qué os ha parecido?
- ¿Os ha gustado?
- ¿Os gusta hacer cosas en grupo?
- ¿Os ha molestado alguien?
- ¿Qué podemos hacer para no molestar?

DOS MANITAS, DIEZ DEDITOS (Audio)

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

Aprendemos a cantar esta canción intentando hacer los gestos correspondientes.

Durante los primeros siete versos agitamos las manos en lo alto con los dedos separados.

En los versos ocho en adelante vamos enseñando los dedos de uno en uno desde el meñique de la mano izquierda hasta el meñique de la mano derecha.

Dos manitas,
diez deditos.

Dos manitas,
diez deditos.

TIC, TAC, TIC, TIC, TAC. (Audio)

<http://www.youtube.com/watch?v=oLgqaFcl2qg>

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

Todas conocéis lo que es un reloj ¿verdad?
En casa de mi amigo Pepín hay un reloj de péndulo.

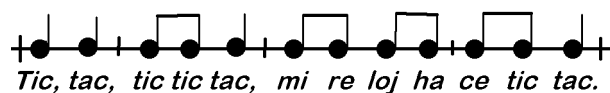
Se balancea lentamente de un lado a otro y hace:

Tic, tac, tic, tac.

¿Nos ponemos de pie?

Abrimos un poco las piernas y nos balanceamos suavemente y cantamos rítmicamente.

En el primer tiempo de cada compás nos balanceamos suavemente hacia la derecha y en el segundo tiempo hacia la izquierda.



Tic, tac, tic tic tac, mi re loj ha ce tic tac.



Le doy cuerda, no se para, se me olvida, no se enfada.

Tic, tac, tic, tic, tac.
Mi reloj hace tic, tac.
Le doy cuerda, no se para.
Se me olvida, no se para.

La monitora va representando con mímica lo que dicen las palabras. *Le doy cuerda.* Hago como que doy cuerda a mi reloj de pulsera.

No se para. Con el dedo índice levantado indico que no.

Se me olvida. Con el dedo índice me toco la sien como cuando se olvidan cosas.

No se enfada. Pongo cara arrugada.

Lo cantamos un par de veces. A la tercera llevamos el ritmo y los gestos mientras pensamos interiormente en la canción.

Reflexión:

¿Queréis decir algo sobre esta actividad?

¿Cómo os habéis sentido?

¿Estáis nerviosas?

¿Estáis tranquilas?

¿Os gusta estar tranquilas?

Hablamos de la importancia que tiene la relajación, la tranquilidad.

Nos ayuda a hacer mejor las cosas incluso las más divertidas.

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.

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.

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 CABEZA, MI CABEZA YO LA MUEVO. (Audio)

<https://youtu.be/mAKTMA09cHY>

Énfasis: **Distensión.**

Índice de cooperación: 7.

¿Os gusta mover la cabeza? ¿Cómo os sentís cuando la movéis?

¿Alguna vez balanceáis la cabeza? ¿Cómo se hace?

Nos ponemos de pie y cantamos haciendo los gestos. Las participantes me imitan.

Mi cabeza,
Mi cabeza,
yo la muevo.
La balanceo.
La balanceo.

Mi cabeza,
Mi cabeza,
yo la muevo.
La balanceo
Así y así.

Con mucho ruido.
Y poco ruido.
Golpeando los pies
y las manos también.

Con mucho ruido.
Y poco ruido.
Golpeando los pies
y las manos también.

Los primeros diez versos los cantamos moviendo el cuerpo rítmicamente marcando el paso con el pie derecho e izquierdo (*podría ser caminando*)

A su vez movemos la cabeza de arriba a abajo como diciendo SÍ en los versos 1, 2, 6 y 7, y la balanceamos a los lados como diciendo NO en los versos 4, 5, 9 y 10.

En los versos 11 y 15 damos palmas a la vez que marcamos el paso.

En los versos 12 y 16 marcamos el paso dejando de dar palmas e indicando silencio con el dedo índice cerca de los labios.

En los versos 13 y 17 damos pisotones fuertes y rápidos sobre el propio lugar mientras yo lo indico mostrando los pies con el dedo índice.

En los versos 14 y 18 elevamos las manos bien arriba y las agitamos..

Lo repetimos todo varias veces cambiando la palabra subrayada por otra parte diferente del cuerpo cada vez:

Brazo,
rodilla,
hombro,
cadera, . . .

Después de haberlo ensayado, lo repetimos con la grabación audio.

Recogido Miss Rossi (Ecuador). 06

ESTOY TRISTE.

Cuento.

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

Imprimo el texto del libro que lo puedo encontrar en:
<http://pazuela.wordpress.com/2010/04/03/e-stoy-triste/>

De esta manera me resulta más fácil leer el libro fijándome en la copia impresa a la vez que enseño los dibujos del libro al grupo.

Voy haciendo algunas preguntas al grupo según voy leyendo el libro.

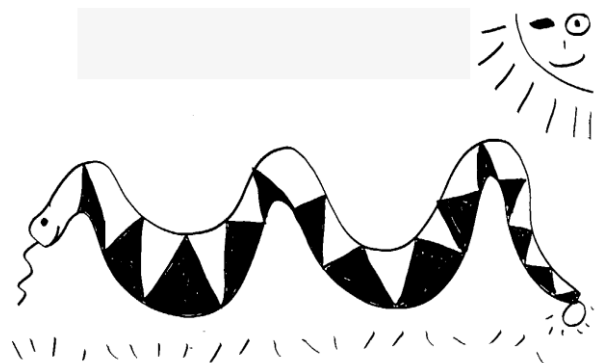
No se lo leo todo en la primera ocasión que se lo presento Solamente llego a contar una tercera parte del libro.

Les pregunto por algunas situaciones en que han estado tristes.

Si hay oportunidad, les proyectamos el video del cuento que se puede encontrar en <https://youtu.be/YXHTf4kScj8>

Bibliografía:

ESTOY TRISTE. Brian, Moses:
Editorial Luis Vives.



AGUA DE LIMÓN.

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

Sabéis lo que es el agua ¿verdad?

Y sabéis lo que es el limón.

Y a veces las amigas y amigos se reúnen y se lo pasan bien y toman agua con limón natural y un poquito de azúcar.

Está muy rico.

Hablamos de los abrazos y practicamos un poco para que sepan darlos sin hacerse daño.

Estamos contentas.

Nos ponemos de pie en círculo formando una ronda.

Nos damos las manos y jugamos al corro cantando:

**Agua de limón
vamos a tomar,
a quien queda cerca
la vamos a abrazar.**

En ese momento, damos un abrazo a la persona que esté más cerca. Si somos impares, podemos darnos abrazos de a tres.

Se repite todo de nuevo y podemos decir:

A quien quede lejos.

En algunos sitios les gusta gritar (*Hey*) al final del primero y segundo verso.

Recogido en Colombia. 01

Variación:

Al terminar la retahíla una persona previamente elegida dice un número.

Entonces se hacen grupos de personas con ese número y se abrazan.

Si los grupos no son múltiplos exactos de ese número, permitimos que haya un grupo con una persona más.

Recogido en Quito. 2015

EXTREMADAMENTE LARGA.

Énfasis: **Cooperar.**

Índice de cooperación: **9.**

Es una actividad que se hace algo larga.

Dibujamos una línea alargada en la pizarra para que imaginen lo que quiere decir largo.

Recordamos cosas largas.

Vamos a construir en el suelo un camino muy largo que vaya de un lado a otro del aula.

Cada participante coge un objeto de la sala: un libro, un juguete, un abrigo, una pintura,

Llamamos una por una a todas las personas de la clase de manera ordenada que irán a colocar el objeto a lo largo de una línea dibujada en el suelo.

Una vez que todas han participado, deshacemos ordenadamente el camino.

Cada participante (una después de otra) recoge su objeto y lo devuelve a su lugar de origen.

Si el grupo es mayor de 15 habremos de diseñar alguna estrategia para que no tengan que esperar demasiado quienes están en último lugar.

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.

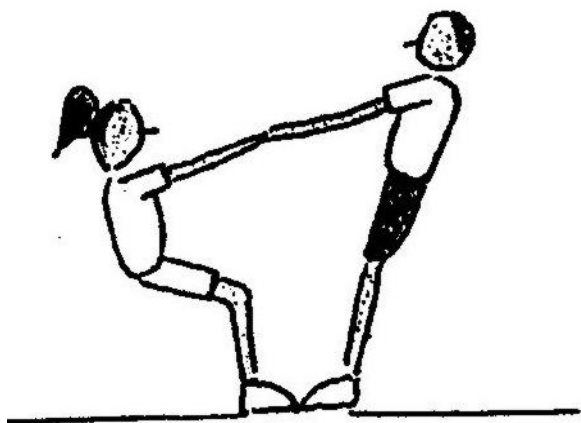
Organizaremos el espacio necesario para poder realizar las actividades.

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.



SENTARSE Y LEVANTARSE.

Énfasis: **Cooperación.**

Índice de cooperación: **9.**

A veces una amiga quiere sentarse en el suelo. Entonces dice:

- *¿Me ayudas a sentarme en el suelo?*

La agarramos de las dos manos y la ayudamos a que se siente con cuidado sin soltar las manos.

La tallerista hace un ejemplo.

Después la ayuda a levantarse.

Esta niña hace lo mismo que la tallerista.

Ambas dos buscan a otra niña y la ayudan a sentarse en el suelo sujetándola por la dos manos. Después la levantan.

Ahora son cuatro que buscan otras cuatro niñas para hacer la actividad.

Y seguimos así sucesivamente.

A veces vemos en el patio a una niña que se ha caído al suelo.

Ponemos un ejemplo.

Una niña que está en el suelo dice:

- *¿Me ayudas a levantarme del suelo?*

Llega una amiga y la ayuda a levantarse agarrándola de frente **de las dos manos** e impulsando hacia arriba.

Variación:

Si nos agarramos de las manos dos personas, nos podemos sentar en el suelo a la vez sin soltar las manos.

Y después nos podemos levantar las dos juntas con las manos agarradas.

Hacemos un ejemplo con una pareja y luego lo hace todo el grupo por parejas.

Reflexión:

¿Qué os pareció?

¿Cómo os habéis sentido?

¿Os parece divertido ayudar a las amigas?

¿Os gusta ayudar?

¿Os gusta que os ayuden?

¡UF! ¡QUÉ DÍA!

Énfasis: **Expresarse.**

Les digo que ayer tuve un mal día. Tenía mucho frío y me dolía la cabeza.

Así que dije:

– ¡Uf! ¡Qué día!

Hago gestos exagerados encogiendo los hombros.

A ves me levanto algo triste o amanece oscuro y lluvioso.

Y digo:

-¡Uf! ¡Qué día!

Lo repito con gestos exagerados encogiendo los hombros.

A veces estoy cansada, me duele la garganta o la tripa y digo:

-¡Uf! ¡Qué día!

Animo a todas a que repiten los gestos y expresiones conmigo.

¿Alguien ha tenido un mal día alguna vez?

¿Nos lo quiere contar y mostrar lo que dice, los gestos?

TIENE MI MANITA. (Audio)

Énfasis: **Distensión y relajación.**

Índice de cooperación: 7.

Les recito e intento que aprendan la siguiente canción a la vez que gesticulamos.

The image shows two staves of musical notation. The first staff has a treble clef and a key signature of one flat (Bb). The melody consists of quarter notes: G4, A4, Bb4, C5, Bb4, A4, G4. Below the staff, the lyrics are: "Tie ne mi ma ni ta" on the first line and "Duer men to dos jun tos" on the second line. The second staff has a treble clef and a key signature of one flat. The melody consists of quarter notes: G4, A4, Bb4, C5, Bb4, A4, G4. Below the staff, the lyrics are: "cin co de di tos." on the first line and "enes te ni di to." on the second line.

Tiene mi manita

cinco dedos.

Duermen todos juntos

en este nidito.

Tengo otra manita

con cinco dedos.

Duermen todos juntos

en este nidito.

Tengo dos manitas

con cinco dedos.

Duermen todos juntos

en este nidito.

Mientras cantamos los dos primeros versos agitamos las manos bien abiertas en lo alto.

Mientras cantamos los versos tres y cuatro vamos cerrando poco a poco los dedos meñique, anular, corazón, índice, pulgar hasta que todos están bien acurrucados.

Se cierran y descansan bajo nuestros brazos.

Reflexión:

¿Qué os parece?

¿Estáis a gusto?

¿Os gusta descansar acurrucaditas como los dedos?

SEGUIR LAS INDICACIONES.

Énfasis: **Escuchar.**

Voy a deciros algunas cosas y quiero comprobar si me entendéis bien.

Yo digo algo y hacéis lo que entendéis.

Vamos a ver:

(La profe dice las frases pero no las hace.)

Ponerse de pie.

Agacharse.

Levantarse.

Mirar a la ventana.

Mirar al techo.

Aplaudir.

Enseñamos los dientes.

Tocarse los pies.

Sacamos la lengua.

Nos tocamos el codo.

Hacemos como que lloramos.

Nos tocamos la nariz.

Cerramos un ojo.

Hacemos como que reímos.

Podemos intentar realizar la actividad de nuevo pidiéndoles que hagan los movimientos con los ojos cerrados.

Podemos sugerir a una niña que diga ella las indicaciones al grupo con ayuda de la tallerista ver si el grupo las entiende bien.

Reflexión:

- ¿Qué os parece?
- ¿Queréis decir algo sobre la actividad?
- ¿Me habéis entendido bien?
- ¿Entendéis bien las cosas que os dicen?
- ¿Os equivocáis a veces cuando escucháis?
- ¿Os gusta escuchar?
- ¿A quién escucháis normalmente?
- ¿Os gusta que os escuchen? ¿Quiénes os escuchan normalmente?

AUTOMASAJE.

Énfasis: **Masaje.**

Índice de cooperación: **7.**

Descubrimos nuestro propio cuerpo tocando diferentes parte y comprobando si están duras o blandas.

Froto mi mano, froto mi mano.

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.

Froto un dedo, aprieto un dedo, está algo duro.

*Froto mi brazo, froto la muñeca,
El hueso está duro,*

.....

Vamos masajeando diferentes partes de nuestro propio cuerpo con una o dos manos especialmente los pies, las piernas, la cara, la cabeza, la otra mano . . .

Lo hacemos con **frotamientos** y con **presiones** sobre distintos puntos intentando averiguar tensiones musculares internas.

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.

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.

YO PUEDO, YO PUEDO. (Audio)

Énfasis: **Autoestima.**

*¿Sabéis hacer algo vosotras solas?
¿Alguien sabe ducharse solita?*

Les canto:

Yo puedo. Yo puedo.
Yo puedo solito.
Bañarme, bañarme,
Bañarme muy bien.

¿Alguien va al baño sola?

Les canto:

Yo puedo. Yo puedo.
Yo puedo ir al baño.
Solita, solita,
yo lo puedo hacer.

Yo puedo. Yo puedo
Lavarme los dientes.
Estoy aprendiendo
y seguro que puedo.

Pongo la grabación toda entera y comentamos:

Yo puedo. Yo puedo
Hacer muchas cosas.
Debo intentarlo
para lograrlo.

Les pregunto si pueden hacer muchas cosas.

¿Qué cosas pueden hacer?

FUENTE: Miss Rosi. Perú.

EL DELFÍN DEL MAR. (Audio)

Énfasis: **Energizar**, contacto.
Índice de cooperación: **7.**

*¿Qué sabéis de los delfines?
¿Dónde viven?*

¿Cómo viven?

Nos ponemos de pie en una sala amplia.

Paseamos cantando y moviendo un brazo que sube y que baja como si fuera un delfín en el mar saltando y metiéndose entre las olas.

Cantamos:

DO mi SOL7
El del fin del mar me
DO la SOL7 DO
di ce lo que ten go queha cer ya.

1. El delfín dice que toquemos una nariz.
2. El delfín dice que aplaudamos.
3. El delfín dice que saltemos.

- ✓ Que toquemos la cara de una amiga,
- ✓ que toquemos la frente de la compañera,
- ✓ que nos desplazemos realizando diferentes movimientos,
- ✓ que nos riamos,
- ✓ que saludemos,
- ✓ nos demos abrazos;
- ✓ que hagamos como que nos lavamos las manos, los dientes, la cara;
- ✓ que hagamos movimientos con diferente intensidad,
- ✓ nos despedamos,

FUENTE: Maximino Carchenilla

ENCARNA, LA ABUELA SABIA.

Énfasis: **Generar decisiones.**

Haga una copia bien ampliada del dibujo adjunto de mi abuela Encarna.

Les pregunto si tienen abuela.

*¿Cómo se llama?
¿Hablan con la abuela?
¿De qué hablan?
¿La abuela les da consejos, soluciones?
¿Cuenta ella sus problemas?*

¿Le contáis vuestros problemas a ella?

Primero la dinamizadora coloca el dibujo de la abuela cerca de su cara y actúa como si fuera una abuela.

La abuela Encarna cuenta cosas.

La abuela escucha cosas.

La abuela pregunta.

También podemos preguntar a la abuela.

Podemos pedir ayuda a la abuela para tomar decisiones.

Finalmente podemos intentar que otra persona del grupo haga como si fuera la abuela sabia que va dando explicaciones a los problemas que le presentan las personas del grupo.

Reflexión:

¿Qué pensáis de la abuela sabia?

¿Nos ha ayudado nos ha ayudado?



CARAVANA DE ORUGAS.

Énfasis: Confianza, cooperación.

Índice de cooperación: 10.

El domingo estuve en el parque. Había orugas caminando sobre la arena.

Les pido que caminen individualmente por la sala como si fueran orugas suaves en el parque.

Imaginamos que caminamos bajo el sol y respiramos el aire puro.

Pero a las orugas les gusta caminar juntas y cuando se encuentran se agarran de la mano.

Les animo a que caminen agarrándose de la mano.

Y que disfruten del aire, del sol, . . .

Las orugas son muy amigas, se agarran por los hombros como si fueran vagones de un tren.

Y **cierran los ojos** porque confían mucho unas en otras.

Les gusta ir juntas agarradas en fila.

Yo hago de locomotora y llevo al tren de viaje.

Solo llevo yo los ojos abiertos y les digo ritmicamente:

*Las oruguitas
pasean por el parque.
Caminan poco a poco
Muy despacito. . .
Respiramos despacio,
sentimos el aire,
sentimos los rayos del sol,
caminamos por encima de la arena,
por encima de la hierba,
escuchamos el canto de los pajaritos, .
. . .*

Les costará tener los ojos cerrados pero se les indica que si los abren los vuelvan a cerrar.

Caminamos despacito, con suavidad.

Las orugas no se empujan, no dan puñetazos, no se pisan ni jalan de la ropa, . . .

Reflexión:

¿Qué os ha parecido?

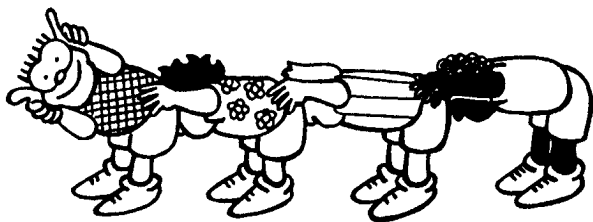
¿Cómo os habéis sentido?

¿Habéis tenido miedo?

¿Tenéis confianza en la amiga que va delante, en la amiga que va detrás, en lo que yo digo?

¿Os da miedo ir con los ojos cerrados?

¿os da miedo la oscuridad?



EL CORRO DEL CARIÑO. (Audio)

Énfasis: **Estima**, cooperación, distensión.

Índice de cooperación: **9**.

Nos ponemos de pie.

Les ayudo a formar parejas y se agarran de las manos para que se reconozcan.

Les indico que una pareja son dos personas juntas.

Les pido que abracen a su pareja.

Se pueden dar un beso si quieren.

Nos agarramos todas de las manos formando un corro pero al lado de nuestra pareja.

Ya podemos cantar con la música de EL PATIO DE MI CASA.

Cantamos la primera estrofa desplazándonos hacia un lado.

Al corro del cariño vamos a jugar.

Con gestos de cariño vamos a cantar.

Abrazame (1)

y vuélveme a abrazar. (2)

Nos damos una vuelta (3)

y volvemos a empezar.

- (1) Se abrazan por parejas.
- (2) Abrazan a la amiguita del otro lado.
- (3) Dan una vuelta girando sobre sí mismas.

Recogido: CP Miguel Hernández. Alcorcón. 2004

Repetimos la actividad de nuevo. En esta ocasión al comenzar formamos pareja con otra niña diferente.

Finalmente les sugerimos que pueden abrazar a otras niñas del grupo. Pondremos mucha atención para que ninguna se quede sin abrazo.

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.