TÍTULO:

¿QUÉ OS HA PARECIDO?

AUDIOVISUAL

VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR:

Autoestima.

ÁREA CURRICULAR:

Lengua Castellana y Literatura; Educación Física.

CONTEXTO ESCOLAR:

Convivencia escolar.

EDAD RECOMENDADA:

De 12 a 14 años.

SINOPSIS:

Rocky y Cece son las más recientes adquisiciones del programa de baile "Shake it up". Una de las cosas de las que más disfrutan es la nueva sensación de ser consideradas estrellas y no pierden oportunidad para alardear un poquito de ello. Sin embargo, rápidamente comprueban que hay muchos más bailarines y bailarinas en el mundo iguales o mejores que ellas, aunque no quieran reconocerlo.

REFERENTE TEÓRICO: Algunas personas, como forma de intentar preservar su autoestima, eligen no reconocer los méritos de los demás. Es como si, al ver otras personas buenas o incluso mejores, sintieran que su propia valía está en juego. Es una opción inmadura porque consiste no tanto en mejorar uno mismo, sino en quitar importancia a los demás.

RAZÓN DE SER: En la actividad planteada, el alumnado tendrá que preparar una coreografía y presentarla ante el resto de la clase para ser evaluada. En la forma de votar se podrá detectar si existe una tendencia a admirar y reconocer los logros de los demás o más bien a ensombrecerlos como forma inadecuada de proteger el propio autoconcepto, tal y como hacen las protagonistas de la secuencia. Como alternativa, se propondrán otras formas de proteger la autoestima.

DESARROLLO:

1ª Fase

Esta fase requiere una buena dosis de preparación previa. Sugerimos que se use como parte del programa curricular de la asignatura de Educación Física. La idea es proponer que, por grupos (el número de integrantes podrá ser elegido por los propios alumnos), y durante un plazo establecido previamente, se prepare una coreografía que luego hayan de representar ante sus compañeros para ser evaluada. Este trabajo previo durará un par de semanas aproximadamente.

La dinámica planteada se realizará el día en que se presenten las diferentes coreografías y consistirá en que el público (formado por el resto de compañeros) votará la coreografía (si es positivo el voto alzarán el pulgar, como los antiguos emperadores romanos en el circo, si es negativa lo dirigirán hacia abajo).

Al terminar, y después de haber hecho el cómputo que determine cuál será la coreografía ganadora, el profesor hace la siguiente reflexión:

- *Cuando habéis visto a vuestros compañeros presentando sus coreografías, ¿cuál ha sido vuestro voto más predominante, el positivo o el negativo?*
- *Cuando estáis dudosos ante la actuación de un compañero, ¿tendéis más a darle el voto positivo o el negativo?*
- *¿Por qué hacéis esa elección y no otra?*

2ª Fase

Se les anuncia que van a ver un último baile y que deben también dar su veredicto. Es el baile que muestra la secuencia escogida para esta actividad. Es importante asegurarse de parar el vídeo justo cuando los chicos terminan de bailar, porque no deben ver cuál es el veredicto que dan las protagonistas.

La previsión es que valoren bien el baile; sin embargo, verán que, Rocky y Cece son muy críticas con ellos y les dicen que les ha gustado a medias, más bien poco.

Una vez hechas las valoraciones por parte de la clase, se procede a poner la última parte de la secuencia y se lanzan las siguientes preguntas para la reflexión:

- *¿Por qué creéis que han manifestado las chicas una opinión tan crítica a pesar de lo bien que han bailado?*
- *¿Creéis que ellas lo harían mejor?*
- *¿Qué ganan, entonces, con ello?* (muy probablemente proteger frente a otros y frente a ellas mismas su propia autoestima, aunque lo hacen de manera inadecuada).

3ª Fase

El profesor comenta:

Los buenos amigos no son fáciles de encontrar, y tampoco de mantener. A veces, incluso, nos cuesta distinguir cuáles son las verdaderas amistades.

A continuación, se lanzan las siguientes preguntas con el objetivo de reflexionar sobre el tema:

- *¿Sabéis quiénes son vuestras verdaderas amistades?*
- *¿Qué habéis hecho para averiguarlo?*
- *¿Por qué pensáis que se dice que es en las dificultades donde uno se da cuenta de quiénes son sus verdaderos amigos?*
- *"Yo hoy, sin embargo, os voy a proponer una teoría distinta que complementa a la anterior. Es cuando nos va bien cuando descubrimos quiénes son también verdaderos amigos. ¿Por qué pensáis que digo esto?*

Con esta idea se sugiere que quienes no son capaces de alegrarse con los éxitos y habilidades ajenas (muchas veces sin disimular), tampoco muestran ser amigos de verdad. No es sencillo ni agradable estar con quien lo pasa mal, pero tampoco lo es para algunas personas permanecer ahí en los momentos de mayor éxito.

¿Por qué creéis que pasa esto? (Por envidia, celos, sentimientos de inferioridad…)

4ª Fase

Estamos de acuerdo en que la autoestima de cada cual es algo muy valioso que hay que proteger, pero no podemos hacerlo a base de sacrificar a otros. ¿Se os ocurren maneras más saludables de conseguir que nuestra autoestima pueda ser cada vez más fuerte?

Se va tomando nota de las sugerencias en la pizarra y, si algunas son muy generales, ha de intentarse añadir ejemplos que las hagan más entendibles para todos con el objetivo de que puedan ser llevadas a la práctica.

Algunas ideas:

- Recordarnos que somos personas valiosas.
- Felicitarnos por cada pequeño logro.
- Animarnos a seguir adelante.
- Poner confianza en que seremos capaces de conseguir las metas que nos hayamos propuesto.
- Acercarnos a gente que nos valora y respeta.