

TÍTULO

EL VALOR DEL TIEMPO EN FAMILIA

AUDIOVISUAL

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Identificación, expresión y regulación emocional; Empatía; Habilidades relación; Pensamiento crítico; Pensamiento creativo.

ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura.

CONTEXTO ESCOLAR

Convivencia escolar; Identidad personal.

EDAD RECOMENDADA

De 6 a 8 años.

SINOPSIS

Alberto, un niño que anhela pasar tiempo con su papá, se despierta un domingo y descubre que su padre debe ir a trabajar. A través de una serie de preguntas, Alberto intenta entender por qué su papá prioriza el trabajo sobre el tiempo juntos. La conversación revela la importancia de la familia y el tiempo compartido, llevando al padre a reconsiderar sus prioridades y decidir jugar con su hijo en lugar de trabajar.

REFERENTE TEÓRICO: La expresión de afecto, cariño, gratitud y bienestar debe alimentarse en todos los escenarios sociales (escuela, familia, grupo de amigos, etc.). A veces, en dichos escenarios sociales, como en el caso de la familia, el cariño “se supone” pero no se manifiesta, lo que puede generar cierto malestar que afectará a la convivencia.

RAZÓN DE SER: A partir del visionado de una secuencia de película los niños podrán conectar con las emociones de los personajes, identificar situaciones similares en sus propias vidas y proponer soluciones creativas para fortalecer los vínculos con la familia.

DESARROLLO

1ª Fase

Esta situación de aprendizaje prepara a los niños para identificar y reflexionar sobre las emociones presentes en el audiovisual, conectándolas con sus propias experiencias familiares. Comienza preguntando: *¿Qué os gusta hacer en familia? ¿Qué sienten cuando alguien de su familia está ocupado y no puede pasar tiempo con vosotros?*

Es importante escuchar sus respuestas y validar sus emociones diciendo algo como: *“Es normal sentirnos tristes o frustrados cuando queremos estar con alguien que queremos y no puede hacerlo. Hoy vamos a hablar sobre cómo manejamos esas emociones”*.

Se plantea a modo introductorio la siguiente dinámica: “El círculo de las emociones familiares”.

- Dibuja un círculo grande en la pizarra o utiliza una cartulina, dividiéndolo en secciones como “Alegría”, “Tristeza”, “Enfado” y “Amor”.
- Pide que piensen en momentos que han vivido con su familia y que correspondan a cada emoción. Por ejemplo:
- *Alegría:* «Cuando mi mamá juega conmigo».
- *Tristeza:* «Cuando mi papá está trabajando y no puede jugar».
- *Amor:* «Cuando mi abuela me da un abrazo».

Escribe sus respuestas dentro del círculo.

Seguidamente, introduce el audiovisual: *“Vamos a ver una historia sobre un niño llamado Alberto y su papá. En esta historia, ellos tienen momentos felices, pero también enfrentan situaciones donde sienten tristeza y frustración. Mientras vemos el vídeo, quiero que piensen en cómo se sienten los personajes y qué podrían hacer para demostrar cariño entre ellos. ¿Qué creéis que pasará en la historia? ¿Cómo creéis que Alberto se sentirá si su papá está ocupado trabajando?”*

Esto les ayudará a estar atentos durante la visualización y a conectar emocionalmente con los personajes.

2ª Fase

Se proyecta el audiovisual. A continuación, se formulan preguntas de corte emocional y empático para facilitar la comprensión del audiovisual y facilitar un posterior debate:

Preguntas para identificar emociones

- *¿Cómo crees que se siente Alberto cuando su papá le dice que no puede jugar con él porque tiene que trabajar?*
- *¿Qué emoción expresa el papá de Alberto cuando ve que su hijo está triste?*
- *¿Qué emociones aparecen en la escena final del vídeo? ¿Cómo se sienten los personajes?*

Preguntas para identificar y expresar emociones

- *¿Alguna vez te has sentido como Alberto, queriendo jugar, pero alguien no podía hacerlo? ¿Qué hiciste en ese momento?*
- *Si fueras Alberto, ¿qué le dirías a tu papá para explicarle cómo te sientes?*
- *¿Cómo crees que el papá podría expresar mejor su cariño hacia Alberto, aunque esté ocupado?*

Preguntas para regular emociones

- *¿Qué crees que podría hacer Alberto para sentirse mejor cuando su papá está trabajando?*
- *¿Qué podría hacer el papá de Alberto para ayudar a su hijo a comprender que a veces tiene responsabilidades importantes?*
- *Si te sintieras triste como Alberto, ¿qué cosas podrías hacer para sentirte más tranquilo o contento?*

3ª Fase: Expresamos cariño en nuestra familia

Esta dinámica conecta directamente con la relación entre Alberto y su papá donde ambos enfrentan dificultades para expresar su cariño debido al trabajo y las responsabilidades. Al reflexionar sobre formas creativas de mostrar afecto, los niños desarrollan empatía y habilidades emocionales, mientras relacionan lo aprendido con sus propias experiencias familiares.

Comienza explicando que en el vídeo que han visto, Alberto y su papá tienen momentos en los que se sienten tristes porque no pueden pasar tiempo juntos. Sin embargo, es importante buscar maneras de demostrar cariño y fortalecer los lazos familiares, incluso cuando hay dificultades.

¿Cómo creéis que Alberto y su papá podrían demostrar que se quieren, aunque no siempre puedan estar juntos?

A continuación, divide en parejas o pequeños grupos y ofrece las siguientes instrucciones para que comenten entre ellos ideas sobre cómo expresar cariño ante situaciones similares a las del vídeo. Después, cada grupo compartirá sus ideas con el resto de la clase.

Instrucciones:

Piensa en maneras de alegrar a un miembro de tu familia cuando está triste o cansado, como Alberto quería hacer con su papá.

- Imagina una forma especial de felicitar a tu mamá o papá por algo importante (como su cumpleaños o un logro), sin necesidad de comprarle un regalo. Pistas:
 - Ayudarle con alguna tarea del hogar, hacerle un dibujo bonito, cantar una canción especial, etc.
- Piensa en una sorpresa que podrías preparar para tu papá/mamá cuando regresa cansado/a del trabajo, como Alberto podría haber hecho para su papá. Pistas:
 - Preparar una dramatización divertida, darle un abrazo fuerte y decirle algo bonito, preparar un rincón cómodo con música relajante.

- Piensa una forma especial de felicitar a tu mamá o papá por algo importante sin comprarle un regalo. Pistas:
 - Organizar un “día temático”: Si a tu mamá le gustan las flores, decora la casa con dibujos de flores, hazle una corona de papel y canta una canción sobre flores para celebrar su día especial.
 - Escribir una “carta mágica”: Crea una carta donde cada frase comience con “Gracias por...”, y enumera todas las cosas que aprecias de ella. Léela en voz alta durante el desayuno.
- Piensa en una sorpresa para tu papá/mamá cuando regresa cansado/a del trabajo. Pistas:
 - Preparar un “spa en casa”: Crea un rincón cómodo con almohadas, pon música relajante y ofrece masajes en las manos o los pies con crema mientras le cuentas algo bonito que pasó en tu día.
 - Hacer un “teatro de sombras”: Usa una linterna y recorta figuras de papel para contarle una historia divertida proyectada en la pared cuando llegue a casa.

4ª Fase: Exposición grupal

Cada grupo compartirá sus ideas con el resto de la clase. Anima a los niños a explicar por qué creen que esas acciones harían sentir bien a sus familiares.

Reflexión final: Cierra la actividad preguntando: *¿Por qué es importante demostrar cariño a nuestra familia? ¿Qué aprendimos del vídeo sobre cómo manejar nuestras emociones cuando alguien está ocupado o no puede estar con nosotros?*

NOTAS PARA EL DOCENTE:

- Para que el docente pueda profundizar en la temática de esta actividad, se recomienda visualizar la conferencia **“Educar con calma”**, impartida por la experta Carme Bartomeu dentro del ciclo **“La Educación que Queremos” (2023)**. Esta charla, dirigida a familias, aborda la importancia de los vínculos familiares y su impacto en el desarrollo integral del alumnado, ofreciendo herramientas para fortalecer la comunicación, la confianza y la motivación en el proceso educativo.

- También se sugiere animar a las familias a poner en práctica la actividad “Disfrutamos en el tiempo libre” en el marco de la propuesta **Ideas y actividades en familia (Infantil y Primaria)**. Esta actividad propone compartir momentos lúdicos y de ocio, fomentando la creatividad, la cooperación y el fortalecimiento de los lazos afectivos entre todos los miembros de la familia.

TÍTULO

EL DOLOR DE MAMBRÚ

AUDIOVISUAL

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Identificación, expresión y regulación emocional.

ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura; Educación Artística (Música); Educación Física.

CONTEXTO ESCOLAR

Convivencia escolar.

EDAD RECOMENDADA

De 6 a 8 años.

SINOPSIS

La canción narra la historia de Mambrú, que marchó a la guerra y cuyo regreso es largamente esperado. La noticia de su muerte llena de pena el corazón de sus seres queridos.

*Mambrú se fue a la guerra,
qué dolor, qué dolor, qué pena,
Mambrú se fue a la guerra
no sé cuándo vendrá do, re mi,
do, re, fa,
no sé cuándo vendrá.
Si vendrá por la Pascua,
Mire usted, mire usted, qué gracia,
si vendrá por la Pascua o por la Trinidad
do, re, mi, do, re, fa,
o por la Trinidad.
La Trinidad se pasa,
qué dolor, qué dolor, qué guasa,
la Trinidad se pasa
Mambrú no viene ya
do, re, mi, do, re, fa,
Mambrú no viene ya.
Me he subido a la torre,
qué dolor, qué dolor, me corre,
me he subido a la torre
para ver si aún vendrá
do, re, mi, do, re, fa,
para ver si aún vendrá.
Allí viene su paje,
qué dolor, qué dolor, que traje,
allí viene su paje*

*¿qué noticias traerá?
do, re, mi, do, re, fa,
¿qué noticias traerá?
Las noticias que traigo,
¡ay, que me caigo!
las noticias que traigo
dan ganas de llorar
do, re, mi, do, re, fa,
dan ganas de llorar.
Mambrú se ha muerto en guerra,
qué dolor, qué dolor, que pena,
Mambrú se ha muerto en guerra
lo llevan a enterrar,
do, re, mi, do, re, fa,
lo llevan a enterrar.
Y encima de la tumba,
qué dolor, qué dolor, qué zumba
y encima de la tumba
dos pajaritos van
do, re, mi, do, re, fa,
dos pajaritos van.
Mambrú se fue a la guerra*

REFERENTE TEÓRICO: En muchas ocasiones, los niños “sienten cosas” que no saben expresar con palabras. Esta dificultad puede encontrarse más frecuentemente con emociones como la tristeza, enfado, soledad, etc. Para evitar esto en la mayor medida posible, es fundamental conocer un amplio vocabulario emocional y ser capaces de identificar emociones sentidas y/o observadas en los demás.

RAZÓN DE SER: La desdichada historia de Mambrú, muerto en batalla, despierta emociones como la angustia de sus seres queridos durante la espera, y la tristeza al conocer su muerte. Los referidos estados emocionales sirven al educador para reflexionar con los alumnos sobre sentimientos y sensaciones de pesar, como el dolor, la angustia, la soledad o la ausencia de una persona querida. En una primera dinámica, los alumnos identificarán situaciones concretas que puedan provocar esas emociones (dolor, rabia, etc.). A partir de una segunda dinámica, los niños podrán poner en práctica la expresión de distintas emociones y sentimientos a través de una carta dirigida a un ser querido. Un juego final permitirá a los alumnos expresar distintas cosas a otros compañeros.

Dada la aún temprana edad de los alumnos, el tema de la muerte será abordado sin profundizar en él.

DESARROLLO

1ª Fase

Los alumnos escucharán la canción “*Mambrú se fue a la guerra*”. El profesorado pedirá al grupo-clase que intenten poner ejemplos extraídos de su propia experiencia en los que hayan sentido las emociones que se reflejan en la canción. Es muy posible que necesiten ayuda para diferenciar algunas.

Con alumnos de 6 años, algunos ejemplos los proporcionará el propio docente, esperando por parte de los alumnos experiencias propias manifestadas de manera espontánea:

- *Sentimos dolor cuando... (sufrimos un pequeño accidente; cuando estamos enfermos, etc.) ¿Se os ocurre alguna otra situación?*
- *Sentimos pena cuando... (se burlan o ríen de nosotros; cuando no nos hace caso alguien a quien queremos; cuando nos sentimos solos, etc.) ¿Podéis poner otros ejemplos?*
- *Sentimos rabia cuando... (estamos muy enfadados con alguien; cuando no podemos conseguir lo que queremos, como ganar una competición); ¿A alguien se le ocurre otro ejemplo?*

- *Tenemos ganas de llorar cuando... (no nos salen bien las cosas; cuando sentimos rabia, pena o “dolor interior”; cuando echamos de menos a alguien; cuando recordamos cosas tristes, etc.). Poned ejemplos.*

2ª Fase

Se invita a los niños a reunirse en equipos de tres alumnos (formados al azar por el profesor), y escribir una carta a.... (mamá, papá, un amigo, un hermano, un /a profe, etc.). La carta empezará así:

Querido /a.....(X):

Te escribo para que sepas que me da pena cuando.... Prefiero que estés contento /a porque.... Me da rabia que.... Así que intentaré....

Para facilitar esta tarea a grupos de alumnos de 6 ó 7 años el profesor irá de equipo en equipo sugiriendo ideas: *(¿cuándo os da pena? ¿quizás cuando... os portáis mal, veis tristes a otra persona...?; preferís que la otra persona esté contenta o alegre porque... así podéis sentirlos también alegres, más queridos; os da rabia que... “metáis la pata” y tengan que castigaros, etc. Intentaréis... ayudar más, portaros mejor, etc.)*

3ª Fase

Se plantea un **juego** con el objetivo de que los niños se transmitan unos a otros emociones y sentimientos:

- Los alumnos se sentarán en el suelo formando un amplio corro.
- El profesor tendrá en sus manos una pelota de tamaño medio. A continuación, dirá en voz alta una frase emocional (por ejemplo: “*me cae muy bien...Ana*”), y lanzará el balón a la persona nombrada. Esta repetirá la frase y lanzará el balón a otro alumno.
- Al rato, el profesor cambia el mensaje, reproduciéndose la misma secuencia. Mensajes posibles: “*mi amigo/a es...*”; “*lo que me gusta de.... es...*”; “*a veces me acuerdo de ti..., sobre todo cuando...*”, etc.

Es importante que todos participen.

TÍTULO

LAS TRES CAUTIVAS

AUDIOVISUAL

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Identificación, expresión y regulación emocional.

ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura; Educación Física.

CONTEXTO ESCOLAR

Plan lector.

EDAD RECOMENDADA

De 6 a 8 años.

SINOPSIS

Un padre encuentra a sus tres hijas, cautivas por una reina mora. El encuentro les hace llorar y reír de alegría.

*En el campo moro, entre las olivas,
allí cautivaron tres niñas perdidas;
el pícaro moro que las cautivó
a la reina mora se las entregó.*

*-Toma, reina mora,
estas tres cautivas,
para que te valgan,
para que te sirvan.*

-¿Cómo son sus nombres?

¿cómo las decían?

*-La mayor Constanza, la menor Lucía
y a la más chiquita la llaman María.
Constanza amasaba, Lucía cernía
y la más chiquita agua les traía.*

*Un día en la fuente, en la fuente fría,
con un pobre viejo se halló la más niña.*

-¿Dónde vas, buen viejo, camina que camina?

-Así voy buscando a mis tres hijitas.

-¿Cómo son sus nombres?

¿cómo les decían?

*-La mayor Constanza, la menor Lucía
y a la más chiquita la llaman María.*

-Usted es mi padre.

-¿Y tú eres mi hija?

*-Yo voy a contarlo a mis hermanitas.
-¿No sabes, Constanza, no sabes, Lucía
que he encontrado a mi padre en la fuente
fría?*

*Constanza lloraba, lloraba Lucía,
y la más pequeña del gozo reía.*

Las tres cautivas

Anónimo

REFERENTE TEÓRICO: La alegría, la rabia, la tristeza o la decepción son sentimientos que poco tienen en común a excepción, tal vez, de una peculiar forma de manifestarse: las lágrimas. El educador puede trabajar con los alumnos las distintas emociones que subyacen a los gestos que las acompañan.

RAZÓN DE SER: A través de una curiosa dinámica, los alumnos podrán expresar ante los demás en qué ocasiones lloran. Un juego final muy divertido permitirá un cambio en la dinámica establecida a través del cual los niños reirán y se lo pasarán muy bien.

DESARROLLO

1ª Fase

Se anuncia que van a escuchar un poema en el que un padre y sus hijas se encuentran tras haber sido éstas secuestradas. La alegría y el gozo les hará llorar.

Los alumnos escuchan el poema. Preguntas para la puesta en común:

- *¿Con quién se encuentra la pequeña de las hermanas en la fuente?*
- *¿Dónde iba el señor?*
- *María se da cuenta de que es su padre y... ¿Qué hace? ¿Cómo reacciona ella y sus hermanas?*
- *Cuando veis a un amigo, un hermano o un compañero llorar; ¿Pensáis que está triste o enfadado? ¿Se puede llorar por otros motivos?*
- *¿Alguna vez te ha pasado que estabas tan contento que se te saltaban las lágrimas de pura alegría?*
- *Llorar es algo que le sucede a nuestro cuerpo en muy distintas ocasiones. ¿Podéis poner ejemplos?*

2ª Fase

Se plantea la siguiente **dinámica**: los niños se sientan en corro. El educador deja en el centro una cartulina en la que aparezca dibujado un rostro de cuyos ojos caen lágrimas (no es preciso que el dibujo sea muy elaborado). A continuación dice una de las siguientes frases. El niño que lo desee cogerá la cartulina y completará la frase:

- *A veces lloro porque...*
- *Alguna vez, no sé muy bien por qué, me entran ganas de llorar, y eso me ha pasado cuando.....* [El docente será el primero en coger la cartulina, para que los alumnos no sientan vergüenza al “confesarlo”].
- *Si veo llorar a alguien, yo...*
- *A veces lloro cuando estoy muy nervioso porque... (tengo exámenes, voy al dentista, etc.)*
- *Alguna vez lloro porque tengo rabia de...*

3ª Fase

Para distender el ambiente, se propondrá un **juego**: los niños se tumban en el suelo de tal manera que la cabeza repose sobre el estómago de otro niño. Todos cerrarán los ojos. El profesor les pide que hagan, cuando lo deseen, una honda inspiración seguida de un largo suspiro, al final del cual dirán: “ja”. A continuación, repetirán la misma instrucción, pero dirán “ja, ja”. [Naturalmente, acabarán todos riendo].

El profesor finalizará la dinámica diciendo: “*En muchas ocasiones (que no son siempre de tristeza) se nos saltan las lágrimas y no pasa nada porque esto ocurra. Es una manera más de expresar nuestros sentimientos*”.

TÍTULO

¿QUÉ TE PASA?

AUDIOVISUAL

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Identificación, expresión y regulación emocional; Empatía; Habilidades de relación.

ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura; Educación Física.

CONTEXTO ESCOLAR

Identidad personal.

EDAD RECOMENDADA

De 6 a 8 años.

SINOPSIS

En este episodio de “Dolly y sus amigos”, los personajes se enfrentan a situaciones misteriosas y desconocidas que despiertan en ellos la emoción del miedo. A medida que exploran un entorno oscuro o escuchan ruidos extraños, sus reacciones muestran cómo el miedo puede aparecer ante lo inesperado. Durante la historia, los amigos sienten temor, se sorprenden y buscan apoyo entre ellos para superar sus inquietudes. A través de sus aventuras, los personajes aprenden que sentir miedo es normal y que, al compartir sus sentimientos y ayudarse mutuamente, pueden encontrar el valor para afrontar lo que les asusta.

REFERENTE TEÓRICO: La identificación, expresión y regulación emocional como factor de protección supone la capacidad manifiesta para canalizar adecuadamente las emociones, expresándolas adecuadamente más que reprimiéndolas, máxime en etapas evolutivas tempranas en las que la emotividad del niño se encuentra en el origen de la mayoría de sus acciones. El docente puede trabajar con los alumnos la amplia gama de sentimientos y emociones que puede experimentar el ser humano, así como las maneras más apropiadas para expresarlas.

RAZÓN DE SER: A través de la visualización de una secuencia de dibujos animados y dinámicas participativas, los alumnos no solo reconocen que sentir miedo es una experiencia común, sino que también desarrollan estrategias para afrontarlo de manera saludable. Esta propuesta permite que los alumnos compartan sus propias vivencias, escuchen a sus compañeros y comprendan que pedir ayuda y apoyarse en los demás es fundamental para superar situaciones que les generan temor.

DESARROLLO

1ª Fase: *El círculo del miedo: Compartiendo y comprendiendo nuestras emociones*

Esta dinámica es ideal para crear un espacio seguro y abierto, donde los alumnos se sientan escuchados y comprendidos, facilitando el trabajo posterior con el vídeo. Pediremos

que expresen sus ideas y sensaciones sobre el miedo de forma lúdica y segura, fomentando la escucha activa y el respeto. Para dicho fin se necesitará un objeto pequeño y suave (por ejemplo, una pelota, un peluche, etc.) para pasar entre los alumnos. A continuación, se explican los pasos a seguir:

- 1º. Formar un círculo: Los alumnos se sientan en círculo para verse todos y sentirse parte del grupo.
- 2º. Explicación: Van a hablar sobre el miedo y cada uno tendrá la oportunidad de compartir algo cuando tenga el objeto en las manos. Cuando alguien tenga el objeto, podrá responder a alguna de las preguntas que hiciste (por ejemplo: “¿Qué es el miedo para ti?”, “¿Dónde sientes el miedo?”, “¿Qué haces cuando tienes miedo?”)
- 3º. Turnos para hablar: Pasa el objeto de uno en uno. Cada niño que lo recibe puede decir lo que quiera sobre el miedo o simplemente decir “prefiero no hablar ahora” si no se siente cómodo. Se recuerda que todos deben escuchar con atención y respeto.
- 4º. Reflexión grupal: Al terminar el círculo, comenta brevemente que el miedo es una emoción que todos sentimos y que está bien hablar de ello. Anima a los alumnos a que, durante la actividad, piensen en cómo pueden ayudar a sus amigos cuando sientan miedo.

2ª Fase

Se introduce el audiovisual seleccionado explicando que van a ver una secuencia de dibujos animados (es suficiente con visualizar los 5 primeros minutos). Se pide que presten atención a los momentos en que los personajes sienten miedo y cómo reaccionan.

Para facilitar esta instrucción se puede emplear la técnica del videostop. Esta técnica promueve la reflexión y el debate, al tiempo que facilita la comprensión y la gestión del miedo a través del ejemplo de los personajes del vídeo. De esta manera, favorece la empatía y la normalización de la emoción del miedo, mostrando que todos la experimentamos y que es posible afrontarla de diferentes maneras. Para cada pausa, en cada minutaje, se puede preguntar al grupo-clase las siguientes preguntas:

- *¿Qué sienten los personajes?*
- *¿Por qué crees que tienen miedo?*
- *¿Qué harías tú en su lugar?*
- *¿Cómo crees que podrían sentirse mejor?*

NOTAS PARA EL DOCENTE: Para facilitar esta tarea, a continuación, se presenta una selección de momentos de miedo utilizando la técnica del vídeo stop (pausa y análisis).

[00:38]

Situación: Los amigos están jugando y de repente escuchan un ruido extraño en el bosque.

Emoción: Sorpresa y miedo ante lo desconocido.

Argumento: Este instante es relevante porque el miedo suele aparecer ante situaciones desconocidas o cuando no podemos ver lo que ocurre a nuestro alrededor. Los alumnos pueden identificar con facilidad este tipo de miedo, ya que es común temer a la oscuridad o a ruidos inesperados.

[01:08]

Situación: Los personajes se miran preocupados y deciden investigar el origen del ruido, pero se mueven con cautela y muestran expresiones de temor.

Emoción: Miedo y duda sobre si deben acercarse.

Argumento: Aquí se observa una reacción típica ante el miedo: la evitación. Es importante detenerse en este punto para analizar con los alumnos cómo el miedo puede hacer que queramos huir o escondernos, y reflexionar sobre si siempre es necesario hacerlo o si hay otras formas de afrontar el miedo.

[01:41]

Situación: Aparece una sombra misteriosa detrás de los arbustos, lo que asusta a los personajes.

Emoción: Miedo intenso, algunos se esconden o se abrazan.

Argumento: Este momento permite trabajar la importancia de pedir ayuda cuando sentimos miedo. Es una oportunidad para que los alumnos comprendan que no están solos y que compartir sus miedos con otros puede ayudarles a sentirse mejor.

[02:30]

Situación: Los personajes se agrupan y deciden enfrentar juntos la situación, aunque siguen mostrando señales de miedo.

Emoción: Miedo compartido, pero también valentía colectiva.

Argumento: Este momento es fundamental para trabajar el valor del apoyo social y la importancia de no enfrentar los miedos en soledad. Aunque los personajes siguen sintiendo miedo, deciden unirse y apoyarse mutuamente, lo que les da fuerza y coraje para afrontar la situación. Este comportamiento enseña a los alumnos que compartir sus emociones y buscar ayuda en los demás puede hacer que el miedo sea más llevadero. Además, muestra que la valentía no significa no tener miedo, sino atreverse a actuar a pesar de él, especialmente cuando se cuenta con el respaldo de amigos o familiares. Este fragmento fomenta la empatía, el compañerismo y la confianza en el grupo.

[03:10]

Situación: Descubren que el origen del miedo era algo inofensivo (un animal pequeño o un amigo).

Emoción: Alivio y reflexión sobre el miedo.

Argumento: Este desenlace es esencial para que los alumnos comprendan que muchas veces el miedo surge de la imaginación o de no conocer la realidad de una situación. Cuando los personajes descubren que aquello que les asustaba no era peligroso, sienten alivio y pueden reflexionar sobre cómo el miedo puede hacernos ver las cosas de manera exagerada o equivocada. Este momento invita a los alumnos a pensar antes de dejarse llevar por el miedo y a buscar información o ayuda antes de sacar conclusiones. Además, refuerza la idea de que enfrentar los miedos puede llevar a descubrir que no eran tan grandes como parecían, ayudando así a construir confianza y autocontrol emocional.

Al finalizar, se pregunta al grupo-clase *¿Qué podemos aprender de Dolly y sus amigos sobre cómo afrontar el miedo?*

3ª Fase

Se desarrolla una **dinámica**. El docente entrega a cada alumno un folio en el que estarán escritas las siguientes columnas:

Bebé	Jugar
Adulto	Reír
Niño	Discutir
Luna	Llorar
Enfermo	Alegría
Cariño	Dolor
Lobo	Pena
Amigo	Miedo
Guerra	Susto
Fiesta	Peligro
Grito	Sorpresa
Insulto	Tranquilidad
Mi casa	Amor
Oscuridad	Odio

Los alumnos deberán trazar líneas entre las palabras de una y otra columna según les parezca que se correspondan, siendo advertidos de que pueden trazar dos líneas hacia una misma palabra (por ejemplo: de “guerra” pueden trazarse dos líneas o flechas hacia “pena” y “miedo”).

A continuación, se juntarán los alumnos por parejas debiendo comentar las semejanzas y diferencias entre sus elecciones, sin que necesiten cambiar lo que escribieron individualmente.

Finalmente se pondrá en común lo trabajado en el contexto del grupo-clase, poniéndose ejemplos que ilustren las asociaciones.

4ª Fase

Se desarrolla un **juego**: se divide el grupo de alumnos en dos equipos compuestos por el mismo número de alumnos. Se sitúan en dos filas (llamadas “A” y “B” o con denominaciones de animales, plantas u objetos) enfrentadas cara a cara a la distancia de dos metros aproximadamente.

Cada alumno jugará con el que tiene situado enfrente:

- El docente dice “1... 2... y 3”. En ese momento los alumnos darán un salto y caerán adelantando un pie. Si los alumnos enfrentados adelantaron el mismo pie, se anota un punto el alumno de la fila “A”; si adelantaron un pie distinto (izquierdo-derecho o a la inversa), se anotará un punto el alumno adscrito a la fila “B”.

- Se reinicia el juego. Cuando un alumno haya obtenido tres puntos, pasará a la ronda siguiente.
- Los ganadores (aquellos alumnos que alcanzaron los tres puntos) forman nuevas filas enfrentadas. Se procede de idéntica manera, hasta que haya un único ganador (las filas de alumnos irán menguando en cada fase).
- Se ponen en común las emociones experimentadas durante el juego, dado que el objetivo del mismo es la posterior expresión emocional de los alumnos:

¿Cómo te sentiste cuando te eliminaron?...¿enfadado?; ¿triste?; ¿avergonzado?; ¿con ganas de revancha?

¿Cómo te sentiste cuando ibas ganando?... ¿alegre?; ¿encantado?; ¿te dio pena del perdedor?; ¿te dio miedo perder en la siguiente Fase?

El docente prestará especial atención a la correcta expresión de las distintas emociones sentidas y a la evitación de dicha expresión (muchos alumnos pueden optar por callarse y reprimir sus sentimientos) animándoles a comentar sus sentimientos.

NOTAS PARA EL DOCENTE

Adaptaciones:

- Para alumnos más pequeños (6 años), se puede simplificar las preguntas y centrar en identificar las emociones básicas.
- Para alumnos mayores (7 años), se puede fomentar una discusión más profunda sobre las causas del miedo y las estrategias de afrontamiento más complejas.
- Si algunos alumnos no se sienten cómodos compartiendo sus experiencias personales, es importante respetar su decisión y animarles a participar de otras maneras.
- Se puede considerar la posibilidad de invitar a un profesional (psicólogo, orientador) para hablar sobre el tema del miedo y ofrecer herramientas adicionales.

TÍTULO

AMIGOS HASTA EL FINAL

AUDIOVISUAL

VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Identificación, expresión y regulación emocional; Habilidades de relación.

ÁREA CURRICULAR

Lengua Castellana y Literatura; Educación Artística (Música).

CONTEXTO ESCOLAR

Convivencia escolar.

EDAD RECOMENDADA

De 6 a 8 años.

SINOPSIS

Arthur ha perdido a su perrito Pal y le echa mucho de menos. Una noche, en la cama, empieza a acordarse de él y de las cosas que han compartido juntos.

REFERENTE TEÓRICO: Ser capaces de reconocer lo que se siente y expresarlo adecuadamente desde edades tempranas, permitirá ajustar la conducta y canalizar correctamente los sentimientos lo que contribuirá a un adecuado desarrollo emocional y social.

RAZÓN DE SER: A través de la actividad planteada, el alumnado comprobará que a veces se tienen serias dificultades para “captar” lo que las emociones quieren decirnos. La historia de Arthur y Pal muestra cómo podemos usar el silencio o la soledad para escuchar con atención nuestros sentimientos y tener algo más de claridad sobre qué debemos hacer. La actividad finaliza con una reflexión sobre la amistad y algunos de los sentimientos implicados cuando existe un conflicto entre amigos y/o amigos.

DESARROLLO

1ª Fase: Juego “El teléfono escacharrado”

El profesorado coloca al alumnado en fila y se sitúa al lado de uno de los extremos. Se acerca al oído del alumno situado en ese extremo y le dice una frase que deberá ser transmitida al oído del compañero que se encuentre detrás. Cuando el mensaje llega al final de la fila, se dice en voz alta y se compara con el mensaje de origen. Como es de esperar, por el camino se perderá buena parte de la información porque se distorsiona. Para enlazarlo con la reflexión siguiente, el profesorado comentará que con los sentimientos a veces pasa algo parecido, si no les prestamos verdadera atención pueden definirse de manera incorrecta, o simplemente no reconocerlos.

A continuación, se lanza al grupo las siguientes preguntas *¿Sabéis qué son los sentimientos? ¿Podéis poner algunos ejemplos?*

Nuestros sentimientos son a veces un poco escurridizos. No nos llaman por teléfono y nos dicen ‘¡Eh! ¡Estoy aquí! ¡Hazme caso!’ Se quedan ahí, donde están, a la espera de que los descubramos.

A veces, si tardamos mucho en descubrirlos, se molestan un poco (o mucho) y empiezan a hacer ruido para que los escuchemos. Y normalmente, con ese ruido, no solo nos enteramos nosotros, sino también los demás, porque los sentimientos se ponen realmente molestos y cuando salen fuera, ‘se pasan’ de escandalosos.

Por ejemplo, si nuestro enfado se da cuenta de que no hacemos nada por arreglarlo, seguramente querrá salir a la luz como un ‘súper enfado’ y lo pagaremos con los demás.

Otro ejemplo... Si estamos contentos pero no podemos contárselo a nadie, seguramente cuando por fin podamos hacerlo, saldrá nuestra alegría con la velocidad y la fuerza de un cohete.

Por eso es importante que sepamos lo que estamos sintiendo antes de que las emociones exploten. Y son muy buenos los ratos que estamos a solas porque si escuchamos atentamente, podremos oír lo que sentimos, tal y como le pasó a Arthur”.