RECURSO EDUCATIVO

ER EDUCACIÓN RESPONSABLE

## ACTIVIDADES

# BANCO DE HERRAMIENTAS AUDIOVISUALES

**EDUCACIÓN PRIMARIA** **8-10 AÑOS**

Para la promoción de competencias emocionales, sociales y creativas

FUNDACIÓN BOTÍN

ACTIVIDADES

# BANCO DE HERRAMIENTAS AUDIOVISUALES

**EDUCACIÓN PRIMARIA** **8-10 AÑOS**

Para la promoción de competencias emocionales, sociales y creativas

El recurso *Banco de Herramientas* forma parte del programa Educación Responsable, un programa educativo de la Fundación Botín que potencia el desarrollo integral del alumnado a través de la educación emocional, social y creativa, favorece el bienestar y cuidado del docente, mejora el clima de convivencia en la comunidad educativa y fortalece el vínculo del docente con el alumnado. Los recursos de *Educación Responsable* permiten trabajar las siguientes variables: Identificación, expresión y regulación emocional, empatía, autoestima, habilidades de comunicación, habilidades de relación, asertividad, pensamiento crítico, pensamiento creativo y toma de decisiones.

**Produce**
Fundación Botín

**Contenidos**
Fundación Botín 2025

**Diseño y maquetación**
Marta Díaz & Artedis S.L.

**Edición**
Fundación Botín
Pedrueca, 1. 39003 Santander
www.fundacionbotin.org
© Fundación Botín

**Aviso legal:** los contenidos de esta publicación podrán ser reutilizados, citando la fuente y la fecha, en su caso, de la última actualización.

FUNDACIÓN BOTÍN

# ✱ ÍNDICE DE ACTIVIDADES POR VARIABLES

## DESARROLLO EMOCIONAL

### IDENTIFICACIÓN, EXPRESIÓN Y REGULACIÓN EMOCIONAL

¡Me gusta que estés conmigo! ..... 10
Gru un papá genial ..... 12
Dime que me quieres ..... 14
This clock is about feelings ..... 16
¿Dejas huella en tu camino? ..... 18
Nos relajamos. Mindfulness ..... 21
Tranqui, por favor: El niño impaciente ..... 23
Una linda trampa ..... 25
Sin puños, por favor ..... 27
Mejor no enfadar al gatito ..... 30
Apagando fuegos ..... 32
Guárdame el secreto ..... 35
The love and the grouch families ..... 37
Para siempre ..... 39
Snack Attack ..... 41

### EMPATÍA

Clitia, la enamorada ..... 43
Dioses y seres vivos ..... 45
¿Y tu padre? ..... 48
Astrid le escucha ..... 50
Ahora te entiendo ..... 52
Oídos bien atentos, ojos bien abiertos ..... 54
Tomeo and Tosh ..... 56
Piedra, papel o tijera II ..... 58
Ian ..... 60

### AUTOESTIMA

El sol, la luna y la belleza ..... 62
Una barrita con un puntito ..... 65
El maltrato sutil ..... 67
Fuerza vikinga ..... 69
Hay algo que puedes hacer tú ..... 71
¿Necesito suerte? ..... 74
Be yourself! ..... 77
Guapa ..... 79

## DESARROLLO SOCIAL

### HABILIDADES DE COMUNICACIÓN

Digan lo que digan ..... 82
Todos iguales, todos diferentes ..... 84
Eres de los nuestros ..... 86
Hemos ganado el partido ..... 88
Ramón learns how to solve a conflict ..... 91

### HABILIDADES DE RELACIÓN

El rey malicioso y la princesa astuta ..... 93
Quiero estar sano, ¿te enteras? ..... 96
Sé lo que copiasteis el último verano ..... 98
Tengo que hablar contigo ..... 100
La cara amable del mundo ..... 103

### ASERTIVIDAD

El hermano vengativo de Aladino ..... 105
Si te pones así... ¡Me largo! ..... 108
¿Merece la pena enfrentarme? ..... 110
No me gusta lo que haces ..... 112

## DESARROLLO CREATIVO

### PENSAMIENTO CRÍTICO

El cumpleaños de Dudley ..... 115
Naturaleza ..... 117
Él nunca lo haría ..... 119
Zoo ..... 121

## PENSAMIENTO CREATIVO

Arquitectura para jugar ..... 123
¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música ..... 126
El color de las flores ..... 128
El rapto ..... 130
El museo de los puntos creativos ..... 132

## TOMA DE DECISIONES

El caprichoso rey Midas ..... 135
Invierno y primavera ..... 138
Cruzando el puente ..... 140
Jammer and Pop: the choices I make ..... 143
Rosa the rabbit takes responsability ..... 145
Me quedo con... ..... 147
La importancia del trabajo en equipo ..... 149

# ÍNDICE DE ACTIVIDADES POR ÁREAS CURRICULARES

## LENGUA CASTELLANA Y LITERATURA

¡Me gusta que estés conmigo! 10
Gru un papá genial 12
Dime que me quieres 14
Clitia, la enamorada 43
Dioses y seres vivos 45
¿Y tu padre? 48
Astrid le escucha 50
Ahora te entiendo 52
Oídos bien atentos, ojos bien abiertos 54
El sol, la luna y la belleza 62
Una barrita con un puntito 65
Nos relajamos. Mindfulness 21
Tranqui, por favor: El niño impaciente 23
Una linda trampa 25
Sin puños, por favor 27
Mejor no enfadar al gatito 30
Apagando fuegos 32
Guárdame el secreto 35
El caprichoso Rey Midas 135
Invierno y primavera 138
Cruzando el puente 140
Eres de los nuestros 86
Hemos ganado el partido 88
El rey malicioso y la princesa astuta 93
Sé lo que copiasteis el último verano 98
Tengo que hablar contigo 100
El hermano vengativo de Aladino 105
Si te pones así... ¡Me largo! 108
¿Merece la pena enfrentarme? 110
No me gusta lo que haces 112
Piedra, papel o tijera II 58
El color de las flores 128
Snack Attack 41
Guapa 79
El rapto 130
El cumpleaños de Dudley 115
Zoo 121

## EDUCACIÓN ARTÍSTICA

Gru un papá genial 12
¿Dejas huella en tu camino? 18
Oídos bien atentos, ojos bien abiertos 54
¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música 126
Apagando fuegos 32
Guárdame el secreto 35
Clitia, la enamorada 43
El museo de los puntos creativos 132

## EDUCACIÓN FÍSICA

El sol, la luna y la belleza 62
El maltrato sutil 67
Nos relajamos. Mindfulness 21
Sin puños, por favor 27
Eres de los nuestros 86
Hemos ganado el partido 88
Quiero estar sano ¿te enteras? 96
Si te pones así... ¡Me largo! 108

## LENGUA EXTRANJERA.INGLÉS

This clock is about feelings 16
Tomeo and Tosh 56
Be yourself! 77
¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música 126
The love and the grouch families 37
Jammer and Pop: The choices I make 143
Rosa the rabbit takes and responsibility 145
Ramón learns how to solve a conflict 91

## CIENCIAS NATURALES

Dioses y seres vivos ..... 45
El sol, la luna y la belleza ..... 62
Arquitectura para jugar ..... 123

## CIENCIAS SOCIALES

Arquitectura para jugar ..... 123

## MATEMÁTICAS

Arquitectura para jugar ..... 123

## VALORES SOCIALES Y CÍVICOS

¿Dejas huella en tu camino? ..... 18
Oídos bien atentos, ojos bien abiertos ..... 54
El maltrato sutil ..... 67
Eres de los nuestros ..... 86
Todos iguales, todos diferentes ..... 84
Ian ..... 60

## MÚSICA

Me quedo con... ..... 147
La cara amable del mundo ..... 103

# ÍNDICE DE ACTIVIDADES POR CONTEXTO ESCOLAR


## BILINGÜISMO

This clock is about feelings ..... 16
Tomeo and Tosh ..... 56
Be yourself! ..... 77
¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música ..... 126
The love and the grouch families ..... 37
Jammer and Pop: The choices I make ..... 143
Rosa the rabbit takes and responsibility ..... 145
Ramón learns how to solve a conflict ..... 91

## STEAM

Arquitectura para jugar ..... 123

## CONVIVENCIA ESCOLAR

¡Me gusta que estés conmigo! ..... 10
Dime que me quieres ..... 14
¿Dejas huella en tu camino? ..... 18
Astrid le escucha ..... 50
Una barrita con un puntito ..... 65
Fuerza vikinga ..... 69
Hay algo que puedes hacer tú ..... 71
Hemos ganado el partido ..... 88
Apagando fuegos ..... 32
Sin puños, por favor ..... 27
Mejor no enfadar al gatito ..... 30
Guárdame el secreto ..... 35
Cruzando el puente ..... 140
Eres de los nuestros ..... 86
Si te pones así... ¡Me largo! ..... 108
Sé lo que copiasteis el último verano ..... 98
Tranqui, por favor: El niño impaciente ..... 23
¿Merece la pena enfrentarme? ..... 110
No me gusta lo que haces ..... 112
Ian ..... 60
La importancia del trabajo en equipo ..... 149
Piedra, papel o tijera II ..... 58

## IDENTIDAD PERSONAL

Gru un papá genial ..... 12
¿Dejas huella en tu camino? ..... 18
¿Y tu padre? ..... 48
Ahora te entiendo ..... 52
Una barrita con un puntito ..... 65
El maltrato sutil ..... 67
¿Necesito suerte? ..... 74
Nos relajamos. Mindfulness ..... 21
Oídos bien atentos, ojos bien abiertos ..... 54
Tengo que hablar contigo ..... 100
Snack Attack ..... 41
El cumpleaños de Dudley ..... 115
Él nunca lo haría ..... 119
Zoo ..... 121
La cara amable del mundo ..... 103
Me quedo con... ..... 147
Para siempre ..... 39

## PLAN LECTOR

Una linda trampa ..... 25
Clitia, la enamorada ..... 43
Dioses y seres vivos ..... 45
El sol, la luna y la belleza ..... 62
El caprichoso Rey Midas ..... 135
Invierno y primavera ..... 138
El rey malicioso y la princesa astuta ..... 93
El hermano vengativo de Aladino ..... 105
El color de las flores ..... 128
Guapa ..... 79

## PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

Quiero estar sano ¿te enteras? ... 96
Tranqui, por favor; El niño impaciente ... 23
Una linda trampa ... 25
Sé lo que copiasteis el último verano ... 98
Tengo que hablar contigo ... 100

## ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

¿Dejas huella en tu camino? ... 18
¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música ... 126
El color de las flores ... 128
Todos iguales, todos diferentes ... 84
Guapa ... 79
El cumpleaños de Dudley ... 115

## PROGRAMAS DE PREVENCIÓN: ACOSO ESCOLAR

¡Me gusta que estés conmigo! ... 10
Mejor no enfadar al gatito ... 30
Cruzando el puente ... 140
Digan lo que digan ... 82
¿Merece la pena enfrentarme? ... 110
Tranqui, por favor: El niño impaciente ... 23
Todos iguales, todos diferentes ... 84
Piedra, papel o tijera II ... 58
Ian ... 60

## PLAN MATEMÁTICO

¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música ... 126
Una barrita con un puntito ... 65

## TRABAJO POR PROYECTOS

¿Dejas huella en tu camino? ... 18
Arquitectura para jugar ... 123

## INTERCULTURALIDAD

¿Dejas huella en tu camino? ... 18

## EDUCACIÓN AMBIENTAL

El color de las flores ... 128
Naturaleza ... 117
Zoo ... 121

## ARTES, EMOCIONES Y CREATIVIDAD

¿A qué suenan los cuadros? Pintando la música ... 126
¿Dejas huella en tu camino? ... 18
Arquitectura para jugar ... 123
El rapto ... 130
El museo de los puntos creativos ... 132

# DESARROLLO EMOCIONAL

- Identificación, Expresión y Regulación Emocional
- Empatía
- Autoestima

**TÍTULO:**

## ¡ME GUSTA QUE ESTÉS CONMIGO!

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR:**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Empatía; Autoestima; Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR:**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR:**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA:**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS:**
El vídeo explica a los niños cómo expresar y valorar el afecto en los ámbitos familiar, escolar y social. En casa, esto puede incluir dar abrazos y ayudar a los miembros más jóvenes de la familia. En la escuela, esto significa saludar a los amigos con una sonrisa, escuchar a los demás y ayudar a los compañeros. En la comunidad, esto implica compartir con los demás, ser amable y mostrar gratitud. El vídeo enfatiza que mostrar afecto nos hace sentir felices y conectados.

**REFERENTE TEÓRICO:** Las expresiones de afecto entre iguales suelen reducirse con el transcurso de los años (en particular las que implican gestos como abrazos o besos). Si bien es cierto que los niños muy jóvenes no tienen problemas para transmitir emociones, los que se encuentran próximos a la pubertad suelen reservar mensajes afectivos para el entorno familiar (incluso llegan a desaparecer en dicho escenario), inhibiéndose en el circuito de relaciones entre iguales.

**RAZÓN DE SER:** Esta actividad es una oportunidad emocionante para fomentar un ambiente de afecto y empatía en el aula. Comienza con un círculo de abrazos donde los estudiantes exploran formas de expresar cariño, seguido de la visualización de un vídeo que despierta reflexiones sobre cómo mostrar afecto en diferentes contextos. Finalmente, mediante un ejercicio cooperativo, los alumnos escriben mensajes positivos sobre sus compañeros, creando un espacio para que cada uno se sienta valorado y apreciado. Esta dinámica no solo fortalece los vínculos entre los estudiantes, sino que también promueve la autoestima y el bienestar emocional, convirtiéndose en una experiencia enriquecedora para todos.

## DESARROLLO

### 1ª Fase: *El círculo de los abrazos*

Se propone una dinámica que ayude a los alumnos a familiarizarse con las expresiones de afecto y preparar así el terreno para la visualización del vídeo y las actividades posteriores.

1. Formar un círculo con todos los alumnos sentados en el suelo.
2. El docente comenzará explicando que vamos a jugar a dar y recibir cariño y mostrará diferentes imágenes de personas abrazándose, sonriendo o dando la mano.
3. A continuación, lanza al grupo-clase algunas preguntas como, por ejemplo:
   - *¿Qué veis en las imágenes?*
   - *¿Cómo creéis que se sienten las personas en las fotos?*
   - *¿Os gusta recibir abrazos? ¿Por qué?*
4. El docente modelará diferentes formas de mostrar cariño:
   - Dar un abrazo suave
   - Chocar los cinco
   - Hacer un gesto de “pulgar arriba”
   - Sonreír y decir “me gusta estar contigo”
5. Invitar a practicar estas formas de mostrar cariño con el compañero de al lado.
6. Finalizar la dinámica con un gran abrazo grupal, formando un círculo todos juntos.

A continuación, realizaremos una lluvia de ideas en clase, para saber cuáles de las acciones que se han propuesto hacen ya. Una vez finalizada la dinámica, el docente explica al alumnado que decir a los demás, lo que nos gusta de ellos es muy agradable para quien lo escucha. A pesar de la vergüenza o del miedo a hacer el ridículo, es importante decir a otros lo bueno que vemos en ellos, pues también nos resulta muy agradable escuchar de boca de las demás cosas positivas de nosotros mismos.

### 2ª Fase

Los alumnos ven las secuencias seleccionadas y se formulan preguntas de corte emocional y empático para asegurarnos que han comprendido el mensaje.

- *¿Qué formas de expresar cariño hacia tu familia mencionaron en el vídeo?*
- *¿Cómo crees que se siente tu mamá o papá cuando les das un abrazo?*
- *¿Qué podrías hacer para ayudar a tus hermanos o abuelos y demostrarles cariño?*
- *¿Cómo te sentirías si un compañero te ayudara cuando lo necesitas?*
- *¿Qué formas de mostrar cariño hacia las personas de tu comunidad viste en el vídeo?*
- *¿Por qué compartir tus juguetes o tu tiempo es una forma de expresar afecto?*
- *¿Cómo puedes demostrar gratitud a alguien que te ayuda?*
- *¿Cuál fue tu parte favorita del vídeo? ¿Por qué?*
- *¿Has hecho alguna vez algo parecido a lo que viste en el vídeo? ¿Cómo te sentiste?*
- *¿Qué mensaje crees que quiere enseñarnos este vídeo sobre el cariño y las emociones?*
- *¿Qué aprendiste del vídeo sobre cómo hacer sentir bien a los demás?*

### 3ª Fase

Se escriben en la pizarra los siguientes mensajes afectivos:

- "Cuenta conmigo"
- "Soy tu amigo"
- "Me caes muy bien"
- "Hay cosas de ti que me gustan mucho"
- "Me gustaría conocerte mejor"
- "Me gusta lo bien que haces..."

Se aportará a cada grupo un folio en el que escribiremos el nombre de los integrantes de los mismos. A través de la técnica cooperativa de "folio giratorio" escribirán al menos tres cosas positivas de cada uno de los integrantes del grupo hasta que se acabe la ronda a partir de los mensajes anteriores o aquellos que se les ocurran. Una vez finalizada la escritura damos un tiempo para que con una música tranquila cada uno/a pueda leer lo que ha recibido y pueda interiorizar sus cualidades.

Una vez terminada la dinámica se pide a cada uno de ellos que lea tres cualidades al gran grupo con las que está más de acuerdo o le hayan sorprendido más.

Finalmente, podemos acabar dándonos todos un abrazo, y colgando todas esas cosas buenas que nos han escrito en las paredes o corchos del aula para reforzar la idea de que todos tenemos cualidades positivas que merecen mucho la pena.

[Si bien puede parecer que se fuerza a los alumnos a expresar afecto, a estas edades se considera imprescindible que cada niño reciba algún mensaje positivo de sus iguales. La gama de expresiones que se ofertan posee la suficiente variedad en la intensidad del apego o afecto como para que cada niño reciba su dosis de cariño].

### ACTIVIDADES RELACIONADAS:

- Pasillos llenos de abrazos (Guía para familias).

**TÍTULO:**

## GRU UN PAPÁ GENIAL

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Empatía; Autoestima; Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Gru es un ladrón que adopta a tres niñas con el fin de usarlas para que le ayuden en su próximo robo. Sin embargo, aunque en principio rehuía cualquier contacto emocional o afectivo con ellas, pronto se encariña con las tres y se convierte en un papá genial, tal y como se muestra en la escena escogida.

**REFERENTE TEÓRICO:** Hay muchas maneras de expresar las emociones que sentimos. Algunas personas las expresan de manera muy abierta y verbalmente directa. Otras, encuentran dificultades en hacerlo así y necesitan otros medios menos abiertos porque no se sienten cómodas expresando emociones. Sin embargo, la naturalidad da a las emociones todo su potencial para comunicar y transforma realmente a las personas.

**RAZÓN DE SER:** Analizando lo que hace que un papá sea mejor o peor, el alumnado descubrirá que la expresión emocional tiene mucho que ver en ello. Comprenderán que, aunque cueste, expresar lo que sentimos tiene muchos beneficios.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

"¿Qué diríais de un papá que...?"

- adopta a unas niñas pequeñas para que le ayuden a robar?
- no les deja tocar nada en casa?
- les pone un cuenco para perro para comer y beber?
- les pone un papel de periódico en el suelo en vez de que puedan ir al baño?
- no quiere darles besos ni abrazos?
- las abandona?

¿Qué pensáis que tiene que hacer un "buen papá"? Vamos a pensarlo en grupos de 5-6 y luego entre todos vamos a hacer un gran mural para colocarlo en la clase.

En la pizarra se tomará nota de todas las cosas que describen a un "buen papá" y estas ideas no se borrarán ya que servirán para realizar el mural.

### 2ª Fase

"Os voy a presentar al papá del que antes os hablaba.

¿Queréis conocerle? ¿Cómo os lo imagináis?" (Animar a que usen calificativos, por ejemplo, antipático, serio, soso, borde, malo...)

Se proyecta el vídeo.

"¿Os ha sorprendido Gru? ¿Era el papá que os imaginabais? ¿Por qué?

¿Qué ha podido pasar para que alguien que se comportaba tan mal ahora lo haga tan bien? (hacer referencia a que ha cogido cariño a las niñas y descubierto los beneficios de la expresión emocional, verbal y física)".

En este momento, el educador introduce la idea de asumir "riesgos" en la manifestación emocional:

"No es sencillo mostrar emociones a otras personas. Al menos, para algunos. Pero mostrar

los sentimientos nos acerca a los demás y les ayuda a conocernos mejor y también a querernos más.

Si os dais cuenta, lo que ha pasado aquí es que Gru se ha animado, por fin, a asumir el riesgo de mostrar lo que siente. Se está arriesgando a ser divertido, a contar cuentos, a 'hacer un poco el tonto', a dar besos... y las niñas lo agradecen un montón. Vamos a ver de nuevo la secuencia y me gustaría que os fijarais en qué reacciones tienen las niñas cuando Gru por fin y por primera vez en todo el tiempo que lleva con ellas, les da un beso de buenas noches."

### 3ª Fase

"Vamos a pensar un poco más en por qué nos cuesta tanto a veces arriesgarnos a expresarnos. A ver si podemos, entre todos, completar estas frases:

- La gente, a veces, no demuestra que está triste porque...
- La gente, a veces, no demuestra que está enfadada porque...
- La gente, a veces, no demuestra que está alegre porque...
- La gente, a veces, no demuestra que tiene miedo porque...

¿Os imagináis una vida en la que nunca hubiéramos asumido ningún riesgo? Siempre las cosas son difíciles al principio, pero al asumir ciertos riesgos pequeñitos vamos haciéndonos a las situaciones y somos más fuertes y capaces cada vez. Pensad en esto:

Si no me hubiera arriesgado a caerme... (nunca hubiera aprendido a andar, a montar en bici o patines...).

Si no me hubiera arriesgado a equivocarme... (nunca hubiera participado en clase).

Si no me hubiera arriesgado a conocer gente nueva... (nunca hubiera ido de campamento o no tendría a mis amigos y amigas del barrio).

Si no me hubiera arriesgado a suspender... (tampoco hubiera aprobado).

Después de todo el trabajo de análisis, se propone crear un mural que se colocará en un lugar visible de la clase (en papel continuo para facilitar en trabajo en grupo) titulado "Un buen papá" (se podrán poner comentarios, fotos, dibujos, etc.).

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Se trataría de confeccionar un mural de iguales dimensiones y formato, pero bajo el título "Un buen hijo/hija".

**TÍTULO:**

## DIME QUE ME QUIERES

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Habilidades de comunicación; Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Los dos protagonistas de la secuencia, el padre de familia y un chico que se ha incorporado recientemente al clan, no paran de tener diferencias entre sí y de pelear todo el tiempo. Hasta que algo les hace tener que cambiar de actitud: las dificultades de su entorno son tales que, o colaboran o toda la familia estará perdida. Sólo hay una forma de empezar a resolver el problema: decirse lo que sienten y trabajar juntos.

**REFERENTE TEÓRICO:** El mundo emocional es ciertamente complicado. A veces ni siquiera la propia persona sabe lo que siente o qué implicaciones tendrá para sí misma o para quienes estén alrededor. En relación con la ira, en ocasiones esta emoción es tan intensa que parece que la única manera de calmarla es lanzándola al exterior, pero.... Nada más lejos de la verdad. Canalizar la ira de manera inadecuada dificulta el abordaje de los problemas y pone obstáculos para que otras personas quieran ayudarnos.

**RAZÓN DE SER:** El principal objetivo de la actividad será ampliar el espectro emocional al uso (no el real, que es mucho más amplio que el que se suele mostrar) y desarrollar iniciativas que permitan al alumnado mejorar la expresión y recepción de emociones.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

"Hoy vamos a hablar de las emociones. ¿Podéis decirme todas las emociones que se os ocurran? Vamos a elaborar una lista en la pizarra con todas ellas..."

(Aparte de las emociones básicas, será importante que aparezcan muchas más, por ejemplo: aburrimiento, decepción, entusiasmo, fastidio, humillación, frustración, rechazo, amor, vergüenza, asombro, terror, arrepentimiento, culpa, entre otras).

Además, elaborarán también una lista de herramientas, las que se les ocurra, sirvan para lo que sirvan. Por ejemplo: martillo, lápiz, cuchara, cable...

Con las dos listas escritas en la pizarra, el educador realizará una reflexión:

"Algunas personas, en lugar de expresar un repertorio amplio de emociones como el que hemos conseguido en la primera lista, reducen sus emociones a una o dos como expresiones principales en sus relaciones. De alguna forma sería como si alguien sólo usara un par de herramientas de la segunda lista y lo hiciera para todas las situaciones. Por ejemplo, pintar con una cuchara, clavar un clavo con una cuchara, conseguir energía con una cuchara, rascarse con una cuchara... (NOTA: Puede ser muy divertido, además de que les ayudará a visualizar lo absurdo que puede llegar a ser también en el ámbito de las emociones. Les parecerá ridículo, les hará gracia, pudiéndose fijar en su memoria una huella que les puede ayudar fácilmente a recordar la esencia del ejercicio).

¿Qué os parecería que alguien usara la ira para todo? ¿O que se entristeciera por todo? ¿O que le tuviera miedo a absolutamente todo? ¿No os parecería ridícula también esa situación, tanto como las que hemos comentado hace un momento?

El personaje que vais a ver en la secuencia tiene justo ese problema. Siempre está enfadado y lo paga con cualquiera que se encuentre

cerca. Pero algo sucede que tiene que cambiar de estrategia... Prestad atención a la escena y después lo comentamos."

### 2ª Fase

Se proyecta la secuencia y se lanzan algunas preguntas para orientar un pequeño debate:

- ¿Pensáis que le servía de algo estar siempre tan enfadado?
- ¿En realidad no os parece que es como este tipo de personas que mencionábamos, que usan la cuchara para todo?
- Ante la situación que están viviendo, ¿qué otras emociones podrían sentir además de enfado? (Miedo, frustración, tristeza, culpa...) Se podrá apuntar que la ira, en una situación como la que están viviendo, es una de las emociones más ineficaces porque por sí sola no coloca al individuo en una actitud resolutiva o adaptativa.
- Sin embargo, algo sucede, la actitud y las emociones del padre parecen cambiar... ¿Qué ha ocurrido?

(Principalmente la dificultad de la situación, la incapacidad aparente para resolverla y la necesidad de comunicarse para llegar a una solución).

"Lo que les ha sucedido a estos dos personajes, al fin y al cabo, pasa muchas veces en la vida real. Las situaciones difíciles a veces sirven para unir a las personas y para hacerles ver que tienen objetivos comunes y que verdaderamente pueden y deben colaborar. Pensemos, si no, lo que ocurre cuando hay un terremoto, o un incendio, o cuando se necesita sangre en un hospital... que las personas se vuelcan y empiezan a trabajar juntas, aunque no se conozcan o, incluso, aunque siempre se hayan llevado mal.

¿Qué tienen estos dos personajes en común que les está ayudando a poder trabajar juntos?" (Las personas a las que ambos quieren, su deseo de sobrevivir, haber pasado por situaciones difíciles antes, su interés por proteger a la familia...)

Es importante darse cuenta de que, justo cuando empiezan a abandonar la ira y comienzan a expresar otras emociones, se produce un acercamiento a la solución del problema.

### 3ª Fase

En esta fase se volverá a visualizar la secuencia pidiendo al alumnado que anote todas las emociones manifestadas por cada personaje, que serán puestas en común con posterioridad.

Como podrá percibirse y conviene resaltar, las emociones tienen una dimensión visible, evidente, pero también otra que se queda a nivel interno y privado, sin que se vean desde fuera. En la puesta en común será interesante identificar si aparte de lo que se ve en la secuencia, piensan que hay otras emociones en el fondo que los personajes no están mostrando (p.e. pueden estar sintiendo mucho miedo y no mostrarlo abiertamente). Evidentemente, la parte privada sólo puede analizarse de manera hipotética, pero merece la pena como ejercicio de inteligencia emocional, ya que esto es en definitiva lo que hacen las personas emocionalmente inteligentes: hacer hipótesis plausibles acerca del mundo emocional propio y ajeno.

Al analizar estas cuestiones, se propone detenerse en el comentario que se le hace al padre acerca de que ni su hija ni él expresan mutuamente lo mucho que se quieren:

- ¿Por qué pensáis que nos cuesta tanto a veces decirnos que nos queremos?
- ¿A qué tenemos miedo?
- ¿Qué ventajas tiene expresar nuestras emociones a otras personas?
- ¿Qué desventajas puede tener y cómo podríamos solucionarlas?
- ¿Pensáis que la familia del padre y él mismo se han perdido algo por el hecho de haber estado tanto tiempo sin decirse que se quieren? ¿qué han perdido? ¿cómo podrían recuperarlo en el futuro si vuelven a encontrarse?

**TÍTULO:**

## THIS CLOCK IS ABOUT FEELINGS

**AUDIOVISUAL**

Music: *The Four Seasons* by Vivaldi
Story: "James' Birthday Chocolate Cake"

**TOPIC**

Emotional identification, expression and regulation.

**CURRICULAR AREA**

Foreign Language: English.

Lexicon: seasons, weather, clothes, food
Syntactic-discursive content (reception): Present simple (e.g. Mummy arrives home, Betty tells..., She opens..., she eats...)
"How does ... feel?".

**SCHOOL CONTEXT**

Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**

8 to 10 years old.

**SUMMARY**

*The Four Seasons* by Vivaldi is a musical piece that evokes aspects of the seasons. "James' Birthday Chocolate Cake" is a short story that allows children to explore different emotions arising from a single situation.

It is James' birthday and his mummy has bought a big, delicious chocolate cake. Betty, James' sister, also loves chocolate cakes. Before going to work, mummy puts the cake in the fridge and tells them, "Do not touch the cake; it is for James' party."

James goes to do his homework, but Betty, feeling very hungry, silently enters the kitchen, opens the fridge, and eats the whole cake.

When mummy arrives home, she sees Betty lying on the sofa. Betty says, "Mummy, mummy, I have a terrible stomachache." Mummy sees chocolate everywhere—on the sofa, on the table, and on Betty's mouth... "What have you done, Betty?".

## THEORETICAL BASIS

Children between five and six years old can recognise opposite emotions, but only sequentially. Realising that multiple, even contradictory, emotions can be felt simultaneously is a developmental milestone typically reached around seven or eight years old. Some researchers suggest it may not be fully developed until age eleven. This highlights the challenge children face in developing emotional ambivalence.

## PURPOSE

This activity aims to help pupils transition from understanding multiple emotions in sequence to recognising that different or opposing emotions can occur simultaneously. First, children creatively represent feelings inspired by Vivaldi's music. Then, using flashcards, they attribute emotions to those representations. Finally, they analyse a story that presents emotional ambivalence.

## LESSON PLAN

### Stage 1

Briefly introduce Vivaldi's *The Four Seasons*. Explain that it has four parts and each will be represented by a drawing. The goal is to express feelings evoked by the music using various materials (paint, markers, pencils, etc.).

Introduce vocabulary related to the seasons (spring, summer, autumn, winter) and expand on related words—weather, clothing, food, leisure activities.

### Stage 2

Display some drawings and introduce emotion vocabulary. Listen to the music again. Ask students to stand next to the drawing that best represents their current emotion.

Explain that there are no right or wrong answers—everyone reacts differently to stimuli.

Discuss the results and show how emotions were felt sequentially.

Introduce ambivalence: Ask if pupils have ever felt two different emotions at the same time. ("Can you feel two emotions at the same time?", "Can you be tired and happy at the same time?")

### Stage 3

Read the story aloud, using gestures and tone to aid understanding. Give each group a "Feelings Clock" with emotion drawings instead of numbers. Ask them to place the hands on the emotions they think each character feels.

Focus on characters one by one. Use guiding questions like:

How does James feel? (Angry with Betty; sad because he has no birthday cake).

How does mummy feel? (Disappointed with Betty; worried about her stomachache; sad for James).

How does Betty feel? (Sorry for making mummy and James sad; regretful about eating the cake).

Ask pupils how they would feel in a similar situation.

## CONTINUITY PROPOSAL

Keep the clocks in the classroom to use with future stories or real-life situations. They can help with emotional understanding and conflict resolution.

**TÍTULO:**

## ¿DEJAS HUELLA EN TU CAMINO?

**RECURSO A UTILIZAR**

Exposición virtual

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**

Identificación, Expresión y Regulación emocional; empatía; Pensamiento creativo.

**ÁREA CURRICULAR:**

Educación artística; Valores sociales y cívicos.

**CONTEXTO ESCOLAR**

Artes, emociones y creatividad; Identidad personal; Convivencia escolar; Trabajo por proyectos; Interculturalidad; Plan de atención a la diversidad.

**EDAD RECOMENDADA**

De 8-10 años.

**SINOPSIS**

Esta actividad está inspirada en la exposición **Itinerarios 2009/2010. XVII** en esta muestra, podemos encontrar la obra de **Eduardo Soriano** (Florencia, Colombia, 1976) que aborda el fenómeno de las migraciones y a sus consecuencias, creando el proyecto Midway (2010) que se basa en entrevistas sobre el tipo de imágenes que han manejado antes de dejar su lugar de origen diferentes migrantes y que les acompañaron en la migración como si fueran herramientas con las que manejarse en un nuevo medio. El artista ofrece a estas personas la posibilidad de trabajar dichos imaginarios y sueños para ser impresos en papel fotográfico y, con éste, hacer unos zapatos.

**REFERENTE TEÓRICO:** El trabajo a través de las artes plásticas potencia nuestra creatividad y es el medio perfecto para desarrollar las habilidades emocionales como la identificación y expresión emocional puesto que cada obra nos hace sentir a cada uno de nosotros cosas muy diferentes en función de nuestras experiencias, recuerdos, personalidad... es algo subjetivo y muy enriquecedor en el ámbito educativo. También son clave en el desarrollo de la empatía ayudándonos a ponernos en el lugar del artista y otras personas para entender y comprender su obra.

**RAZÓN DE SER:** En la realización de esta actividad, el alumnado descubrirá la obra de este artista, un trabajo repleto de empatía que nos ayudará a potenciar esta habilidad poniéndonos en el lugar de los demás. Después de conocer su obra, tendrán que realizar una actividad creativa donde pongan en juego las cualidades emocionales y sociales del grupo. El alumnado, desarrollará su capacidad de escucha y habilidades de interacción en un trabajo que mostrará el resultado grupal.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

En esta primera fase, el educador introducirá la actividad y al artista avanzando lo que vamos a ver a continuación.

En esta actividad vamos a conocer a un artista que se llama Eduardo Soriano. Este artista es colombiano, y le gusta mucho la fotografía, hablar con las personas y crear con todo ello. ¿A vosotros os gusta crear? En este vídeo, vamos a ver a diferentes personas creando unas obras especiales. Fijaos bien qué objetos están creando, a ver si los descubrís. Pero, además, estas personas no son del lugar donde viven, sino que llegaron aquí como emigrantes ¿sabéis lo que quiere decir eso?

A continuación, tras la temática, podemos detenernos a explicar la idea de migración, así como hablar y descubrir a compañeros que puedan ser de otros lugares del mundo o hayan vivido experiencias similares.

### 2ª Fase

En esta fase, proyectaremos el vídeo y practicando la técnica del vídeo stop, iremos analizando lo que dicen las distintas personas que aparecen, también nos fijaremos en detalle en lo que están creando. Algunas preguntas que pueden ayudar a facilitar este análisis pueden ser:

¿Qué veis en esta obra? ¿Qué os llama la atención? ¿Qué cosas encontramos? ¿Cómo son? Los describimos. ¿Por qué ha decidido el artista crear estas obras? ¿Para qué sirven generalmente estos objetos? ¿Cómo se habrán elaborado estas obras?

¿Cómo las haríais vosotros? ¿Con qué material están trabajando estas personas? ¿Lo reconocéis, os resulta familiar? (Son fotografías impresas) ¿Pensáis que las imágenes son reales o ficticias?

El proyecto Midway contiene diversas entrevistas a varios migrantes sobre el tipo de imágenes que han manejado antes de dejar su lugar de origen y que les acompañaron en la migración a modo de herramientas con las que enfrentar diferentes situaciones y poder manejarse en un nuevo medio.

El artista ofrece a estas personas la posibilidad de trabajar dichos imaginarios y sueños para ser impresos en papel fotográfico y, con este, elaborar unos zapatos. El propio proceso de fabricación de los mismos va acompañado de entrevistas y charlas registradas en vídeo en las que se recogen experiencias, imágenes y sueños alentadores.

Tras ver el vídeo, hablaremos con el alumnado para saber si en alguna ocasión han impreso fotografías y creado algo con ellas (por ejemplo, un collage, un mural, un álbum de fotos...).

A continuación, podemos detenernos en algunas imágenes de las obras del artista que muestran el resultado final de este proyecto y potenciar la observación y análisis a través de preguntas: ¿Por qué creéis que la artista ha decidido hacerlo así? ¿Te gustaría ponerte alguno de esos zapatos? ¿Cómo te sientes en sus zapatos? ¿Qué creéis que el artista ha sentido?

También podemos hablar de la expresión "ponerse en los zapatos de alguien" que puede ayudarnos a explicar de forma muy sencilla en qué consiste a grandes rasgos la empatía.

### 3ª Fase: ¿Dejas huella en tu camino?

Tras descubrir el proyecto del artista, el alumnado con ayuda del educador, realizarán una actividad creativa. Consiste en medir las cualidades físicas de su compañero para, a continuación, pasar a medirse y explorarse mutuamente las cualidades emocionales y sociales.

Será un camino que nace de la empatía y termina en un deseo de futuro que toda la clase debe decidir.

El alumnado se organizará en parejas y con una cartulina y/o cartón tendrán que marcar la silueta del pie de su compañero. Después, trabajarán el recorte del pie de su compañero en el que deberán, además de darle color, pintar y escribir un deseo que tienen hacia su compañero y que esa huella dejará a su paso, cada vez que pise, tomando como inspiración las cualidades que ve en su compañero: **¿Qué te deseo para el futuro?**

Por último, en grupos aproximados de seis parejas juntarán y pegarán sus huellas en una misma cartulina de mayor tamaño. Como el futuro es un camino que hay que recorrer y explorar, entre todos andarán ese recorrido, juntos, con multitud de deseos personalizados. El camino de sus huellas será plasmado en consenso, la totalidad de la clase se realizará esta pregunta **¿Qué camino futuro vamos a recorrer juntos?** Y la plasmarán en una serie de cartulinas unidas por el sentido de las huellas.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD “NUESTRO MUNDO”

Con la idea de migración y de las características personales y culturales de cada alumno podremos abrir un espacio para explorar todas ellas en una actividad llamada “nuestro mundo”.

En esta actividad pediremos al alumnado que traigan objetos, fotografías, alimentos e incluso músicas de otros lugares, puede ser de lugares donde han vivido, viajado, donde tienen familiares o simplemente que les resulten interesantes.

Exploraremos cada uno de estos objetos y esto ayudará a que el alumnado se conozca mejor entre ellos y también favorecer la empatía con los demás.

Concluiremos que “nuestro mundo” y nuestra aula es muy diverso y eso lo hace muy enriquecedor puesto que podemos conocer y acercarnos a variedad de culturas.

**TÍTULO:**

## NOS RELAJAMOS. MINDFULNESS

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Utilizando música suave, el educador promoverá un estado de relajación física y mental en los alumnos?

**REFERENTE TEÓRICO:** La relajación es un excelente procedimiento para regular estados de activación corporal. Los niños de entre 8 y 10 años se ven sometidos a situaciones de estrés derivadas de su continua actividad física, el aprendizaje de las materias académicas y las actividades extraescolares, entre otros. El educador puede desarrollar una sesión de relajación de vez en cuando para que los alumnos practiquen el control de sus niveles de activación.

Para conseguir buenos resultados en una actividad de este corte, es importante que los alumnos hayan pasado por una fase de cierta excitación física y emocional minutos antes (una clase de educación física o un ejercicio físico intenso). Ello facilitará que consigan un mayor nivel de relajación.

**RAZÓN DE SER:** El educador, introduciendo en la actividad música suave, guiará la relajación de los niños, iniciándola en el plano físico para posteriormente centrarse en el mental, facilitando el despliegue de la capacidad de imaginación y visualización de los pequeños.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador explica a los alumnos que van a practicar un ejercicio de relajación en el que se irán sintiendo físicamente calmados y tranquilos y mentalmente apaciguados.

Para que se desarrolle la actividad con buenos resultados es necesario que:

- Los alumnos se descalcen y se tumben en el suelo, preferiblemente encima de colchonetas.
- Debe mantenerse una mínima distancia entre ellos para no interferir su proceso de relajación.
- Han de estar boca arriba, con las piernas estiradas y los brazos junto al tronco o encima del estómago.
- A una señal dada, todos cerrarán los ojos.

El educador hace sonar música suave y a bajo volumen.

### 2ª Fase

Empleando una voz suave, en tono reposado y con un ritmo lento en la emisión de palabras, el educador pedirá a los niños que vayan tensando y destensando las distintas partes del cuerpo en la siguiente secuencia: pies y piernas – estómago – brazos y manos – hombros y cuello – cara.

A continuación, les invitará a inspirar profundamente por la nariz, retener unos segundos el aire en los pulmones y soltar muy despacio el aire por la boca. Este ejercicio respiratorio se desarrollará varias veces.

Una vez el educador detecte que el cuerpo de los alumnos está en estado de reposo y relajado, introducirá la visualización de colores, haciéndoles evocar paisajes y fenómenos atmosféricos que transmitan calma y sosiego: el azul con el cielo, el mar o un río; el naranja con un amanecer o un atardecer; el verde con la hierba, los árboles o el agua del mar; el blanco con las nubes.

Se pasará a una fase en la que se sugerirá la visualización de situaciones relajantes. Por ejemplo:

*"Nos imaginamos que vamos andando descalzos por un prado... estamos en bañador y sentimos el sol que calienta un poco el cuerpo, pero no notamos calor... sentimos el frescor de la hierba bajo nuestros pies...".*

*"Observamos la ladera de un monte... en la base hay una cueva... entramos en ella... al instante notamos una corriente de aire fresco y agradable...caminamos dentro de la cueva siguiendo un sendero dentro de la montaña... bajamos más y más...".*

*"Llegamos a una pequeña playa en el interior de la roca... la arena es suave y está caliente... un pequeño lago azul y en calma aparece ante nuestra vista... metemos un pie en el agua y la sentimos agradable... nos introducimos en el agua... está tranquila, sin olas... flotamos en ella... una sensación agradable recorre todo nuestro cuerpo... nos dejamos llevar al centro del lago... introducimos todo el cuerpo y buceamos... se ven pequeños peces de colores y el fondo del lago está cubierto de arena fina... salimos a la superficie...".*

*"Estamos de nuevo en la pequeña playa... nos tumbamos en la arena con los ojos cerrados... se escucha el sonido del agua de fondo y nuestra respiración calmada... una vez secos, emprendemos el viaje de vuelta despacio y tranquilamente... salimos de la cueva y notamos la tibieza del sol...".*

*"Abrimos los ojos y nos sentimos tranquilos, relajados y en completa calma y paz... nos incorporamos y nos miramos unos a otros todavía en silencio".*

Cuando todos los alumnos se hayan sentado se desarrollará un breve diálogo en el que los alumnos comenten la experiencia y cómo se han sentido.

**TÍTULO:**

## TRANQUI, POR FAVOR: EL NIÑO IMPACIENTE

**AUDIOVISUAL**
(Hasta el minuto 2:40)

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Promoción de hábitos saludables; Programas de prevención: acoso escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
El protagonista se comporta de manera muy impaciente con una tendencia a ser altamente exigente con los demás. El niño grita, se enfada y busca la atención inmediata. El audiovisual invita a identificar estos comportamientos, conocer los efectos inapropiados de la impaciencia y reconducirlos a través de la relajación y otras estrategias de regulación emocional.

**REFERENTE TEÓRICO:** Conceptos como "esperar unos años"; "perseverar, aunque no se vean resultados visibles"; "tener paciencia" o "practicar durante meses" son asumidos con dificultad por los niños. Sin embargo, es una misión importante del educador hacer entender a los alumnos que la constancia, la paciencia y el esfuerzo son la base del éxito personal y social.

Cuando un niño entiende que hay metas a corto plazo y otras a largo plazo, acaba por calmar de forma espontánea su inicial ansiedad por obtener de forma inmediata la recompensa a sus esfuerzos.

**RAZÓN DE SER:** A partir de un estímulo audiovisual, el educador promueve una reflexión colectiva centrada en la impaciencia y sus negativos resultados.

Se puede provocar un coloquio posterior mediante diversos tipos de preguntas, centradas en las emociones que se experimentan durante tiempos de espera, y las reacciones que suelen acompañar a la impaciencia.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador comenta con los alumnos que muchas veces desean hacer lo que más les apetece "ya".

Cuesta trabajo saber esperar al momento oportuno, sobre todo cuando no depende de ellos disfrutar de las cosas cuando más lo desean. Si no se aprende a contenerse y mantener la calma, se corre el riesgo de tener problemas con los padres, los amigos, los educadores, los compañeros de clase, etc.

Se pondrán algunos ejemplos: "abrir ya los regalos de Reyes"; "tirarse al agua nada más llegar a la piscina"; "exigir ir en ese mismo momento a una hamburguesería"; "gastar la paga semanal el mismo día que te la dan", etc.

Se proyecta el audiovisual, formulando a continuación preguntas para asegurar la comprensión por parte de los alumnos del mensaje que se transmite:

- *¿Qué le pasa al personaje? ¿En qué situaciones se pone nervioso e impaciente?*
- *¿Ocasiona algún problema a los demás su falta de paciencia?*
- *¿Cómo acaban todos los personajes?*
- *¿Cómo aprende a ser más paciente?*

### 2ª Fase

Preguntas para estimular el diálogo colectivo:

- *¿Qué nos dicen los adultos cuando estamos impacientes?*
- *¿Os soléis enfadar cuando tardan en serviros la comida en un restaurante?*

- *Si queréis que os compren hoy mismo un juego y os dicen que os esperéis al fin de semana ¿qué respondéis? ¿Os enfadáis?; ¿qué pasa después?*
- *Si queréis intervenir en clase para responder una pregunta del educador y levantáis la mano, pero el educador no os hace caso. ¿Qué hacéis? ¿Qué pasa si interrumpís sin permiso?*
- *¿Cuándo os hacen más caso los amigos a la horade decidir qué hacer una tarde, cuando os enfadáis o cuando razonáis? ¿Por qué?*
- *Es la hora de comer. Os sirven la ensalada en el plato, pero tenéis mucha sed, así que bebéis de golpe tres vasos de agua. ¿Qué pasa a continuación? ¿Qué hubierais podido hacer?*
- *Si tenéis algo urgente de verdad que decir a un adulto, pero no os hace caso ¿es mejor esperar a que os quiera escuchar o debéis hacer otra cosa?*

[El educador plantea esta pregunta para que los niños discriminen caprichos o situaciones triviales de verdadero riesgo, en los que la ayuda adulta debe producirse de inmediato. Se pueden poner ejemplos: "tu hermano pequeño se ha caído por las escaleras y tu padre está hablando por teléfono"; "huele a quemado en la cocina; tu madre se ha echado la siesta y te ha pedido que no la molestes en la próxima media hora"].

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Una vez finalizada esta actividad se sugiere trabajar con la actividad "Nos relajamos" con el objetivo de profundizar en técnicas de relajación basadas en la respiración y la visualización guiada. Estas técnicas ayudan a promover una sensación de control positiva ante circunstancias de impaciencia y falta de control.

**TÍTULO:**
## UNA LINDA TRAMPA

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector; Promoción de hábitos saludables.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Una niña "educa" a su hermano en el autocontrol contándole un cuento por partes, generando en él cada vez mayor expectación. De esta peculiar manera el niño come todo lo que tiene en el plato, y además se aficiona a la lectura.

**REFERENTE TEÓRICO:** El aprendizaje del autocontrol se muestra eficiente en múltiples aspectos del desarrollo personal. En la etapa evolutiva comprendida entre los ocho y los diez años, la motivación de sus acciones se encuentra a menudo en el seguimiento de sus impulsos: visualizan un resultado inmediato, les resulta atractivo y proceden a actuar sin más. Sin embargo, con ayuda adulta, pueden hacerse cada vez más competentes en la reflexión previa para considerar las consecuencias que siguen a las conductas antes de desarrollar un determinado comportamiento.

**RAZÓN DE SER:** Existen hábitos de conducta que no se implantan a corto plazo, como es el caso de la lectura, la escritura o los comportamientos de auto-cuidado. En la presente actividad, un estímulo audiovisual en el que se refleja cómo una niña enseña a su hermano a esperar al siguiente capítulo de un cuento interesante, puede ser utilizado por el educador para inculcar en los niños el hábito de la espera (cada cosa a su debido momento), facilitando la contención bajo la promesa o el anuncio de futuras emociones.

Se iniciará un coloquio colectivo a partir de preguntas sobre las que los niños han de plantearse situaciones en las que es más positivo *pensar, esperar* y ver *qué puede pasar después* de ciertas reacciones.

## DESARROLLO

- En el episodio que hemos visto ¿qué aprende el niño? ¿Quién se lo enseña? ¿Cómo lo hace?
- A veces nos cuesta contenernos. Por ejemplo, cuando alguien nos lleva la contraria, ¿podríais poner un ejemplo?
- ¿Qué pasa si os enfadáis con un compañero de clase y os dejáis llevar por las ganas de darle una patada o un puñetazo?
- Si en casa os dicen que os vayáis a vuestro cuarto sin decir ni una sola palabra ¿de qué os dan ganas? ¿Qué pasa después?
- Un puzle de 500 piezas puede ocupar vuestro tiempo durante varios días. ¿Os soléis rendir en seguida?; si no os rendís ¿os sentís mejor cuando lo termináis?
- Cuando resolvéis por vuestra cuenta un problema en una asignatura ¿os sentís igual de bien que si buscáis la solución en el libro? ¿Por qué?
- Comentad con vuestro compañero más próximo tres cosas a las que merecería la pena dedicar años. [Pistas: la escuela, una profesión, tu hogar, el dominio de un deporte, etc.]
- Cuando veis un mago por la televisión ¿pensáis que ha nacido sabiendo o que ha necesitado tiempo para practicar? ¿Por qué?

- Los artistas más famosos ¿cuánto tiempo creéis que dedican al día para perfeccionar sus habilidades?
- ¿Qué has aprendido de este rato de reflexión?

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Proponerles que cada uno cuenten una historia a partir de un libro de la biblioteca. Para crear la incertidumbre del vídeo se puede desarrollar la actividad en dos sesiones diferentes.

Se pude proponer también la lectura de una historia en familia. (Guía de Familias).

**TÍTULO:**

## SIN PUÑOS, POR FAVOR

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura; Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Jo no es la típica niña de su edad, dulce y encantadora. De hecho, es la "matona" del cole y tiene a Gabe, el hijo menor de los Duncan, realmente atemorizado. Su hermana mayor Teddy, decide intervenir y proporcionarle a Jo nuevas estrategias para mostrar sus emociones sin que incluya pegar a los demás.

**REFERENTE TEÓRICO:** A algunas personas les da tanto miedo expresar sus emociones positivas, de afecto o ternura, que se escudan bajo una apariencia de enfado constante o incluso maldad permanente (tal vez porque esta actitud les haya servido en alguna ocasión). Pero en el fondo, todos tenemos nuestro corazoncito y hasta las personas de las que menos nos esperaríamos afecto tienen capacidad para ser cariñosas y tener buenos sentimientos. Solo hay que aprender a sacarlos a flote.

**RAZÓN DE SER:** Las dos secuencias propuestas muestran de forma muy clara una evolución en uno de los personajes, Jo respecto a cómo hacer las cosas y qué ocurre cuando nos acostumbramos a actuar sin autocontrol. A través de la conducta de Teddy (le da una clase práctica a Jo) el alumnado analizará las consecuencias de determinadas conductas agresivas.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador introduce la primera secuencia diciendo:

*"Gabe es un niño de 10 años que está teniendo problemas con un "matón" en el colegio. Su hermana de 15 años, Teddy, decide investigar y ver qué está ocurriendo. Fijaos en lo que ocurre entonces..."*

Se proyecta la primera secuencia, parando el vídeo justo cuando Jo sale de clase (reservando para después la parte en la que Teddy y Gabe, ya de vuelta en casa, comentan lo ocurrido en el colegio).

A continuación, se plantean las siguientes preguntas al gran grupo:

*"¿Cuál pensáis que es la razón por la que esta niña se comporta así?"* (Se permite todo tipo de explicaciones, ya que luego se podrán contrastar con lo que Teddy le explica a su hermano).

*"¿Pensáis que consigue algo con ello?* (Sí, claramente, aunque sea a través del miedo generado en los demás). *¿Qué?* (La sensación de poder, que los demás hagan lo que ella dice...) *¿Puede ser por eso que sigue haciéndolo?* (Muy probablemente).

*¿Pierde algo con ello?* (El afecto de los que tiene alrededor. Sólo le temen y le odian, pero no le quieren).

*¿Cuál pensáis, entonces, que sería la solución?* (Frenarle, que es lo que intenta hacer Teddy, aunque no muy correctamente. No se recomiendan actitudes agresivas, pero sí poner límites).

*¿Por qué creéis que a Teddy tampoco le tiene miedo, aunque es mucho mayor?* (Parece que se ha acostumbrado a actuar siempre así y no mide sus propios límites ni con quien se enfrenta).

*Vamos a detenernos un poco a ver lo que Teddy comenta con su hermano al llegar a casa y en* este momento se termina de poner la secuencia para comentar después lo sucedido.

*¿Qué habéis descubierto en esta conversación?* (La razón por la que Jo no expresa las emociones que realmente siente y que a Gabe le pasa lo mismo.) *Está claro que, si Jo quiere acercarse a Gabe, debe aprender nuevos métodos…"*

### 2ª Fase

En la segunda secuencia, Teddy intenta enseñar a Jo nuevas maneras de relacionarse porque las que tiene no sirven para acercarse a las personas, sólo sirven para espantarlas. De hecho, trata de enseñarle a autocontrolarse.

Para que el alumnado entienda lo que le sucede a Jo, se realiza una breve dinámica que mostrará lo que ocurre cuando nos acostumbramos a actuar siempre agresiva o impulsivamente.

Cada alumno será un coche desbocado con el motor… ¡a mil revoluciones por minuto! Cuando el motor está tan acelerado, no se tiene control sobre él, casi funciona por su cuenta… El educador pide a todos que se levanten, se les puede pedir también que aparten hacia los laterales las mesas y sillas y cuando se diga "¡YA!" empiecen a moverse por la clase con las manos como si llevaran un volante y sin poder parar.

Se van a dar cuenta de que, al ir tan rápido y haber tan poco espacio, es fácil chocarse (cuidar de que no se hagan daño ni de que hagan "burradas" bajo el pretexto de que "lo ha pedido el o la profe"). Es como si fueran en los autos de choque, que a veces se tiene más la sensación de que es el coche el que te lleva que al revés.

La única condición que se pone es que ni se hagan daño ni paren, porque deben recordar que su motor ¡está revolucionadísimo!

Al minuto o dos de "conducir a toda velocidad" paran y se les recuerda que cuando nos acostumbramos a hacer las cosas así, demasiado rápido, agresivamente, sin pensar, y en algunos momentos conseguimos lo que queremos, sin darnos cuenta perdemos la capacidad de hacerlo verdaderamente bien.

### 3ª Fase

*"¿Creéis que es fácil enseñar a Jo otras maneras de comportarse? Vamos a ver cómo lo hizo Teddy y qué consiguió…".*

Se proyecta la segunda secuencia, para pasar a analizarla:

*"¿Es, de verdad tan raro que los chicos a los que pega nunca hayan invitado a Jo a jugar a sus casas? (*No, porque la agresividad produce rechazo en las personas, aunque a veces hayan cedido por obligación o miedo).

*¿Cómo es posible que cuando Teddy le dice a Jo que a Gabe también le gusta, sólo le entren ganas de pegar? (*Se ha acostumbrado a actuar siempre agresivamente, no está acostumbrada a hacerlo de otro modo).

*¿Es apropiado que cuando Teddy dice 'iqué chaqueta tan chula!' Jo le haga una llave y la tire al suelo?*

*¿Cómo debería haber reaccionado ante un cumplido? ¿Y cuando le pregunta que si quiere que coman juntos?*

*Sin embargo, siguiendo la recomendación de Teddy, cuando le dice que está muy guapa consigue hacer un cambio muy importante… ¿Cuál?* (Abrir los puños, descubriendo que hay otra forma posible de hacer las cosas.) En este momento se puede aprovechar para hablar de otros trucos de autocontrol útiles en esta u otras situaciones (Meterse las manos en los bolsillos, salir de la situación, contar hasta 10, cambiar de tema, etc.).

*¿Consigue algo más de Gabe con la nueva forma de relacionarse, sin pegar? ¿Qué consigue?*

*¿Sabe Gabe reaccionar ante un cumplido?* (No, en el fondo los dos son muy parecidos). *¿Y sabe hacerlos?*

*¿Qué te parece el cumplido que le hace a Jo?*

Entre todos se analizan situaciones en las que se reacciona con enfado, cuando en realidad

son otras las emociones puestas en juego. Ejemplo: Algo no nos sale bien y reaccionamos con agresividad. A lo mejor son otras las emociones, tristeza o preocupación. En lugar de enfadarse, es mejor esperar e intentarlo de nuevo o pedir ayuda.

*Para terminar, pensad en una oración que resuma lo que hemos aprendido al analizar estos vídeos.*

**TÍTULO:**

## MEJOR NO ENFADAR AL GATITO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Programas de prevención: acoso escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Gato con botas se dispone a entrar en la cantina de San Ricardo, una ciudad donde ahora no es ya bien recibido. Allí lo único que encuentra son burlas y comentarios para ridiculizarle. Pero como buen caballero que es, decide aguantar con paciencia. Eso sí, llegado el momento, pone los límites convenientes.

**REFERENTE TEÓRICO:** Tener autocontrol significa también decidir cuándo es prudente o no intervenir. Hay situaciones en las que enfrentarse puede significar más pérdidas que beneficios y, por tanto, es más conveniente guardar silencio a la espera del momento más propicio para establecer los límites del respeto y la dignidad que todo el mundo merece.

**RAZÓN DE SER:** Es fácil creer que tenemos autocontrol hasta que nos encontramos en una situación que nos toca la fibra sensible lo suficiente. A través de la actividad planteada, se pedirá al alumnado que haga una estimación de su propia capacidad para controlarse y que, a partir de ahí, considere el ejemplo que ve en la actuación del Gato con botas al entrar en la cantina. También se transmitirán trucos y estrategias para abordar situaciones de burla por parte de otras personas.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*"¿Cómo andáis de paciencia? ¿Pensáis que tenéis mucha o poca?*

*Hoy vamos a ver una secuencia que muestra a un personaje con bastante paciencia. No sólo eso, sino que además soporta las situaciones de burla o humillación con bastante elegancia. Si alguien en algún momento se metiera con vosotros, ¿hasta dónde estaríais dispuestos a aguantar?"*

Los alumnos levantarán la mano hasta una altura estimada de aguante, los que más levanten la mano como indicación de mucha paciencia podrán ser posibles voluntarios para las fases siguientes.

### 2ª Fase

*"Vamos ahora a ver una secuencia del Gato con botas. Os voy a pedir que os metáis en su piel, que os imaginéis que sois Gato y que estáis entrando en la cantina ocurriendo lo que vais a ver.*

*Os vais a dar cuenta rápidamente de que las personas de la cantina empiezan a portarse mal con el Gato con botas, así que quiero que penséis qué haríais ante esa situación. Vamos a hacerlo siguiendo el mismo método que antes: todos vais a empezar con las manos levantadas y cuando se vayan acumulando humillaciones y burlas, si pensáis que en su lugar ya no aguantaríais más y hubierais saltado, bajáis la mano. Eso sí, tenéis que ser lo más sinceros posible, porque es muy fácil decir que aguantaríais, pero mucho más difícil cumplirlo en la vida real. Estáis preparados, levantad la mano que pongo la secuencia..."*

Se proyecta la secuencia y se les observa mientras realizan el ejercicio de aguante (probablemente creerán que tienen mayor aguante del real).

Una vez terminado el ejercicio, se inicia un pequeño diálogo para conocer los motivos por los que algunas manos se mantuvieron alzadas y otras no.

*"¿Pensáis que el Gato con botas se ha dejado pisotear? ¿Por qué?* (El objetivo es romper con la idea de que autocontrolarse significa humillarse. Realmente él manifiesta con su conducta el poder que tiene al decidir el mejor momento para intervenir. Lo contrario significaría entrar en el juego del manipulador, de quien le está provocando, que quiere pelea a toda costa).

*¿Cómo ha terminado la secuencia? ¿Quién ha demostrado más control de la situación?"*

### 3ª Fase

El educador pedirá voluntarios (se puede contar con las personas que más aguante manifestaron en la primera y segunda fase) para realizar un juego que simule la secuencia vista.

Se divide la clase en dos grupos que se colocan haciendo un pasillo entre ambos, de manera que quien hace de Gato con botas pueda pasar por medio y poner a prueba su capacidad de "aguante" tal como lo hace el personaje en la película, como respuesta a un aluvión de burlas (al estilo de las vistas en la secuencia), aluvión que aguantará hasta un momento dado, en el que tendrá que hacer algo para pararlo (de hecho, debe de hacerlo).

Este proceso se puede repetir 3 o 4 veces más con distintos Gato con botas.

La actividad termina pidiendo a los Gato con botas que expliquen al resto del grupo qué trucos han utilizado para aguantar el "paseíllo". Los demás, aunque no hayan encarnado al Gato, pueden aportar ideas y trucos que crean que pudieran ser útiles en situaciones como las que se han comentado.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Crear un "Plan de Acción de Autocontrol". Deben escribir al menos tres situaciones en las que les gustaría mejorar su autocontrol y las estrategias que utilizarán para lograrlo.

**TÍTULO:**

## APAGANDO FUEGOS

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Educación Artística.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Surly es una ardilla con muy buenas ideas, pero con muy mal genio. Trata mal a otros animales y se enfada con facilidad, más aún cuando se trata de que le mencionen a Mapache, el jefe del grupo, con quien no está de acuerdo en casi nada y sobre quien sólo siente que le complica y le controla la vida. Su amigo Buddy, la rata, sin embargo, parece que sabe cómo calmarle.

**REFERENTE TEÓRICO:** El mal genio es un problema común entre las personas en general y también lo es en los niños y en las niñas en particular, sobre todo cuando las cosas no les salen como quieren. Por ello, se hace imprescindible poder contar con recursos y herramientas que nos permitan, por una parte, controlar cada cual nuestro mal genio y, a la vez, aprender a reducir la tensión en otras personas alrededor nuestro que tengan ese mismo problema.

**RAZÓN DE SER:** La actividad propuesta pone al alumnado ante la doble necesidad de saber cómo reaccionar ante su propio mal humor y ante el de otras personas cercanas.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*"Hoy vamos a hablar del mal humor...*

- *¿En qué se nota que tenemos mal humor?*
- *¿Alguna vez os pasa? ¿Muy frecuentemente o solo de vez en cuando?*
- *¿Qué cosas son las que os ponen de peor humor?*
- *¿Qué soléis hacer cuando os pasa esto?*
- *¿Y las personas que os rodean, qué hacen cuando tenéis mal genio? (P.e. papá y mamá, los amigos y las amigas...)*

*A todas las personas nos pasa, alguna vez, que nos enfadamos por alguna cosa (que no siempre tiene por qué ser demasiado importante) y eso hace que estemos a disgusto en cualquier lugar y con las demás personas también. En esos momentos lo pagamos con cualquiera que se ponga cerca y nos convertimos en seres bastante insoportables. Por eso es importante saber qué cosas nos ponen de mal humor, cómo notar que nos está pasando, y saber gestionarlo."*

Después de esta breve introducción se permitirá al alumnado que de manera individual comente alguna situación relacionada con el mal humor (qué causó ese mal humor, qué notó en su cuerpo para saber que estaba de mal humor, con quién estaba, cómo lo expresó, qué ocurrió, etc.) Será importante centrarse en las señales corporales que pueden identificar y que les puedan advertir de ese estado malhumorado.

Antes de ver la secuencia seleccionada, se lanzará la última pregunta:

*"¿Cómo pensáis que se sienten los demás cuando estáis de mal humor?"* (sus respuestas requerirán de cierto grado de empatía ya que tendrán que ponerse en el lugar de estas personas e intuir el efecto que produce su mal humor en ellas).

### 2ª Fase

*"Vamos a ver ahora a una ardilla que casi siempre está enfadada. Es una ardilla muy inteligente, se le ocurren ideas fenomenales, es una líder natural, pero cuando se enfada, lo suele pagar con otros animales. Eso hace que a veces quienes tienes alrededor se sientan mal y quieran, incluso, apartarse de ella. Pero uno de sus amigos descubre una buena manera de tratar su mal humor. Prestad atención para ver si sois capaces de descubrir cómo lo hace".*

Una vez visionada la secuencia se lanzan las siguientes preguntas: *¿La gente con la que os relacionáis sabe cómo trataros cuando estáis de mal humor?* (Sería interesante que mencionasen quiénes son y qué hacen). En caso que digan que no, se lanzaría la siguiente pregunta: *¿Qué cosas le funcionaría a alguien que quisiera ayudaros a dejar de estar enfadados?*

(Se resaltará la parte de la secuencia en la que Buddy, con el simple gesto de acercarse y rodearle con el brazo consigue calmar a Surly).

*Fijémonos en que Surly probablemente tiene razones muy de peso para enfadarse. El problema es que lo hace con quien no tiene la culpa. Pensemos en lo importante que es no pagar nuestros enfados con las personas indebidas, y más aún cuando probablemente sean ellas las que puedan ayudarnos. Pensemos un poco más en cómo controlar nuestro mal genio y también cómo podríamos hacer para ayudarnos en momentos como esos.*

### 3ª Fase

En esta fase se realizará un pequeño juego de adivinanzas.

A continuación, se enumeran una serie de remedios contra el mal humor que se entregarán en un papel, con algunas palabras omitidas que serán sustituidas por tantos guiones bajos como letras tenga cada palabra, tal y como se hace en el juego del ahorcado. Por ejemplo:

_ _ _ _ _ _ e intenta averiguar lo que te ha _ _ _ _ _ _ _ el mal humor. Si es algo que verdaderamente no tiene _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ déjalo correr.

El alumnado, en parejas, tratará de descifrar cada sugerencia, de forma que al final pueda corregirse la actividad en gran grupo. Según el nivel de la clase, pueden omitirse más o menos conceptos si son de elevada dificultad. Estas son algunas sugerencias:

- Piensa e intenta averiguar lo que te ha causado el mal humor. Si es algo que verdaderamente no tiene importancia, déjalo correr.
- Intenta hacer otras cosas aparte de pensar en eso que te genera el mal genio: haz deporte, habla con otras personas...
- Duerme un rato y consulta con la almohada. Si sientes cansancio, probablemente lo veas todo mucho más negro de lo que en realidad es.
- Intenta no rodearte de otras personas también malhumoradas. El mal genio se contagia.
- Procura hacer algo que te guste. Las actividades que nos gustan suelen calmar nuestro mal genio.
- Reconoce lo que te pasa. Negarlo sólo ayuda a que personas que se encuentren cerca se enfaden y pueda aumentar tu mal humor.
- Relájate un rato intentando dejar tu mente en blanco y respirando cada vez más despacio.
- Procura no discutir y así el mal genio irá desapareciendo.
- Intenta estar en un lugar que te guste y que te ayude a subir el ánimo.
- Ten siempre en cuenta tres cosas que te ayudan a sentirte bien. Por ejemplo, tu peli favorita, jugar a un juego determinado, leer un cuento, etc. Cuando estés de mal genio, procura hacer alguna de ellas.

- Procura no perder el control y no pagarlo injustamente con las personas que pueden ayudarte. Desahógate con cuidado de no dañar a nadie, ni de complicar aún más el asunto.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Puede ampliarse algo más la actividad dividiendo la clase en dos grupos y pidiéndoles que preparen dos pequeñas representaciones en las que se vea a alguien teniendo mal humor y después controlándolo, ya sea a nivel personal o bien dejándose ayudar por otras personas del grupo. Esto puede hacerse a partir de las pautas expuestas en la fase anterior.

Exponer finalmente la representación en la clase y extraer las conclusiones más relevantes en función de lo que se ha planteado en la sesión.

**TÍTULO:**

## GUÁRDAME EL SECRETO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Habilidades de comunicación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Educación Artística.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Sherman es un niño que acaba de tener un altercado en el colegio con una niña que le trata muy mal. A sus padres se les ha ocurrido que hacerles pasar la tarde en la misma habitación mejoraría las cosas, algo que no agrada demasiado a las partes implicadas. Sin embargo, tendrán que esforzarse por llevarse bien y, además, sin desvelar el secreto de la máquina del tiempo que Sherman y su padre esconden en casa.

**REFERENTE TEÓRICO:** El autocontrol es una habilidad que ponemos en marcha constantemente, incluso en momentos en los que no nos damos ni cuenta. Es lo que permite, en definitiva, que las cosas puedan hacerse con un orden, respetándonos entre personas y controlando nuestras emociones e impulsos para que todos podamos estar bien. El autocontrol, entonces, se encuentra también en las cosas pequeñas, desde que nos levantamos hasta que nos acostamos, y es interesante, no solo despertar conciencia desde que se tiene corta edad sobre estos asuntos, sino entender las ventajas que tiene ponerlo en marcha de manera habitual.

**RAZÓN DE SER:** La secuencia seleccionada sitúa al alumnado ante varias situaciones en las que será necesario ejercitar el autocontrol, desde un momento en el que tenemos que relacionarnos con alguien que no nos cae bien o que nos trata mal, hasta la necesidad de guardar un secreto que se nos ha encomendado. Este tipo de circunstancias no siempre son fáciles de manejar, pero si se es capaz de conseguirlo será, sin duda, a base de buenas habilidades para autocontrolarse.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se iniciará la actividad introduciendo el concepto de autocontrol, ya que puede no ser una palabra muy utilizada a esta edad. El objetivo es que el propio alumnado ayude a su definición, que intente explicar qué significa y para qué piensa que sirve.

Proponemos a continuación algunas definiciones sencillas y aplicaciones prácticas que sólo se han de transmitir a la clase cuando hayan intentado primero dar sus propias respuestas:

- Controlarse a uno mismo, dominar los impulsos.
- No dejarse llevar solo por lo que te apetece sin pensar en nada más.
- Ser capaz de parar lo que se está haciendo y detenerse a pensar antes de actuar.
- Que podemos controlar nuestras emociones y no al revés.
- Dejar de hacer cosas que, aunque puede apetecernos hacer, no son adecuadas.

En cuanto a algunas de sus utilidades:

- Poder tomar buenas decisiones.
- Evitar dañar a otras personas innecesariamente cuando decidimos actuar.
- Relacionarnos desde el respeto mejorando la convivencia.
- Evitar consecuencias indeseadas.

Después de comentar estas cuestiones en gran grupo, se les animará a que pongan ejemplos de su vida real.

### 2ª Fase

*Veremos cómo Sherman tiene que aplicar autocontrol en varios momentos de la secuencia que voy a proyectar a continuación, igual que la niña que la acompaña, Penny. Vamos a tratar de encontrar al menos tres momentos en los que tendrán que controlarse y decidiremos si lo han hecho bien o mal.*

Algunas de las situaciones en las que se ve la necesidad de autocontrol en la secuencia son las que se exponen a continuación, junto con sugerencias de supuestos a tratar derivados de ellas:

- Cuando tienen que estar tanto Sherman como Penny en la misma habitación a pesar de lo mal que se caen. (Si no tuvieran autocontrol, su conducta podría haber sido peor).
- El que más autocontrol muestra es Sherman, porque ella no se calla ni deja de manifestar lo que piensa de él. (Comentar si les parece justo que solo Sherman se controle y, por otro lado, si creen que con que lo haga él es suficiente para evitar el conflicto. Es decir, ¿es verdad ese refrán que dice que *"dos no discuten si uno no quiere"?).*
- Sherman y Peabody se controlan en la puerta cuando procuran hablar bajito, a pesar de las muchas emociones fuertes que están sintiendo. (Comentar qué hubiera podido pasar si no lo hicieran así).
- Sherman escucha las razones de su padre, aunque probablemente no le apetece. Para eso debe controlar su impulso de no querer escuchar y salir huyendo de la situación. (Puede comentarse cuáles serían las consecuencias de estos actos).
- Sherman se esfuerza por ir a hablar con ella, a pesar de que no se controla y se lo pone muy difícil. (Pensar aquí cómo hubiera sido la situación si ambos se controlaran y no él solo, y también cómo hubiera sido si no lo hubieran hecho ninguno de los dos).
- Ella no usa el autocontrol, sino que todo el tiempo le presiona e incluso le empuja e insulta. (¿De qué otra manera podría comportarse con él, aunque no se caigan bien mutuamente?).
- Aunque ella le provoca, Sherman no responde con violencia. (Esta, a pesar de lo que muchas personas piensan, es siempre una opción: no entrar a la provocación y no darle gusto a la persona que está intentando provocarnos. Comentarlo y ver qué opinan al respecto).
- Ante la insistencia de ella, Sherman no es capaz de guardar el secreto y lo cuenta. (¿Por qué es importante saber guardar secretos? ¿Qué tiene que ver esto con el autocontrol?).

Terminar con las ideas principales, entre las cuales está especialmente la omnipresencia de la necesidad de autocontrol en nuestro día a día y la importancia de saber manejar nuestros impulsos para no complicar las situaciones que vivimos, a pesar de que no nos gusten.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Para complementar la actividad se propone construir por parte del alumnado una historia en la que los protagonistas muestren autocontrol y regulación emocional en diferentes situaciones de un día (por ejemplo: "Esta mañana Luis no quería levantarse, porque estaba muy cansado y no le apetecía nada ir al colegio, pero a pesar de ello hizo un esfuerzo y decidió ponerse en marcha e irse a desayunar. Es verdad que los cereales que había para el desayuno no eran sus favoritos, pero pensó que también podría comer tostadas ese día...).

Puede ser una historia sencilla y cotidiana o más bien fantástica, pero es necesario que aparezca de forma clara el autocontrol. Cuando la hayan pensado, puede escribirse en un mural y dejarlo visible a los ojos de la clase durante unos días, al igual que pueden dibujarse escenas que muestren de forma gráfica los momentos en los que se aplica el autocontrol, sirviendo así de recordatorio.

**TITLE:**

## THE LOVE AND THE GROUCH FAMILIES

**AUDIOVISUAL**

**TOPIC**
Emotional identification, expression and regulation

**CURRICULAR AREA**
Foreign Language: English

Syntactic-discursive content: I can / I can't
Lexicon: The five senses – to hear, to taste, to listen, to see, to touch.
Emotions – happy, frightened, tired, excited.
Oral text comprehension: Total Physical Response – body parts, movement verbs.

**SCHOOL CONTEXT**
Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**
8 to 10 years old.

**SUMMARY**
Through questions, the video explains to children what thoughts are and where they are located. They also learn that there are positive and negative thoughts—and that we can choose which ones to focus on. Depending on the thoughts we choose, we will experience different emotions.

## THEORETICAL BASIS

Emotional regulation is a key factor in developing self-control. In conflict situations, it enables us to be aware of the possibility of changing the thoughts that are prompting us to act inappropriately. Emotions do not arise directly from the experienced situation but from its interpretation. That is, the thoughts we generate—either automatically or consciously—trigger a specific emotional state (emotional reactivity). Understanding this makes it possible to learn strategies to produce positive thoughts that in turn lead to greater emotional well-being.

## PURPOSE

We begin by understanding what thoughts are. In the second phase, we learn how they affect our emotional states and consequently our future actions. Finally, pupils are encouraged to use strategies that help them achieve a state of well-being, from which they can more easily form positive and realistic thoughts in problematic situations. The strategies proposed are deep breathing, stopping negative thoughts, and muscle relaxation. As an extension, a simple relaxation exercise in English is suggested.

## LESSON PLAN

### Stage 1

Introduce "The Love Family" and "The Grouch Family" using flashcards. Ask: "What do you think they are?" After collecting ideas, explain that they represent two families of thoughts.

Ask: "What are thoughts?" and "What kind of thoughts do you think each family represents?" If pupils struggle, give examples using the structures:

- "I can't..." (negative thoughts): "I can't pass my exam." / "I can't ride a bike."
- "I can..." (positive thoughts): "I can play an instrument." / "I can buy sweets."

Encourage pupils to offer examples—even in Spanish—while the teacher translates and associates each example with the relevant family on a visible board.

Before watching the first video clip (00:35 to 02:21), ask these guiding questions:

- Can we smell thoughts? See them? Taste them? Hear them? Touch them?

- Do thoughts really exist?
- Where can we find thoughts?

### Stage 2

This phase introduces scenarios for pupils to reflect on whether the thoughts provoked are positive or negative and what emotions result. Watch the second video clip (03:15 to 04:20), pausing after each situation to discuss what the character is thinking, which family the thought belongs to, and what emotion it causes.

Use flashcards of both thought families and, if available, emotions. Pupils place the correct card for each scenario:

Video examples:

- Jenny gets a kiss from her dad. Thought: "Daddy loves me." Emotion: "I'm so happy."
- Zass breaks a window with a ball. Thought: "Now I'm in trouble." Emotion: "I'm frightened."

Extra situations:

- Shara has a birthday party. Thought: "I'm enjoying myself a lot." Emotion: "I'm excited."
- Billy studies hard for an exam. Thought: "I can't do it; it's too difficult." Emotion: "I'm tired."

### Stage 3

Focus on how negative emotions like anger or fear can lead to impulsive behaviour. Example:

- If someone throws the ball too hard and it goes into a neighbour's yard, others might get angry. This might lead to insults or even a fight.

Ask for opinions on this situation. Then brainstorm scenarios that cause negative emotions. Use a table to analyse:

- Event – Emotion – Possible Action

Discuss whether those actions are appropriate and what consequences they might have. Ask pupils how they handle feelings like anger or sadness.

If not already mentioned, introduce strategies:

- To listen to music
- To breathe deeply
- To tell ourselves to stop thinking negatively

## CONTINUATION PROPOSAL

Allow students to personally experience some strategies. Conduct a relaxation or movement session with simple instructions in English. This should be a TPR (Total Physical Response) activity using previously taught vocabulary like body parts and movement verbs. This also enables the teacher to assess oral comprehension.

**TÍTULO:**

## PARA SIEMPRE

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Habilidades de comunicación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
En esta historia se nos habla de la muerte con mucha dulzura. Hace un recorrido por la muerte desde las mascotas hasta las personas. Da consejos sobre cómo la pena no ha de asustar. Da respuestas a preguntas como: ¿Dónde están las personas que se fueron para siempre?

**REFERENTE TEÓRICO:** La ansiedad, la angustia, el miedo a la muerte y a lo desconocido después de esta son sentimientos que todos manifestamos alguna vez en nuestra vida. En estas edades empiezan a comprender que la muerte es para siempre, pero de la misma manera comienzan a entender que la muerte es una fase más del ciclo de la vida. Es muy importante tener recursos para afrontar esos momentos tan dolorosos de los seres queridos. Los niños necesitan que les sea explicada la muerte con sinceridad, ya que al igual que los adultos necesitan pasar por la fase de duelo para integrar lo que ha sucedido dentro de sus sentimientos.

**RAZÓN DE SER:** Tratar la muerte con naturalidad y ayudar a las familias desde la escuela en los procesos de duelo, es una labor que todo docente en la medida de sus posibilidades debe llevarlo a cabo al tratarse de los sentimientos y las emociones más profundas del alumnado. La complicidad que los docentes tienen con sus alumnos es fundamental en momentos tan especiales como son los de la muerte y el paso por el duelo que implica la misma. Para el alumnado el sentirse acogido y querido sumamente importante y le va ayudar a llevar la situación, dentro de su pena, con mayor resignación.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

En un primer momento hablaremos de la muerte en general preguntándoles:

¿Alguna vez habéis perdido a alguna mascota que queríais mucho?

¿Alguna vez habéis perdido a un ser querido?

¿Cómo creéis que es la muerte es algo bueno o malo?

Es importante que durante el diálogo dejemos clara la idea de que la muerte es una fase más del ciclo de la vida a la que todos hemos de enfrentarnos en algún momento.

### 2ª Fase

Introducimos el audiovisual.

Dejamos un momento de interioridad ante su mensaje cuando termine.

Después ya empezamos con algunas preguntas:

- *¿Qué idea creéis que nos quiere transmitir la autora al escribir este libro?*
- *¿Es un libro para ponernos más tristes o para ayudarnos a entender la muerte?*
- *La autora escribió la siguiente frase: «Cuando las personas se van nunca se van de*

*todo porque aquello que nos han dado es nuestro para siempre».*

- *¿Qué creéis que nos puede estar diciendo con esta frase?*

### 3ª Fase

Les proponemos crear el árbol de los deseos. Para ello podemos recortar un gran trozo de papel continuo en el que dibujemos la silueta de un gran árbol con ramas y en ellas podemos colgar las siluetas de sus manos a modo de hojas. En ellas, les pedimos que dibujen o escriban algo bonito de la persona o mascota que alguna vez hayan perdido. En el caso de que alguien no haya perdido a nadie puede hacer lo mismo sobre alguien a quien tenga muy lejos y vea poco, etc.

Acabamos recordándoles que, aunque alguien no esté, los recuerdos y lo que nos enseñaron siempre estarán con nosotros, al igual que las hojas de nuestro árbol.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Terminamos la actividad invitándoles a hablar con su familia de lo que sienten y que sentir tristeza y pena en momentos así, lejos de estar mal es una emoción natural.

Pueden comentar con la familia los recuerdos que tienen de las personas que ya no están.

**TÍTULO:**

## SNACK ATTACK

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Identificación, Expresión y Regulación emocional; Empatía; Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Una anciana quiere el último paquete de galletas de una máquina en la estación del tren. Primeramente, le cuesta muchísimo sacarlo porque se queda trabado en los ganchos dispensadores y consigue que salgan a golpes. Después se sienta en un banco de la estación a esperar al tren. Mientras lo espera un chico con cascos puestos y mirando el móvil pone el mismo paquete en el banco y se establece una pugna por ver quien se come las galletas ya que ella interpreta que se las está robando. Solo al final del vídeo la anciana se da cuenta que era ella quien le estaba comiendo las galletas a él y que el chico las estaba repartiendo sin ningún problema.

**REFERENTE TEÓRICO:** El diálogo y el respeto hacia los demás es clave en el desarrollo de la personalidad de los niños de estas edades. Unos buenos modelos de relaciones, que pasen por no hacer las cosas a través de impulsos incontrolados, les puede llevar a establecer relaciones sociales de muy buena calidad y a no tener disgustos y reacciones innecesarias que no les hagan felices.

**RAZÓN DE SER:** Con la reflexión sobre lo que acaban de ver podemos llevar a nuestro alumnado a un nivel en el que las cosas no se consiguen a fuerza de golpes (máquina) o juzgando a las personas por su apariencia física y creyendo que por ella no se tienen valores. La importancia del compartir es importante en los momentos de relación con los demás ya que puede proporcionarnos momentos de felicidad.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

En un primer momento preguntamos al alumnado antes del visionado:

- ¿Qué haríais si alguien intentara comerse algo que es tuyo?
- ¿Cómo os sentiríais si después de haber dado algo a alguien esta persona no te lo agradece?
- ¿Cuándo das algo a los demás esperas que esas personas te den algo a cambio?

### 2ª Fase

Se procederá a poner el audiovisual.

En un primer momento pararemos en el minuto (1:14) para analizar los sentimientos y emociones que ha tenido la anciana con la máquina (enfado, rabia, frustración...).

Hablamos también de si alguna vez nos ha pasado algo similar y cómo hemos reaccionado.

Una vez analizado el primer momento del vídeo pasamos al segundo, la reacción en la estación.

Al terminar el visionado se realizará una reflexión de las actitudes de ambos personajes.

- *¿Cómo creéis que se estaba sintiendo la anciana cuando pensaba que el chico le estaba quitando las galletas?*
- *¿Cómo creéis que se estaba sintiendo el chico cuando la anciana le quería quitar las galletas?*

- *¿Comparamos las dos reacciones? ¿Cuál de la dos en vuestra opinión es las correcta? (en esta pregunta pueden establecer la técnica cooperativa 1-2-4, para favorecer una reflexión más profunda.*
- *¿Cómo creéis que se sintió la anciana en el último momento cuando se dio cuenta en el tren de lo que había hecho? ¿Te has sentido tú así alguna vez por haber reaccionado mal?*

### 3ª Fase

¿Inventamos otro final?

Les proponemos que por parejas recreen la situación de la estación, a partir de la siguiente pregunta:

¿Qué podrían haber hecho ambos para evitar el malentendido?

Una vez preparado representamos las escenas.

Finalmente sacamos una conclusión sobre lo que hemos visto.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Preparar para clase de lengua una escena dramatizada como la que hemos visto en el vídeo que pueda pasar en casa o en el colegio.

**TÍTULO:**

## CLITIA, LA ENAMORADA

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS:**
La leyenda narra la desafortunada historia de Clitia, una ninfa seducida y posteriormente abandonada por Helios el cuál se enamoró de la ninfa Leucótoe. La tristeza invade de tal forma el corazón de la hermosa ninfa que no encontrará consuelo ni alivio, transformándose su vida en un suplicio de pena y sensación de abandono. Helios, la convierte en girasol.

**REFERENTE TEÓRICO:** Generar en los niños estados empáticos que les permita detectar y comprender problemas de corte emocional en los demás, facilita que surja en ellos el deseo de ayudar, acompañar y consolar a dichas personas.

**RAZÓN DE SER:** La narración de una antigua leyenda de la mitología griega permite al educador desarrollar una dinámica colectiva para transmitir a los alumnos que la pena, el desconsuelo y la tristeza, son estados de ánimo que pueden ser aliviados; para concienciar a los niños de que pueden asumir un papel activo en este proceso esto es muy relevante para mejorar su capacidad de empatía. En este sentido, también es muy interesante que los niños detecten diferentes sentimientos en otros (por ejemplo: personajes de cuento o de película) y sean capaces de entender el motivo de esos sentimientos.

## DESARROLLO

- ¿Con qué palabras describiríais las emociones y sentimientos de la ninfa Clitia?
- ¿Comprendéis su pesar?, ¿cómo creéis que os sentiríais vosotros? (Se pueden hacer comparaciones con situaciones cercanas a la vida de los alumnos. Ejemplo: si su padre se va por trabajo a otra ciudad)
- ¿En qué ocasiones os habéis sentido apenados?
- ¿Cómo podríamos ayudar a Clitia a sentirse mejor?
- ¿Qué hacéis cuando un amigo o un hermano está triste?
- Juntaros con el compañero de al lado y escribid personajes de cuento que sientan dolor, tristeza o pena. [Blancanieves, la Cenicienta, Caperucita Roja, Pulgarcito, Hansel y Gretel, Pinocho y la mayoría de los personajes de los cuentos populares]. Apuntadlos en una hoja, y cuando yo diga "*YA*", levantad la mano para decir cuántos y cuáles habéis apuntado. ¿Por qué se sienten así? ¿Qué podemos hacer para que se sientan mejor?; ¿qué les podríamos decir?
- ¿Cómo se consuela y tranquiliza a un bebé?
- ¿Recordáis alguna película triste? ¿cuál es y por qué os pareció triste?

Los docentes que formulen esta pregunta constatarán que los alumnos apenas tienen ejemplos sobre audiovisuales "tristes", pues retienen en su memoria estados emocionales de mayor intensidad, como la euforia, el odio o el terror.

- Cuando estáis tristes, ¿quién os gusta que esté a vuestro lado? ¿Qué os gusta que os diga?
- ¿Hay animales tristes? ¿Cuáles?; ¿y animales alegres? Pon ejemplos.

- ¿Existen colores tristes y alegres? ¿Cuáles? ¿Por qué?
- ¿Es de pequeños estar triste? ¿Por qué?
- ¿Creéis que las personas mayores nunca están tristes?

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Investigar sobre leyendas y mitología griega. Realizar una sesión en la que contemos las leyendas que hayamos encontrado y preparado.

## TEXTO DEL CUENTO:

*Cuenta la leyenda que Clitia era una de las ninfas más bellas del universo. Su hermosura era tal, que el dios Helios se enamoró perdidamente de ella. Juntos fueron felices durante un tiempo. Pero... ¡ay!, los dioses son caprichosos, y quiso la fortuna que Helios se enamorara de una humana: Leucótoe, hija del rey de Babilonia.*

*Clitia lloró desconsoladamente al ser abandonada por el dios, y su tristeza llenaba de pena a todos los que la rodeaban. Sus lamentos se esparcían a los cuatro vientos; sus lágrimas formaban charcos que se transformaban en arroyos, y estos en ríos que se vertían en el mar. Hay quien dice que esta es la causa de que el agua de los mares y océanos contenga sal (las lágrimas son saladas).*

*Pero Helios, enamorado de otra, no le hizo ningún caso. Por el contrario, en la tierra muchos seres vivos (animales y personas) trataban de consolar a la joven ninfa, pero sus esfuerzos y el cariño con que la rodeaban era inútil.*

*Clitia comprendió que nunca volvería a ser feliz, así que decidió retirarse al desierto para llorar su desgracia. Las lágrimas que a cada rato caían de sus ojos crearon pequeños lagos. Así se crearon los oasis.*

*El tiempo fue pasando, y la desdichada ninfa llenaba el silencio del desierto de llanto y dolor. Tan profunda era su pena, y tan triste estaba su corazón, que los dioses se apiadaron de ella, y la convirtieron en una bella flor y ella, aunque fija en la tierra sigue el camino del sol girando hacia donde él esté para seguir viendo a su amado Helios por los siglos de los siglos.*

*Ese es el origen de los girasoles, plantas que siempre "miran" al sol para recibir de él su luz y calor.*

**Clitia la enamorada**

*[Adaptación de una leyenda de la mitología griega]*

.

**TÍTULO:**

## DIOSES Y SERES VIVOS

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Ciencias Naturales.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
La diosa madre de la naturaleza puebla la tierra de seres vivos creados a partir de características suyas.

**REFERENTE TEÓRICO:** La empatía se puede trabajar con los niños comenzando con la toma de conciencia de la existencia de personas que les quieren sinceramente y a quienes ellos también aprecian, para ir extendiéndose hacia todos los seres humanos y al resto de los seres vivos que pueblan su entorno social y físico.

Al tratarse de un factor de protección con fuerte componente emocional, es importante que los alumnos sitúen en su "mapa afectivo" las personas que son destinatarias u origen del cariño o del amor.

**RAZÓN DE SER:** En una primera fase, el educador pregunta a los alumnos qué tipo de comportamientos agradan (a ellos o a sus semejantes) cuando están tristes o enfadados y a través de una dinámica "toman prestada la identidad" de algún animal del cuento seleccionado valorando y aceptando sus características, tanto las más positivas como las que pueden ser más cuestionables en algunos contextos.

Una dinámica ulterior permitirá a los niños expresar aceptación de estados de ánimo negativos en sus compañeros, así como agrado y satisfacción ante sentimientos positivos de sus conocidos o amigos.

El educador cerrará la actividad con preguntas de corte emocional que permitan a los niños expresar el nivel de bienestar experimentado a lo largo de la actividad.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador pregunta a los alumnos qué se puede aprender del cuento anterior. A continuación, formula al grupo-clase **preguntas emocionales**:

- *Cuando te sientes triste ¿te gusta que te entiendan, te escuchen y te acompañen?*
- *Si un amigo tuyo está enfurruñado y solo ¿te quedas con él, aunque te diga algo desagradable, o prefieres irte con otros que estén más alegres? ¿Por qué?*
- *Si un compañero de clase con el que no te llevas ni bien ni mal está cerca de ti medio llorando ¿qué haces?*
- *Si te pones en el lugar de un animal como un gallo (que canta bien pero no puede volar), o un elefante (que es grande y fuerte pero muy lento) ¿te sentirías mal cuando te comparas con un águila o un leopardo? ¿Qué es lo mejor de un elefante? ¿Qué es lo mejor de un águila? ¿Qué cosas puede hacer cada uno que no puede hacer el otro?* (la idea es que sean capaces de darse cuenta que las diferencias son extremadamente enriquecedoras)

A continuación, el educador propone a los niños que elijan un animal de los mencionados en el cuento y valoren qué habilidades y qué carencias tiene (se puede hacer en grupos para facilitar la tarea). Para ello, será necesario que se pongan en su lugar y comenten cómo se sienten. El educador comentará que las

personas, al igual que los animales, sabemos hacer muchas cosas y otras no, siendo esto normal y natural.

### 2ª Fase

Se propone a los alumnos un **juego**. Para su desarrollo es necesario crear equipos de seis o siete alumnos. El educador apunta en la pizarra las siguientes frases:

*Eres mi amigo, y no me importa que estés.....*

*Eres mi amigo y me gusta cuando estás.....*

El docente explica que él irá diciendo letras. Los equipos deben pensar palabras que empiece por la letra anunciada por el educador para continuar cada frase.

[Por ejemplo: con la "t": *"Eres mi amigo, y no me importa que estés...triste"; "eres mi amigo, y me gusta cuando estás...tranquilo".* Con la "a": *"Eres mi amigo, y no me importa que estés... aburrido"; "eres mi amigo y me gusta cuando estás... alegre"*]

Los equipos buscan palabras. Cuando las encuentren las anotan en un folio y levantan la mano para que se les conceda el uso de la palabra. Si su propuesta es aceptada por el educador, el equipo ganará dos puntos. Si otro equipo encontró palabras (previamente escritas para evitar que copien unos de otros) iguales, ganarán un punto. Si son distintas, se anotarán dos.

La intención de esta parte de la actividad es que los niños se sitúen emocionalmente en el lugar del otro, acepten su estado de ánimo y busquen formas de ayuda, apoyo o consuelo (elementos que conforman la empatía).

Una modalidad más cooperativa es desarrollar la dinámica entre todos, empleando la técnica de la **tormenta de ideas**.

Ejemplos (algunas palabras podrán ser las del cuento):

- Con la "a": 1ª frase: asqueado, aburrido, acalorado, apagado. ¡Ojo!: no vale... "hartos". 2ª frase: alegre, amistoso, amoroso, atrevido.
- Con la "c": 1ª frase: cansado, callado, cabizbajo. 2ª frase: contento, cariñoso, curioso.
- Con la "p". 1ª frase: preocupado, pesado, perseguido, peleado, parado, pálido. 2ª frase: pacífico, participativo, poderoso
- Con la "r". 1ª frase: rabioso, roñoso, raro, ridículo. 2ª frase: riendo, haciendo ruido.

Con grupos de alumnos con 8 años el educador puede proporcionar pistas. Por ejemplo: con la "e": *"entriste... (cido)"; "entrete... (nido)".*

Una modalidad muy interesante desde el punto de vista curricular es permitir que los alumnos consulten el diccionario.

También se puede permitir que sean creativos. Por ejemplo: "...como un percebe"; "...en pijama", etc.

La empatía tiene como primer requisito conocer y poner título a las emociones que uno mismo experimenta o las que se detectan en los demás.

### 3ª Fase

Se pondrán en común las emociones y sentimientos experimentados a lo largo de la actividad. Preguntas posibles:

- *¿Os resultó difícil encontrar algunas palabras?*
- *¿Qué te hizo reír?*
- *¿Era emocionante ir ganando, o daba igual con tal de divertirse?*
- *¿Os pusisteis nerviosos? ¿Cuándo?*
- *¿Fue difícil encontrar palabras emocionales que se ajusten a las letras propuestas?*

**TEXTO DEL CUENTO:**

*Cuando la madre diosa del mundo decidió crear los seres vivos, los fue inventando de tal manera que cada uno tuviera una forma de ser parecida a ella misma. Por eso pensó, mientras les hacía aparecer de la nada:*

*Quiero seres vivos que rían como yo cuando estoy alegre. Y creó al chimpancé y a la hiena.*

*Quiero un ser vivo que esté triste como yo cuando me invade la pena. Y creó el sauce llorón.*

*Quiero seres vivos que no paren quietos, como yo cuando estoy nerviosa. Y creó al ratón.*

*Quiero un ser vivo poderoso como yo. Y creó al rey de la selva, el león.*

*Quiero un ser vivo que esté casi siempre dormido, como yo cuando tengo sueño. Y creó a la marmota.*

*Quiero que haya seres vivos que, si les tocas te pinchen o te piquen, como yo cuando estoy enfadada. Y creó las ortigas y los erizos.*

*Quiero un ser vivo que sea como yo: suave por fuera y dulce por dentro. Y creó el árbol de los albaricoques.*

*Quiero un ser vivo grande y fuerte como yo. Y creó el elefante.*

*Quiero un ser vivo fiel y amable como yo. Y creó los perros-mascota.*

*Quiero un ser vivo bravo y valiente como yo. Y creó al toro.*

*Quiero un ser vivo noble como yo. Y creó al caballo.*

*Quiero un ser vivo alegre y pacífico como yo. Y creó a los delfines.*

*Quiero un ser vivo listo y astuto como yo. Y creó al zorro.*

*Finalmente decidió crear un ser vivo que tuviera un poco de cada una de sus cualidades... y creó al ser humano.*

**Dioses y seres vivos**

*[Elaboración de Luis Salarich para el Banco de Herramientas]*

**TÍTULO:**
## ¿Y TU PADRE?

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Sawyer es un niño que ha encontrado un delfín en malas condiciones tras un accidente y lo ayuda desde el principio en su recuperación (a través del Hospital Marino de Clearwater). Allí conoce a Hazel, la hija del director del hospital y ambos se hacen amigos. Ninguno de ellos ha tenido una vida fácil, pero ella parece tener bastante más asumido que él lo que ha tenido que vivir y le ayuda desde una perspectiva especial: la de quien también ha sufrido la ausencia de uno de sus padres.

**REFERENTE TEÓRICO:** Empatizar con otras personas es más sencillo cuando se han vivido situaciones similares. Es probablemente solo en estas situaciones cuando la frase "te entiendo perfectamente" puede adquirir algo de valor. Y en esos casos, quien pone en marcha la labor de asistir a quien sufre lo hace desde un rol muy especial: el de alguien que, habiéndolo vivido ya, es capaz de ayudar a otros u otras (el "Sanador herido").

**RAZÓN DE SER:** A través de la secuencia seleccionada, historias de actualidad, y las suyas propias, el alumnado tendrá la oportunidad de pararse y pensar en cuáles son los sentimientos que estas situaciones producen y cómo pueden servir para ayudar a las personas que atraviesan circunstancias similares.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*"A veces la vida no es demasiado fácil para algunas personas porque les toca vivir situaciones duras y complicadas que les causan mucha tristeza. Si alguna vez veis las noticias en la tele o en la prensa, podéis encontrar algunas de esas historias ¿recordáis alguna que os haya impactado?"* (No se trata tanto de "regodearse" en los detalles escabrosos, pero sí en que recapaciten sobre la realidad del sufrimiento que existe alrededor suyo y del que muchas veces no son conscientes).

Se dedicarán unos minutos en cada noticia o suceso con el fin de analizar entre todos los sentimientos que dichos sucesos desencadenaron en los protagonistas.

*"¿Quién o quiénes creéis que pueden estar más preparados para poder ayudar a personas en situaciones como las que habéis comentado?"* (Probablemente profesionales y otras personas que hayan pasado por lo mismo).

### 2ª Fase

A modo de introducción a la secuencia que verán en clase, el educador comenta:

*"Sawyer y Hazel son dos de los protagonistas de la historia de Winter, un delfín hembra que sufrió un accidente y se quedó sin cola, con lo que no podía nadar bien y había que cuidarla. Cada uno de ellos, además, tiene su propia historia difícil de contar. Estad atentos a este trocito de la película y después comentaremos qué os ha parecido."* (Asegurarse de que han entendido bien la historia de cada personaje).

A continuación, se propone volver a ver la secuencia parándola en los diferentes momentos de la conversación en los que se manifieste alguna muestra de empatía, de comprensión de las emociones ajenas (p.e. cuando el niño le confiesa que su padre se fue y ella se queda callada y muy atenta a lo que le cuenta, los silencios de Hazel, el comentario: murió cuando tenía siete años, nunca llama, nunca

escribe, rompe el momento de tristeza proponiéndole otra actividad y hablándole de otra cosa, la respuesta: espero que no). Las paradas las puede hacer el educador a demanda de los miembros del grupo, o bien, cuando él las considere necesarias.

### 3ª Fase

*"Vamos a hacer ahora un ejercicio individual y anónimo, secreto, sin que los demás del grupo sepan exactamente quién ha escrito qué. Pensad en algo importante que os haya pasado en vuestra vida, algo difícil de superar, o que os pusiera tristes... Contadlo en pocas palabras en este papelito* (se les entrega un papel con el tamaño aproximado de un A5) *y seguidamente escribid a qué tipo de personas pensáis que podríais ayudar porque las entendéis mejor que los demás* (rol del "Sanador herido"). *Luego podéis doblarlo en cuatro y meterlo aquí* (puede ser una caja de zapatos, una bolsa...)".

Cuando todos hayan entregado su escrito, el educador puede ir sacando algunos y leerlos en voz alta asegurándose de que no se identifica a quien lo escribió. Cada vez que se lea una de las historias se puede preguntar a la clase qué tipo de sentimientos les produce esa lectura y lo que le sucedió a esa persona como forma de empatizar con otros.

**TÍTULO:**
## ASTRID LE ESCUCHA

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Astrid es amiga de Hipo y este acaba de perder a su mejor amigo, el dragón Desdentao, porque los guerreros de su aldea se lo llevan para que les guíe hacia el refugio secreto de los dragones. Está muy triste, impactado y Astrid quiere ayudarle... pero no le entiende, así que tendrá que averiguar qué le pasa exactamente a Hipo para poder serle de verdadera ayuda.

**REFERENTE TEÓRICO:** La empatía no es una tarea fácil. Hay que tener una sensibilidad especial para detectar lo que les sucede a otras personas y después saber qué hacer con ello. Sin embargo, no es más empático necesariamente quien sin preguntar sabe exactamente qué le sucede a quienes están a su alrededor, sino que lo es igualmente quien, no sabiéndolo, es capaz de preguntar y captar lo que está pasando. Quien es realmente empático se muestra honesto y reconoce también cuándo no lo entiende todo, así que es importante trabajar desde edades tempranas una empatía basada en la honestidad y la humildad de quien no lo sabe todo, pero está dispuesto a averiguarlo.

**RAZÓN DE SER:** Ser empático no significa saberlo todo respecto a cómo se encuentra la otra persona, sino ser honesto y reconocer que, aunque no lo sepamos completamente, queremos entenderlo más y mejor, como le ocurrió a Astrid respecto a su amigo Hipo. Llegados a este punto, la mejor manera de conseguir ese objetivo es hacer preguntas que permitan comprender lo que está sucediendo en las emociones de la otra persona, tal y como practicará el alumnado a través del último de los juegos propuestos en la actividad.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Como introducción, el educador comenta (para situar la escena a proyectar, se puede utilizar de nuevo la secuencia utilizada en la actividad "Fuerza vikinga").

*"Hipo es el hijo del jefe de una aldea vikinga que cada dos por tres es atacada por los dragones. Son como una plaga y cada vez que atacan lo destrozan todo, por lo que allí todo el mundo está muy interesado en cazarlos y matarlos. Sin embargo, Hipo tuvo una vez una oportunidad de oro para hacerlo y no lo hizo. Prefirió dejar a Desdentao vivir y lo convirtió en su mascota y amigo. Eso ha sido un secreto hasta hace bien poco... pero le han descubierto y además quieren usar al dragón para que les muestre dónde se esconden los demás dragones. Hipo no ha podido impedirlo y está sobrecogido.*

*¿Os imagináis cómo se siente Hipo?* (Explicar el significado de sobrecogido para favorecer la ampliación de su vocabulario emocional)

*Si os hubiera pasado esto... ¿qué creéis que hubierais hecho en su lugar? ¿Intentaríais hacer algo para rescatar a Desdentao?"*

Con esta primera aproximación se pretende realizar un ejercicio de empatía para que puedan comprender cómo se siente el protagonista. Pero es un ejercicio difícil porque esa situación no ha sido vivida en primera persona (ni tampoco, quizás, algo similar). Esto es lo que le sucede a su amiga Astrid, aunque su actitud empática le ayudará a comprenderle.

### 2ª Fase

*"Astrid no ha vivido lo mismo que Hipo. Solo conoce algunas partes de la historia, al fin y al cabo, es una persona diferente, así que por mucho que se esfuerce no puede saber exactamente lo que Hipo siente. Pero quiere saberlo, así que se acerca a él, en el peor momento de su vida, para intentar averiguar qué le ocurre de verdad y tratar de ayudarle. Vamos a ver este trocito de la historia y luego comentaremos qué hace Astrid para averiguar cómo se siente Hipo exactamente. Qué preguntas le hace para comprenderlo mejor. Se proyecta el vídeo y en esta fase se tiene que enfatizar:*

- Que ser empático no significa saber exactamente lo que la otra persona siente. Eso es simplemente imposible.
- Que quien está interesado en saber cómo se siente la otra persona debe intentar averiguarlo. Esa es la verdadera manera de interesarse.
- Que, para ello, es imprescindible hacer preguntas y escuchar las respuestas que nos den.

### 3ª Fase

Una vez analizada la manera que tiene Astrid de acercarse a Hipo, el educador propone una **dinámica** basada en los juegos detectivescos en los que hay que resolver un crimen. A través de ella, el alumnado se convertirá en un equipo de investigación que tratará de resolver el misterio planteado a base de interrogar a personas clave.

A continuación, se ofrecen varias historias que estarán en folios independientes. Un voluntario o voluntaria leerá en voz alta la parte que viene subrayada; la otra, que es la solución al misterio, la mantendrá en secreto ya que le permitirá responder a las preguntas que los compañeros y compañeras le harán para resolver el enigma. Sólo podrá contestar con un SÍ o un NO. Después de haber preguntado, cuando alguien crea tener la solución, lo dirá en voz alta para compartirlo con el resto del grupo.

Estas son algunas propuestas de historias a resolver:

**Una mujer va al supermercado. Poco tiempo después, su apartamento está completamente vacío.**

La mujer fue dos veces al supermercado aquel día. Durante la primera visita, tuvo la necesidad de ir al cuarto de baño. Mientras que se hallaba allí un hombre le robó el bolso por debajo de la puerta del baño. Cuando regresaba a su apartamento, recibió una llamada en la que le decían que en el supermercado habían encontrado el bolso y su contenido. Desgraciadamente cuando ella volvió al supermercado, nadie tenía información sobre su bolso. Al regresar otra vez a su apartamento, la mujer contempló asombrada que el ladrón, tras simular la llamada del supermercado, había aprovechado para vaciar completamente su piso.

**Aunque Marta no dijo nada, al fin pudo conciliar el sueño tras aquella llamada de teléfono.**

El vecino de la habitación contigua del hotel donde Marta se hallaba alojada roncaba tan fuerte que ella decidió despertarlo. Telefoneó a la habitación de su vecino y, cuando el teléfono se puso a sonar, su vecino se despertó y Marta pudo dormir al fin.

**Casi todos los clientes de un restaurante local que pidieron el menú compuesto de cuatro platos, enfermaron a continuación.**

Estas personas se hallaban a bordo de un crucero. Al poco de terminar la comida, el mar comenzó a agitarse y los pasajeros fueron enfermando uno tras otro.

(Tomado de Black Stories 2)

**TÍTULO:**
## AHORA TE ENTIENDO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Empatía; Autoestima.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
El padre de Sergio ha sido invitado a contar cosas sobre su trabajo en el "día de las profesiones" del colegio de su hijo. Sergio, sin embargo, no está ilusionado con este día. Su padre está en paro y eso le avergüenza... hasta que su padre empieza a hablar y a explicar su situación de una manera que Sergio nunca había considerado.

**REFERENTE TEÓRICO:** En tiempos difíciles como los que se están viviendo y se atraviesan cíclicamente, es aún más importante de lo habitual hacer un esfuerzo por comprendernos, particularmente dentro de nuestra propia familia. A veces estamos en circunstancias que no hemos elegido, que no entendemos, y que incluso vienen dadas por otras personas cercanas a nosotros. Estas situaciones nos pueden producir malestar y un estado que puede deteriorar nuestra relación con esas personas. Pero quizás puedan cambiar en el momento en que tratemos de ponernos en su lugar, sentir un poquito lo que sienten, y comprenderlas.

**RAZÓN DE SER:** A través de la actividad planteada, el alumnado podrá comprender lo importante que es escuchar y conocer las razones de otras personas para actuar de una manera determinada, y comprender muchas de las cosas que ocurren al respecto.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

La empatía es un elemento fundamental de la Inteligencia Emocional. Sin ella, no seríamos capaces de entender muchas de las cosas que suceden a nuestro alrededor, porque en ellas tienen mucho que ver las emociones. Para poder entender las emociones de otras personas, o incluso las nuestras, hemos de ser capaces de hacernos preguntas importantes. Principalmente dos:

- ¿Cómo se siente esta persona en su situación?
- ¿Cómo me sentiría yo si fuera ella?

Comenzamos la sesión introduciendo la secuencia escogida, pero dejándola parada cuando se ve que Sergio se avergüenza al entrar su padre en la clase y explicar la maestra que está parado en este momento. Cuando han visto la secuencia hasta este punto, se les hacen esas dos preguntas y se dan unos minutos para el debate en voz alta y en gran grupo, de forma que puedan salir tanto defensores como detractores de la actitud de Sergio, que podría fácilmente ser muy parecida a la de cualquiera de ellos en situación similar.

### 2ª Fase

En esta fase, sin haber terminado de ver la secuencia, les pedimos que elaboren, individualmente, una lista de las personas que viven en sus casas. Cuando la tengan, se les dará unos minutos para que cada cual piense en ellas, en algo que les pueda preocupar o hacer sentir mal (p.e. papá tiene dolor en la espalda y encima trabaja un montón y viene muy tarde a casa; mamá también llega muy tarde de trabajar y cuando llega a casa papá todavía no está y nos tiene que ayudar con los deberes; mi hermana mayor tiene muchos exámenes en el instituto y como ha perdido muchas clases porque ha estado mala está muy agobiada...).

Este es un ejercicio que debe realizarse en silencio. Pasados unos minutos, el educador preguntará

*"¿Habéis pensado en cada uno de los miembros de vuestra familia por separado?" ¿"Tenéis bastante claro cuál es la situación o qué es lo que le pasa a cada uno de ellos y de ellas? ¿ha sido sencillo pensar desde otra perspectiva diferente a la nuestra?".*

### 3ª Fase

En este momento se reanudará el visionado de la secuencia hasta el final. Verán como en Sergio se va generando un cambio a medida que su padre explica su situación y cómo la está viviendo él, llegando a sentir verdadero orgullo de él. En esto tienen que ver muchas de las frases que el padre comparte con la clase, frases que merecen un recordatorio al finalizar el visionado:

- "Mi trabajo es buscar trabajo".
- "Yo he decidido hacer una remontada" (lo cual tiene mérito, como pueden ver en el ejemplo que él pone respecto al fútbol. Todos ellos deciden que remontarían antes que huir o abandonar).
- "Para ganar hay que jugar en equipo. Atacar y defender todos".
- "Todos formamos parte del equipo. No estamos solos".
- "Somos muchos los que estamos jugando el partido más difícil de nuestras vidas".
- "En la vida hay un equipo más importante: la familia".
- "Yo tengo el mejor equipo del mundo... todos arrimamos el hombro".
- "Lo importante no es el puesto en el que se juegue, sino el esfuerzo de cada jugador".
- "Siempre se puede remontar".

La actividad finaliza comprendiendo que Sergio verdaderamente no había empatizado con su padre, no entendía realmente lo que pasaba. Solo le había tratado mal por estar en paro (no se sentía orgulloso de él) y no sabía realmente el esfuerzo que estaba haciendo y el trabajo que estaba poniendo en salir adelante. Es fundamental dar lugar y espacio para escuchar a las personas, entender lo que hacen y por qué conocer sus razones, para que realmente podamos hacernos una fotografía más real de lo que son y de lo que sienten.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Se propone trabajar la empatía sobre los personajes de una película o secuencia larga. Es interesante poder escoger una película en la que haya bastante contenido emocional para que, al finalizar el visionado, se puedan lanzar preguntas relacionadas con los motivos por los que cada personaje ha actuado de esa manera.

El visionado puede realizarse de manera completa permitiendo un debate posterior, o por partes, parando en las escenas con mayor contenido emocional y lanzando preguntas que permitan analizar las emociones, pensamientos y actitudes de los personajes, poniéndose en su lugar y comprendiendo sus reacciones.

**TÍTULO:**

## OÍDOS BIEN ATENTOS, OJOS BIEN ABIERTOS

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura; Valores sociales y cívicos; Educación Artística.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Un grupo de niños y de niñas está paseando con sus bicis cuando, de repente, escuchan el gemido de un perro que parece atrapado. Cuando lo descubren, no pueden dejarlo pasar y deciden ayudarle a salir del agujero donde está, incluso a riesgo de hacerse daño.

**REFERENTE TEÓRICO:** La sensibilidad hacia las dificultades de otras personas o seres vivos es el germen de la empatía, y a la par, consecuencia de la misma. Es decir, hace falta un cierto nivel de sensibilidad para, al menos, ponerse en la piel de lo que puede estar sintiendo alguien. Pero, inevitablemente, la persona que es empática, precisamente por esa sensibilidad, se verá movida a la acción, no pudiendo fácilmente hacer oídos sordos o vista ciega a la situación que tenga delante.

**RAZÓN DE SER:** La actividad pretende despertar el sentir de que lo que sucede a nuestro alrededor es también cosa nuestra. Mostrar empatía parte de la necesidad de observar y oír lo que nos rodea, y de recibir el reclamo que las situaciones a menudo nos hacen para que participemos en ellas, para bien nuestro y ajeno.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se inicia la actividad con una pequeña "puesta a prueba". Mientras el educador introduce la actividad, se le caerán un montón de papeles que tendrá en sus manos, con el objetivo de ver si surgen, por parte del alumnado, reacciones espontáneas de ayuda (reacciones que serán reforzadas públicamente). A partir de esta sencilla experiencia, se explicará el concepto de empatía, añadiendo que cuando una persona es empática, no puede pasar de largo cuando ve que otro ser vivo lo pasa mal o necesita algo. Esto es justamente lo que le sucede al grupo que van a ver en la secuencia escogida.

### 2ª Fase

Se proyecta la secuencia cortándola un poco antes de que George, la chica mayor, se incorpore al final al grupo para ayudar a salvar a Timmy. Cuando la hayan visto, puede abrirse un pequeño debate para que expliquen qué creen que hubieran hecho en esa situación.

Es cierto que quizás la mejor opción para salvar al perro no sea que lo haga el grupo, por los peligros que entraña esa maniobra, pero se resaltará el hecho de que no hayan mirado para otro lado, depositando todos sus esfuerzos en salvar a Timmy.

- *¿Qué otras posibles soluciones se les podrían haber ocurrido?*
- *¿Cómo pensáis que se hubieran sentido si hubieran hecho como que no pasaba nada?*
- *¿Creéis que hubieran podido olvidarse fácilmente de que ese perro lo estaba pasando mal?*
- *¿En qué tipo de personas nos convierte ignorar los problemas que ocurren a nuestro alrededor?*

### 3ª Fase

A nuestro alrededor se presentan cada día situaciones en las que podemos mostrar una actitud generosa y dirigida a ayudar, por ello, se pedirá al alumnado que piense qué cosas podría poner en marcha para mostrarse empático en cosas cotidianas del día a día. Por ejemplo:

- Esforzarme en tirar siempre los papeles y residuos a las papeleras para que el personal de limpieza del Ayuntamiento no tenga que recogerlos del suelo.
- Ceder el columpio a otro niño que está esperando cuando yo haya montado un poquito, aunque no me lo pida.
- Mantener silencio en clase cuando recibo una explicación por parte del educador. Así evitaré que tenga que forzar la voz.

Se recogerán en un documento todas las aportaciones del alumnado y se colgará en un lugar visible del corcho de la clase ("Para mostrar empatía...")

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

**Nota:** Esta propuesta requiere de mayor tiempo que será definido por el profesorado.

Se divide la clase en dos grupos, creando cada uno de ellos un guion de obra de teatro en la que aparezcan los elementos clave de cualquier argumento interesante: situación inicial, suceso emocionante y resolución de dicho suceso. Se pondrá la condición de que uno de los personajes debe ponerse en la piel de otro (bien dándole ayuda práctica mostrando comprensión o adelantándosele en algún sentido...).

Explicándolo de otro modo, en la escena debe pasar algo interesante que se resuelva gracias a que uno de los personajes se pone en el papel de otro para ayudarle, entenderle, animarle, acompañarle... es decir, cualquiera de las formas prácticas en las que la empatía puede manifestarse.

Después de representar sus obras se recordarán y reforzarán las ideas importantes trabajadas.

**TÍTULO:**

## TOMEO AND TOSH

**AUDIOVISUAL**
(Until minute 1:19)

**TOPIC**
Empathy.

**CURRICULAR AREA**
Foreign Language: English.

Lexicon: Emotions – sad, happy, excited, angry, upset, tired, surprised, nervous, anxious, worrying, afraid.
Syntactic-discursive content (reception): Present simple – How does Tomeo feel? Why does Tomeo feel sad? He fails an exam.

**SCHOOL CONTEXT**
Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**
8 to 10 years old.

**SUMMARY**
In the video clip, Tomeo receives bad news: he has failed an exam. His friend Tosh is shocked because he found the exam very easy. Tomeo becomes increasingly upset by Tosh's comments and ends up speaking rudely to him. Tosh, in turn, feels very angry.

## THEORETICAL BASIS

Empathy is the ability to understand others' emotions. Developing this skill requires perceiving the feelings of those around us by actively listening and learning to "read" non-verbal cues like posture, facial expressions, or tone of voice. Understanding others' emotions also involves identifying their causes, so we can relate through personal experience and offer support. Being empathetic builds trust and improves communication skills.

## PURPOSE

Using two cards depicting the protagonists' facial expressions from the video, pupils will practise identifying emotions as a key component of empathy. The activity also promotes causal thinking by encouraging students to understand how each action causes an emotion, which in turn triggers another action. The lesson ends with a game where the teacher assesses vocabulary comprehension and its different emotional expressions.

## LESSON PLAN

### Stage 1

Before watching the clip, present two cards showing Tomeo and Tosh's facial expressions. At the same time, introduce the following emotion vocabulary: sad, happy, excited, angry, upset, tired, surprised, nervous, anxious, worrying, afraid. Adapt vocabulary based on the group's English level.

Use mime to explain each emotion. Then ask:

- "How does Tomeo feel?"
- "How does Tosh feel?"

Encourage students to use the new vocabulary. After sharing their thoughts based on the facial expressions, ask:

- "Why does Tomeo feel sad/nervous/anxious?"
- "Why does Tosh feel angry/upset?"

### Stage 2

Watch the video up to minute 1:19, stopping at the line "What just happened?" Ask pupils this same question and have them describe the situation, using a table that will be completed later.

Let pupils explain in Spanish if needed, but always respond in English and record vocabulary on the board to help with the worksheet.

Use the following table:

| CHARACTER | EMOTION | CAUSE-WHY? | ACTION |
|---|---|---|---|
| **TOMEO** | Sad, worrying, nervous, anxious | He fails an exam | Tomeo offends Tosh |
| **TOSH** | Angry, upset | Tomeo is rude to him | Tosh speaks rudely to Tomeo |

Then, individually or in pairs, have students complete their own version of the table using previously discussed vocabulary and structures. Provide the table in a printable format.

### Stage 3

Conduct a Total Physical Response (TPR) activity where the teacher gives instructions, and students express emotions using their body and facial expressions:

- "You are crying because you are sad."
- "You are very happy, so you dance with your friend."
- "You are very nervous, so you start shaking your right leg quickly."
- "You are tired, nearly asleep... when suddenly, you hear a loud noise."

The teacher should use matching tone and gestures to help pupils understand the emotion to express. Instructions can be adjusted in complexity depending on the group's language proficiency.

**TÍTULO:**

## PIEDRA, PAPEL O TIJERA II

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Empatía; Identificación, expresión y regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Programas de prevención: acoso escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS:** El vídeo explica a los niños cómo expresar y valorar el afecto en los ámbitos escolar y social. En la calle y en el colegio se producen situaciones de abuso hacia los demás. La intervención de quien ve las injusticias, es fundamental para que en muchos momentos no vaya a más o dicha injusticia se perpetúe en el tiempo y se convierta en acoso escolar.

**REFERENTE TEÓRICO:** La prevención del acoso es un objetivo irrenunciable en el mundo educativo. La tolerancia cero ante este tipo de comportamientos ha de ser un objetivo irrenunciable. Es importantísimo desarrollar una empatía hacia las personas que sufren el acoso e importante ofrecer herramientas a los que lo ven para que puedan intervenir y defender a los acosados.

**RAZÓN DE SER:** Esta actividad es una oportunidad para caer en la cuenta tanto del papel que juegan los acosadores como del papel que juegan los que viendo situaciones de acoso intervienen para intentar que no sucedan. En edades tempranas como con las que estamos trabajando nos importa mucho que el alumnado sea consciente de cómo se sienten las personas que reciben el acoso con el fin de evitar conductas en este sentido. También debemos tomar conciencia de los prejuicios que a veces tenemos al elegir con quien nos relacionamos. Retomamos un vídeo que se trabajó en infantil pero esta vez visto desde otra perspectiva.

## DESARROLLO

### 1ª Fase: *Lluvia de ideas*

Se propone una dinámica en la que se les invite a que expresen a través de una lluvia de ideas posibles soluciones para un caso en el que unos niños estén acosando a otro.

Para la lluvia de ideas se les puede orientar dándoles unas pautas de actuación:

1. Pensamos en equipo. Una idea cada uno. Exponemos con un portavoz las ideas del equipo.
2. Escribimos las ideas a la vista de todos y podemos complementar las ideas de los demás con las nuestras.
   - Comentamos las ideas de nuestros compañeros nos han gustado y por qué.
   - Decidimos las 5 que nos han parecido mejores.
3. El docente añade la idea de que en el acoso siempre hay tres componentes:
   - El que molesta (agresor).
   - El que sufre (víctima).
   - Los que miran (espectadores) los cuáles pueden o no intervenir.

### 2ª Fase

Se proyecta el vídeo.

- ¿Cómo se han sentido cada uno de los personajes?
- ¿Qué actitudes negativas has visto en el vídeo?

- ¿Qué actitudes positivas has visto en el vídeo?
- ¿Has actuado alguna vez defiendo a algún compañero/a que haya sufrido acoso?
- ¿Conoces a alguien que sufra acoso en el cole, o en tus actividades extraescolares o deportivas? En caso afirmativo, ¿nos lo puedes explicar?

### 3ª Fase

- Nos ponemos por tríos e inventamos una situación de acoso para poderla representar en clase. Damos 5 minutos.
- Hacemos las representaciones.
- ¿Con qué sensación nos hemos quedado?
- Si tuviéramos que resumir en una oración o en un mensaje la tutoría de hoy ¿Cuál sería?
- Leemos nuestras oraciones. Las podemos dejar en los corchos de la clase para que nunca ocurra una situación de acoso entre nosotros y mostremos empatía con los que lo reciben. También podemos crear carteles para ponerlos por los pasillos.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

**Dinámica: "encuentra a alguien que..."**

Entrega una hoja con 6 frases como:

- Le guste un deporte diferente al mío.
- Viva en un barrio distinto.
- Hable otro idioma en casa.
- Sea de otro país o tenga familia de lo que sea.
- Tenga una comida favorita diferente.
- No sea de mi grupo de amigos.

El alumnado debe encontrar compañeros que cumplan con esas frases y conversar brevemente con él (sin repetir personas). Se puede utilizar la técnica del reloj de citas.

Reflexión:

¿Hablaste con alguien con quien nunca habías hablado?

¿Descubriste algo que no sabías?

¿Piensas que podrías tener algo en común?

"A veces un buen amigo está donde menos lo esperamos. Solo hay que animarse a mirar más allá de lo que creemos saber".

**TÍTULO:**

## IAN

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Empatía.

**ÁREA CURRICULAR**
Valores sociales y cívicos.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Programas de prevención: acoso escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS:** El vídeo explica a los niños cómo "poder estar alerta" de lo que le pasa al otro, de aquello que siente por dentro y que en ocasiones le está haciendo daño. Nos refleja también como a partir de una mano amiga pueden llegar muchas más y que lo importante es que la suya siempre esté dispuesta a ayudar por el ejemplo de uno puede ser la acción de los demás.

**REFERENTE TEÓRICO:** La empatía supone la habilidad personal para conectar con los otros, comprender sus pensamientos, sentimientos actitudes y circunstancias que les afectan. Es la capacidad de sentir la realidad del otro y, desde ahí, validar sus emociones. Explorar la importancia de aceptar las diferencias para llegar a encontrar puntos de encuentro entre todos y todas, con el fin de disponer de la habilidad de tomar perspectiva desde la conciencia emocional de uno mismo.

**RAZÓN DE SER:** Esta actividad es una oportunidad para llegar a los sentimientos más profundos del alumnado al ver en primera persona la realidad de Ian, el niño aislado, el niño no acompañado de los demás por el mero hecho de creer que es diferente a ellos o que no puede hacer lo que ellos hacen. El visionado y posterior reflexión les pude ayudar a caer en la cuenta de los Ian que puede haber cerca de ellos en su entorno educativo o social.

## DESARROLLO

### 1ª Fase: *¿Qué opinamos?*

Se propone una dinámica que ayude a recordar lo que significa empatía.

Para ello, se propone una lluvia de ideas que iremos anotando en clase con el fin de escoger la definición más próxima a lo que queremos trabajar.

Es importante que haya en la pizarra palabras empáticas como:

Tristeza / Apoyo / Ayuda / Indignación / Generosidad / Pena / Justicia / Amor / Ideales Acompañar / Consolar / Llorar.

Si alguna no saliera, el docente las puede añadir.

Para ayudar a encontrar la mejor definición de su significado les podemos ayudar con algunos ejemplos:

¿Cómo se siente un compañero que ha perdido su juguete favorito? ¿Qué puedo hacer yo?

Si un compañero se siente enfermo y no puede venir a clase, ¿cómo se sentirá? ¿Qué puedes hacer tú?

Cuando a un compañero no le han invitado a un cumpleaños y a otros niños sí y se entera ¿Cómo se sentirá? ¿Qué puedes hacer tú?

¿Alguna vez os habéis sentido como Ian?

### 2ª Fase

Después de la reflexión anterior introducimos el vídeo (9:45). Le pedimos que presten especial atención a las situaciones que aparecen y piensen cómo actuarían ellos en cada caso.

### 3ª Fase

A continuación, realizamos algunas preguntas con el fin de interiorizar más si cabe el mensaje del vídeo.

¿Podemos decir entre todos qué emociones negativas creemos que estaba sintiendo Ian?

¿En el vídeo Ian siente emociones positivas? ¿Cuándo empieza a tenerlas?

¿Qué emociones crees que tenían los niños del parque antes y después de darse cuenta de que Ian estaba allí?

¿Por qué creéis que es importante entender a los demás?

¿Qué palabras o acciones podrían hacer sentir mejor a alguien que se siente diferente?

### 4ª Fase

Dinámica "la silla de las emociones". Les explicamos que tenemos en clase una silla especial, la silla de las emociones (conviene que sea diferente de las de clase). Cada uno que quiera se puede sentar en la silla para compartir con la clase un momento emocional en el que no le haya ido muy bien y contar cómo se sintió. En ese instante, el resto de la clase le puede decir cosas positivas con el fin de que se sienta comprendido. De la misma manera también puede expresar una emoción positiva que le haya ocurrido y cómo se ha sentido también.

### 5ª Fase

¿Qué mensaje o lección nos enseña la historia de Ian?

¿Qué acciones concretas podemos tener en el colegio y en nuestra vida diaria para ser más empáticos con los demás?

Podemos dejar en el corcho o las paredes de la clase un cartel en el que quede la idea de que todos somos valiosos independientemente de cómo seamos y que la empatía es clave para construir un mundo mejor.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Investigar sobre la Fundación Ian y sus propósitos.

Reflexión sobre la importancia de Fundaciones como ésta y si conocen algunas de ellas.

Elaborar un gran cartel sobre la Fundación.

**TÍTULO:**

## EL SOL, LA LUNA Y LA BELLEZA

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Autoestima.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura; Ciencias Naturales; Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
La leyenda africana, además de explicar poéticamente el origen del día y la noche, las fases lunares y los eclipses, muestra a dos astros enfrentados por su afán de ser los más bellos y admirados por el Universo.

**REFERENTE TEÓRICO:** La autoestima es una capacidad que en las edades a las que está destinada esta actividad, resulta inestable y voluble. El niño, en la medida en que se va aproximando a la preadolescencia, se cree a la vez grandioso y frágil. El empleo de cualquier tipo de herramienta pedagógica adecuada para trabajar con los alumnos la aceptación de su propia imagen incide favorablemente en la consolidación de un factor de protección esencial para construir sobre bases sólidas la identidad del niño.

**RAZÓN DE SER:** A partir de la narración de una antigua leyenda, el educador plantea a los alumnos características personales que facilitan tener un concepto positivo de sí mismo; tanto si se refieren a su físico como a su forma de ser. La explicación de que aceptarse a sí mismo es requisito imprescindible para ser aceptado por los demás es el mensaje que, transmitido por el docente, explica y resume la dinámica.

Un juego final permite a los niños contrastar lo que *creen que son capaces* de hacer con los resultados de sus acciones. Ello facilita el ajuste de su autoestima.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Leer la leyenda. Dado que aborda en clave poética fenómenos naturales que se trabajan curricularmente en asignaturas tales como Conocimiento del Medio, se invitará a los niños a indagar en los textos las verdaderas causas de los eclipses y las manchas lunares, la duración del día y la noche, así como los orígenes y la periodicidad de los ciclos lunares.

### 2ª Fase

Se comentará con los alumnos la importancia de sentirse a gusto dentro de uno mismo. Aceptarse y quererse tal y como uno es no supone descuidar el cuerpo, sino "hacer las paces" con él y cuidarlo bien, pues sólo tenemos uno. Si le dañamos seriamente, no tiene recambio.

Se formularán algunas preguntas para estimular la participación en un coloquio centrado en la leyenda y en la autoestima:

- *¿Cuál de los dos astros os parece más bello, el sol o la luna? ¿Por qué?*
- *¿Por qué está tan enfadada la luna?*
- *¿Creéis que tiene razón el sol cuando le dice a la luna que ella también es bella y muy necesaria?*
- *A pesar del comentario del sol, la luna no se lo cree, ¿qué hace?, ¿os parece bien?*
- *¿Os parece tan importante como a la luna ser guapo/a? ¿Qué otras cosas son importantes en una persona?*

El educador comentará, al hilo del debate surgido, que ser guapo por fuera es interesante, pero que mucho más lo es serlo por dentro.

### 3ª Fase

El docente comenta a los alumnos que también forma parte del cariño hacia uno mismo lo que "se es capaz de hacer". Si alguien piensa que no vale nada, que no merece la pena intentar algunos retos porque fracasará, acabará sintiéndose, sin razón, "menos que los demás".

Se propone un **juego** al grupo-clase. Para ponerlo en práctica, se dejará un espacio libre en el aula (o se trasladarán al gimnasio). El educador pinta con tiza en el suelo una raya; elige un niño al azar, y le pregunta hasta dónde cree que llegará si salta con los ojos cerrados, los pies juntos y sin tomar impulso. Donde el niño señale, trazará una marca. Después vendará los ojos del alumno y le invitará a saltar. Donde caiga, trazará otra marca, de forma que puedan compararse los resultados con las expectativas previas.

Preguntas posteriores:

- *¿Pensabas que llegarías tan lejos? (si el salto fuera más largo de lo esperado) ¿Cómo te sientes al ver que no llegaste tan lejos? (si el salto fuese más corto).*
- *¿Crees que en un segundo intento mejorarás tu marca? ¿Por qué?*
- *Si los demás te animan ¿mejorarás tu salto? ¿Por qué?*

Se procederá de la misma manera con los demás alumnos. Si se estima oportuno, habrá un segundo intento con apoyo y gritos de ánimo por parte de los compañeros.

Una variante cooperativa del juego es el salto por parejas: uno de los niños salta desde el lugar en el que aterrizó el primero.

***¡Atención!:*** éste no es un juego competitivo (procurar saltar más que otros). Cada niño se mide exclusivamente consigo mismo en un proceso de ajuste de su autovaloración.

**TEXTO DEL CUENTO:**

*Desde el principio de los tiempos el sol y la luna han competido en belleza. El sol sabe que es radiante, luminoso y además es el padre del fuego. La luna, por su parte, es plateada, misteriosa, silenciosa y madre del amor. Quizás por ser cada uno hermoso a su manera se llevan tan mal, y solo despierta uno cuando el otro se acuesta, dando lugar al día y la noche.*

*Hace algunos siglos, la luna no se conformó con su reinado nocturno. Al fin y al cabo, mientras ella extendía su belleza los seres vivos acostumbraban a dormir. ¡No era justo! Entonces decidió visitar al sol, y le habló de esta manera:*

*-Te odio por ser el preferido de los seres vivos. Si puedo, te mataré.*

*- ¡Pobre luna! Yo no tengo la culpa de ser querida por las plantas, los animales y los seres humanos. Además, tú eres la reina de la noche. Si yo estuviera despierto todo el día, todos ellos morirían de calor. Como ves, eres tan importante para la vida como yo - dijo el sol.*

*Pero la luna seguía envidiando la belleza del llamado "astro rey". Pensaba: "¡Soy bella, pero no la más bella!". Así que le declaró la guerra al sol.*

*Una noche, cuando el sol dormía tranquilamente, la luna se acercó a él lentamente, y cuando se encontraba a su lado le tiró, vengativa, un puñado de barro. El sol despertó indignado. Al verse manchado exclamó:*

*- ¡Mira lo que has hecho, has estropeado mi perfecta belleza!*

*La luna sonreía malvadamente. Había humillado y afeado a su rival... y así es como se crearon las manchas solares.*

*El sol, enfadado, se tomó su venganza y cuando en pleno día la luna estaba durmiendo, le arrojó a su vez un puñado de barro. "Ahora te toca a ti sufrir" pensó. La luna despertó asustada.*

*- ¡Me has llenado de barro, ya no podré salir de noche! - dijo.*

*El sol le respondió:*

*-No te preocupes. Tardará varios días en ir secándose el barro. Mientras tanto sólo se te verá una parte de la cara. Pero como castigo a tu maldad, cuando luzcas de nuevo brillante, te iré tirando un poco de barro cada mañana durante el mismo número de días. ¡Así aprenderás a respetar mi belleza!*

*Por este motivo, la luna cambia de cuarto menguante a luna nueva (cuando está completamente cubierta de barro), y de esta pasa a cuarto creciente hasta llegar a luna llena (según se va secando y cayendo el barro).*

*La luna, parece, perdió la batalla por la belleza, pero a modo de venganza, cada varios años, espera a que el sol esté confiado, y consigue lanzarle todo el barro que consigue ir acumulando poco a poco. El sol, manchado, se esconde en pleno día hasta que sus rayos calientan y deshacen el barro. Ese es el origen de los eclipses.*

**El sol, la luna y la belleza**

*[Adaptación de una leyenda africana]*

**TÍTULO:**

## UNA BARRITA CON UN PUNTITO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Autoestima.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Identidad personal; Plan matemático.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Una niña siente vergüenza al contar a su padre que no ha superado un examen, sorprendiéndose gratamente al ver que su padre se identifica con ella y le ayuda a estudiar. La niña concluye que la "i" de "insuficiente" puede transformarse en "i" de "inteligente" cuando se lo proponga y pida ayuda.

**REFERENTE TEÓRICO:** La tolerancia a la frustración, la actitud de compromiso y el afán de superación son aprendizajes imprescindibles para evitar que la autoestima de los niños se resienta.

Si no nos permitimos equivocarnos de vez en cuando, nos sentiremos mal con nosotros mismos y esto influirá en la valoración personal de nuestra valía.

**RAZÓN DE SER:** A partir del visionado de "Una barrita con un puntito" y una dinámica colectiva, el educador tratará de transmitir a los alumnos que equivocarse de vez en cuando es algo normal y natural, y si esa equivocación pudiera haberse evitado, simplemente tendrán que estar más atentos la próxima vez. Equivocarnos no nos tiene que dar miedo, al contrario, nos tiene que alentar a la búsqueda activa para superar dicha equivocación.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se explica al grupo de alumnos que a menudo las cosas no salen como uno desea; es normal "meter la pata" en situaciones de la vida cotidiana. A continuación promueve un diálogo colectivo inicial a partir de algunas preguntas como, por ejemplo:

- *Cuando un adulto os regaña por haber hecho algo mal ¿cómo os sentís? ¿Cómo soléis responder?*
- *¿Alguien quiere contarnos la última vez que "metió la pata"? ¿Qué sucedió?*

Se introduce el audiovisual seleccionado comentando que van a ver una historia en la que a una niña le sale mal algo y cómo se resuelve la situación.

Se proyecta el audiovisual. Preguntas para la reflexión:

- *¿Cómo se siente Marta al principio de la historia? ¿Por qué?*
- *¿Por qué la niña no se atreve a decir nada a sus padres? ¿Es únicamente por temor a que la castiguen o por algo más?*
- *¿Cómo reacciona su padre cuando se lo cuenta?*
- *¿Qué conclusión saca Marta?*

### 2ª Fase

Se promueve una **dinámica** a partir de preguntas-caso. El maestro divide el grupo en parejas de alumnos, que deberán dialogar y responder por escrito a las siguientes cuestiones:

Si, como a Marta, te pusieran una "i" de "insuficiente" en un control del colegio, ¿cómo te sentirías? ¿Cómo se lo dirías a tus padres?; ¿cómo crees que reaccionarían ellos?

Si se te cae un cazo lleno de sopa al suelo ¿cómo te sientes? ¿Qué haces?; ¿qué dirías a tus padres?

Si te castigan en el colegio por haber hecho una trastada, ¿cómo te sientes? Si te ven tus compañeros castigado, ¿qué piensas que van a decir? ¿Qué responderías tú?

Si te encargan que bajes la basura y en un descuido se te cae en la escalera y se te rompe ¿cómo te sentirías? ¿Qué harías? ¿Qué les dirías a tus padres? ¿A qué te comprometerías?

A continuación, se pone en común esta dinámica se puede desarrollar de forma colectiva, procurando que haya el mayor número de aportaciones posible.

Es sumamente importante que expresen verbalmente los sentimientos que experimentan en situaciones como las descritas: rabia, vergüenza, pena, miedo al castigo, etc.

Se cierra la dinámica explicando el educador que "hacer mal las cosas" no significa "*ser* malo o tonto", sino que se trata de esforzarse para mejorar la próxima vez.

**TÍTULO:**

## EL MALTRATO SUTIL

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Autoestima; Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Una niña normal y corriente empieza a recibir "consejos" de los de su alrededor en los que le animan a ser alguien diferente a quien verdaderamente es. Tan al pie de la letra se los toma que, finalmente, su autoestima queda totalmente dañada.

**REFERENTE TEÓRICO:** La autoestima se construye a partir de cómo nos valoramos como personas y cómo lo hacen quienes nos rodean (sus opiniones acerca de nosotros). Está en nuestras manos decidir qué papel queremos que jueguen esas opiniones y cuán permeables queremos ser ante ellas.

**RAZÓN DE SER:** Usando varios símiles como son la idea del escudo o del impermeable se pretende que el alumnado descubra que tienen poder real para combatir los comentarios que dañan su autoestima. Visualizarán a través del recurso audiovisual las consecuencias de no hacerlo y podrán poner en marcha sus capacidades defensivas con la dinámica de grupo final.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se comienza la sesión proponiendo un juego. El material necesario consiste en una caja de bolas (como las que se usan en los parques de bolas, que son muy fáciles y económicas de adquirir) y un objeto que sirva como escudo (cuaderno, carpeta o libro) para cada alumno. En caso de encontrar dificultades para conseguir las bolas, servirá con pedir a cada participante que haga tres bolas de papel.

Se pide un voluntario que se pondrá en un lateral del espacio donde se realiza la actividad (se habrán apartado previamente mesas y sillas) y estará "armado" con su cuaderno o libro a modo de escudo. Los demás, por turnos, aunque con fluidez, irán tirándole una bola que tendrá que rechazar usando el escudo. Hay que intentar por todos los medios que las bolas no toquen el cuerpo. Es un juego defensivo. A medida que se vayan tirando las bolas, quien guía la actividad contabiliza cuántas han "herido" a la persona voluntaria. El recuento se anotará en la pizarra.

A continuación, se repite el proceso, con dos nuevos participantes, y ganará quien menos "impactos" haya recibido (aunque esto último es lo menos importante, ya que el objetivo del juego es mostrar que todas las personas están dotadas con "escudos" que les permiten ser impermeables a los ataques, ofensas, comentarios u opiniones recibidas del exterior que, sin duda, pueden dañar la autoestima).

El símil del impermeable ilustra muy bien la idea: cuando llueve y no llevamos puesto el impermeable, la lluvia no solo nos moja, sino que nos cala muy hondo, hasta los huesos, y luego es muy difícil secarse. Cuando estamos expuestos a la opinión no siempre bienintencionada de los demás es muy importante ponerse "el impermeable" para que no cale lo que nos llega.

### 2ª Fase

El educador hace una introducción al visionado del vídeo de la siguiente manera:

*Vamos a contar ahora la historia de una niña que nunca se puso ese impermeable del que hablamos. Todo el mundo empezó a opinar sobre ella, sobre cómo era, sobre lo que debía hacer... hasta que, poco a poco, se fue creyendo todo lo que le decían y se convirtió en alguien muy infeliz. Fijaos bien en la historia, a ver qué os parece, y luego la comentamos.*

Se pone la secuencia y al terminar se comenta brevemente. Se puede visionar una segunda vez pidiéndoles que intenten fijarse en qué cosas le decían los demás que debía cambiar y qué "escudos" usaba para que no le hicieran efecto esas opiniones. Pronto descubrirán que esta niña no tenía ningún escudo y que había permitido que todo lo que le dijeran calara en ella.

### 3ª Fase

La actividad termina realizando una **dinámica de grupo** a través de la cual el alumnado deben mostrar cuáles son sus armas dialécticas que le servirán como escudos para que los comentarios o consejos inadecuados no le calen hiriendo en su autoestima.

Previo a la dinámica se prepara un paquete que contendrá una bolsa con tantos caramelos como alumnos haya en clase. El paquete estará formado por muchas capas, la última capa dará lugar a la bolsa de caramelos. El primer envoltorio será hecho con papel de regalo, el resto de capas serán hojas de periódico. Sobre cada capa de papel se pegará o escribirá un comentario crítico que pueda ser fácilmente interpretado como malintencionado de forma que, a lo largo del juego, a medida que vayan eliminándose capas del paquete, vayan apareciendo las frases para las que hay que elaborar contestación. La última capa del paquete también será de papel de regalo.

El alumnado se sitúa en círculo y, mientras suena una música, se irá pasando el paquete de unas manos a otras. En el momento en que se para la música, en las manos en las que haya quedado el paquete se quitará la primera capa, siendo el momento de convertirse en "El contestón" porque, esa misma persona, tendrá que "rebelarse" ante el comentario que haya encontrado (usar "un escudo"). Por ejemplo: "No me gustan tus ojos. Son mucho más bonitos de cualquier otro color". La alternativa podría ser "No hace falta que te gusten. A mí me gustan y eso es suficiente". Si la respuesta es adecuada, recibirá un aplauso por parte del grupo y se continuará con la música y haciendo circular el paquete, así hasta llegar a descubrir la bolsa de caramelos. Una vez descubierta, se repartirán los caramelos felicitando a todo el grupo por su trabajo.

**TÍTULO:**
## FUERZA VIKINGA

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Autoestima; Habilidades de Comunicación .

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Hipo es el hijo del jefe de una aldea vikinga. Tienen un gran problema: les atacan constantemente los dragones. Pero él, además, tiene otro: no es el típico vikingo que se enfrentaría a un dragón, a pesar de que lo intenta. Todo, en ese sentido le sale mal y por más que quiere que le den su oportunidad, no le tienen en cuenta y le rechazan. Él, sin embargo, tiene dos grandes bazas a su favor: su empeño y su buen humor para encajar las negativas.

**REFERENTE TEÓRICO:** El sentido del humor es una herramienta ciertamente útil para el desarrollo psicológico. Demuestra flexibilidad y habilidad para relativizar las críticas y sus consecuencias. Es importante aprender a desarrollarlo, a ponerlo en marcha y a acostumbrarnos a que la vida, con humor, es mucho más llevadera.

**RAZÓN DE SER:** Reírse de lo que tiene gracia, ya sea de lo que nos rodea o incluso de uno mismo en algunas ocasiones, no solo es saludable, sino que significa que existe una seguridad que permite que ciertas cosas no nos afecten. Esto protege nuestra autoestima, la pone a prueba de ataques malintencionados o desafortunados y resulta un recurso muy interesante de cara al futuro y a las interacciones sociales. Con el vídeo seleccionado y la dinámica planteada, el alumnado tendrá la oportunidad, por una parte, de comprobar cómo el protagonista utiliza el humor ante una situación algo ofensiva y, por otra, de ponerlo en práctica ante situaciones cercanas a su día a día.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*Hoy vamos a hablar de lo importante que es reír y pasarlo bien. También tener sentido del humor. ¿Sabéis qué significa tener sentido del humor? Vamos a pensar en situaciones que os hayan pasado, o que hayáis escuchado o visto, o simplemente algún chiste que os haya hecho gracia y que podamos compartir con todos.*

Se permite que todos y todas hagan sus aportaciones para, acto seguido, comentar en grupo el buen rato que han pasado, si les ha gustado o no, por qué les gusta reírse, si hay alguno a quien no le guste...

De ahí se lleva al alumnado a otro terreno, que tiene que ver con este, aunque con un importante matiz:

*Generalmente a las personas les gusta reírse y pasarlo bien, excepto cuando se trata de reírse de algo que tiene que ver con ellas. A casi nadie le resulta fácil reírse de sus errores o de sus fallos. Se sienten mal... y no les gusta.*

*Sin embargo, a veces es importante saber reírse de nosotros mismos y, claro, que eso no afecte a nuestra autoestima, es decir, a la opinión que tenemos de nosotros mismos.*

### 2ª Fase

*"Os voy a presentar a Hipo. Él es el hijo del jefe de una aldea vikinga. Su padre es un tío súper fuerte y duro, acostumbrado a las batallas y a ser siempre el campeón. Pero Hipo no es así. De hecho, es bastante delgadito, pequeño, "poca cosa", como dirían algunas personas y casi todos alrededor suyo no hacen más que recordárselo. Y él no está demasiado contento consigo mismo tampoco. Pero, curiosamente,*

*suele tomárselo con bastante buen humor. Fijaos en esta secuencia que vamos a ver y luego os preguntaré si os habéis dado cuenta de qué manera usa Hipo el buen humor para protegerse de lo que le dicen".* Una vez vista la secuencia se habla sobre el vídeo, y entre todos se indica cómo ha utilizado el buen humor para que no le afecte lo que le están diciendo (que todo en él está mal y que debe cambiarlo).

Es importante detenerse en que el sentido del humor no está solo en lo que se dice, sino en cómo se dice. La respuesta con humor tiene que ir acorde con los gestos (sonrisa, actitud desenfadada), sino, el comentario puede tomarse como irónico (explicar el concepto ironía). También será importante indicar que el humor no siempre se puede utilizar, por ejemplo, ante determinadas figuras de autoridad (en la película, Hipo y su instructor tienen una relación muy fraternal).

### 3ª Fase

*Vamos a poner en marcha la misma estrategia que ha puesto Hipo ante esos comentarios bastante ofensivos. Vamos a intentar sacar chiste de ciertas críticas malintencionadas o desafortunadas que podrían hacernos.*

(OJO, cuando la crítica es adecuada y ajustada, no se trata de sacarle punta, sino de hacerle caso y producir cambios).

*¿Cómo podríais usar el sentido del humor para responder a estas situaciones?*

NOTA: Dado que no es una estrategia sencilla y que en esto hay muchísimas diferencias individuales, se divide la clase en tres grupos de, a poder ser, igual número. Dos de ellos se colocarán como si estuvieran en un concurso compitiendo entre sí. El tercer equipo será el del jurado.

Se propone la frase o situación a la que hay que responder con sentido del humor, los grupos se toman un momento para decidir cuál sería la mejor respuesta y cuando se les indique, la comentan por turnos.

El jurado vota individualmente por un equipo u otro y se van anotando los puntos asignados que serán anotados en la pizarra con el fin de obtener los comentarios mejor valorados.

Algunos ejemplos para resolver:

- Un compañero te dice "Vaya camiseta tan grande. ¡La puedes usar de sábana!" (P.e. "Eso está bien, por si me entra sueño").
- "Desde luego, te luces cuando juegas a esto. ¡Siempre te gano!" (P.e, "Es que no lo sabes, pero me estoy reservando para la partida final" o "Es que no quiero que lo pases mal si pierdes").
- "Eres súper enano" (Por ejemplo, "Es que no me gusta mucho destacar, así pasó desapercibido o "No, es que estoy lejos").
- "Estás 'empanao', tío (Por ejemplo, "Sí, pero mucho más sabroso").

**TÍTULO:**

## HAY ALGO QUE PUEDES HACER TÚ

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Autoestima; Empatía; Identificación, Expresión y Regulación emocional; Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Gru está triste. Lucy, la chica que le gusta, se va a marchar a vivir a Australia y eso supone que no se podrán ver más. Su tristeza le ha hecho estar enfadado, pero la pequeña Agnes le hará ver que, ante los problemas, siempre hay algo que se puede hacer.

**REFERENTE TEÓRICO:** Cuando estamos ante un problema, a veces nos sucede que, aunque podamos hacer algo por resolverlo, no nos damos cuenta de ello. Y nos entristecemos, o tenemos miedo de lo que vaya a suceder, sin asumir una actitud activa que permita resolver la situación. Esto puede tener que ver con la autoestima, ya que cuando no creemos tener poder sobre nuestras decisiones, nuestra vida o algunas de nuestras circunstancias, nos sentimos a merced de ellas y no hacemos nada por remediarlas.

**RAZÓN DE SER:** El planteamiento que acompaña a la secuencia escogida pone al alumnado en situaciones tales que, para poder hacerse cargo de la circunstancia concreta, han de cuestionarse dos preguntas clave que se plantean en la conversación del vídeo: qué papel jugamos en nuestra propia vida desde el punto de vista de la resolución de problemas y qué papel juegan otras personas a las que, quizá, tengamos que pedir que participen en la búsqueda de la mejor solución. En cualquiera de ambos casos, esta actitud redundará en mejorar la autovaloración del alumnado por el hecho de aumentar la sensación de control sobre la propia vida y circunstancias y tomar posiciones más proactivas ante las situaciones conflictivas o difíciles que se vayan encontrando.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*Algunas veces nos encontramos en situaciones en las que parece que no podemos hacer nada por remediar lo mal que nos hacen sentir. En ocasiones, efectivamente, no es fácil saber qué hacer o quizá la situación es demasiado complicada para lo poquito que podemos hacer al respecto. Pero ese poquito merece la pena y debemos siempre pensar que lo mejor es intentarlo. Quizá no podamos cambiar la situación completamente, pero sí algún aspecto de ella, o mejorar lo que nos hace sentir (por ejemplo: tomándonoslo de otra manera).*

*Sin embargo, esto no es igual de fácil para todos. Algunos siempre creen que no hay nada que puedan hacer al respecto. De hecho, van por el mundo tristes, desanimados, porque piensan que todo lo que sucede alrededor suyo es negativo, les sale mal y, por tanto, no pueden hacer nada para mejorarlo. ¿Qué pensáis de esto? ¿Creéis que las situaciones negativas que a veces sufrimos se pueden mejorar de alguna manera?*

*Esta tristeza de la que hemos hablado aparece sobre todo en personas que se quieren poco a sí mismas y que creen que nada de lo que hacen vale para cambiar las cosas. Sin embargo, debemos aprender que hay muchas, muchas cosas que podemos hacer para que las situaciones mejoren. Fijaos en lo que le pasó a Gru*

*cuando descubrió que Lucy, la chica de la que estaba enamorado, se iba a ir a trabajar a otro país…".*

(Introducir la secuencia en este momento y comentar después qué les parece inicialmente, aunque se profundizará a lo largo de las siguientes fases).

### 2ª Fase

La conversación que la niña protagonista tiene con Gru es muy rica en contenido, no sólo por las características de la inteligencia emocional presentes en ella al identificar el malestar de Gru y abordarlo tan cariñosa y empáticamente (en contraste con la poca inteligencia emocional que muestra él, al pagar su mal humor fastidiando a todo el mundo en vez de ser constructivo), sino también porque Agnes realiza las preguntas adecuadas para dirigir a Gru hacia la solución del problema que le hace sentir mal:

- *¿Cuáles pensáis que son las dos preguntas más importantes de la conversación? ("¿Hay algo que pueda hacer yo?"* y *"¿hay algo que puedas hacer tú?")*
- *¿Por qué pueden resultar tan importantes?* (Porque les orienta hacia la acción y no a resignarse simplemente).
- *¿Creéis que Gru ha cambiado en algo lo que iba a hacer debido a esas preguntas que la niña le hace?* (Antes no iba a hacer nada, simplemente aceptaba la situación y se enfadaba por ello).
- *¿Pensáis que Agnes ha hecho algo por la situación de Gru?* (En realidad sí, porque le ha hecho ver que no debe darse por vencido cuando todavía no ha intentado todas las posibles opciones para que la situación mejore).
- *¿Qué ha decidido Gru hacer con su situación?* (Ha decidido ponerse en contacto con Lucy para decirle que está enamorado de ella y está practicando con uno de sus minions y repitiendo una y otra vez hasta que le salga como él quiere).
- *¿Cómo creéis que se siente Gru después de llamar a Lucy?*

### 3ª Fase

Es importante partir de la idea de que, aunque hay ciertas situaciones que por su gravedad nos permiten muy poco margen para poder hacer algo al respecto, hay muchas otras, la mayoría, en las que sí se puede hacer algo para mejorar la situación. Hacerse cargo de esas cosas hará que nuestra autoestima crezca y sea cada vez más sólida. De hecho, démonos cuenta de que una situación no son sólo las circunstancias que la componen, sino también nuestro estado de ánimo o las condiciones en que se dan esas circunstancias, de forma que podemos verdaderamente intentar hacer pequeñas-grandes cosas por cambiarlas o mejorar nuestro sentir al respecto.

En este punto de la actividad, se van a plantear una serie de situaciones definidas por el educador (pueden estar relacionadas con vivencias propias del grupo) con el objetivo de que el alumnado pueda tomar el control de dichas situaciones valorando qué se puede hacer y qué está en sus manos. El análisis se realizará a partir de las dos preguntas utilizadas por Agnes ¿Hay algo que pueda hacer yo? ¿Hay algo que puedas hacer tú? (Pensando en otras personas cercanas).

Por ejemplo:

Es sábado y tengo un montón de deberes que hacer.

- ¿Hay algo que pueda hacer yo?

  Puedo intentar empezar pronto para terminar cuanto antes y poder tener más tiempo para jugar. Puedo intentar hacer mis deberes los viernes y así puedo tener los sábados libres.

- ¿Hay algo que puedan hacer otras personas? Puedo pedirle a un familiar que me ayude en lo que no entiendo para no perder tiempo. Esperar a que termine para ponerme una peli o jugar a algo que me guste.

Es muy importante darse cuenta a partir de este ejemplo y de los que irán surgiendo en el avance de la actividad que, incluso en aquellas cosas en las que vemos una ayuda por parte de otras personas, existe un punto de partida en el propio yo. Es decir, en cualquiera de los casos, la resolución de una situación parte de una actitud activa y proactiva por nuestra parte (en el ejemplo anterior, soy yo quien le tendré que pedir a un familiar que me ayude).

Otros ejemplos de situaciones:

- Un amigo o una amiga se ha enfadado conmigo y no me habla.
- Se me ha perdido el estuche nuevo que me han regalado y no lo encuentro.
- En clase me han castigado por hablar con mi compañero, pero en realidad le estaba diciendo que se callara porque no me dejaba escuchar.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

En algunas ocasiones, a pesar de que nos encantaría introducir cambios en la situación, esto no es posible. Siendo así, hemos de hacerlo a nivel más interno, más personal. Es lo que llamamos aceptación. Ocurre, por ejemplo, con sucesos o acontecimientos que hemos vivido en el pasado y que nos gustaría que hubieran sido de otra forma, pero que ya no podemos cambiar.

En este sentido, puede ser útil complementar el trabajo propuesto desde la sesión con esta idea acerca de la aceptación, de forma que queden cubiertas todas las opciones de afrontamiento posibles. Así, sugerimos que se pueda trabajar un poco este concepto con el grupo, sin demasiada profundidad, ya que su edad y desarrollo no lo permiten, pero sí al menos puede planteárseles la necesidad de considerar que la aceptación en ocasiones es necesaria y que, bien orientada, nos ayuda a crecer como personas.

La forma práctica de trabajar esta idea podría ser hacer una ronda de participaciones en la que cada asistente pueda contar, de manera voluntaria, algo que le pasó en el pasado que quisiera que hubiera sido de otra forma, pero no pudo cambiar. En la pizarra (o una cartulina grande para que pueda quedar en el aula expuesto el trabajo realizado), cada participante podrá plasmar voluntariamente y a través de una frase sencilla la situación, y al lado qué hizo para aceptarlo.

Ejemplo: En clase me regañaron sin tener la culpa. Aceptación: Sé que yo no tuve la culpa, pero he decidido olvidarlo y no sentirme mal por ello, mi profe no se dio cuenta.

**TÍTULO:**
## ¿NECESITO SUERTE?

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Autoestima; Habilidades de relación; Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Annie es una niña especial. Se muestra especialmente segura de sí misma y le gusta hacer las cosas a su manera, bien hechas. Su originalidad, espontaneidad y simpatía al principio sorprenden, pero son parte de su carácter y están relacionadas con la que probablemente es su mejor característica: se implica de forma activa en las cosas que le pasan, no dejando nada a la suerte.

**REFERENTE TEÓRICO:** Una de las principales diferencias entre las personas que tienen una buena autoestima y aquellas que no la tienen es que las primeras se hacen cargo de forma activa de los aspectos que conforman su vida. De una forma muy práctica, deciden hacerse con las riendas de su día a día y no dejan que sea la suerte la que decida por ellas, sino que toman cartas en el asunto y, de alguna forma, crean su propio destino. De ahí que no dependan tanto de la "suerte" y que no suelan dejar las cosas al azar si pueden hacerlas por sí mismas.

**RAZÓN DE SER:** Todas las personas somos especiales, únicas, pero a veces nos cuesta verlo en nosotras mismas. Centrar por unos minutos la atención en la protagonista de la secuencia y descubrir cómo es capaz de deshacer ciertos clichés acerca de cómo deben hacerse las cosas, puede llevar también al alumnado a romper el miedo que les produce el cambio y procurar apropiarse de algunos de los principios que esta niña sigue para mostrarse segura de sí misma y aportar a quienes le rodean algo de su persona, valiosa, única y original.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*"Vamos a ver hoy una secuencia de una película que se desarrolla en un lugar muy parecido a donde estamos ahora: en una clase de colegio, con niños y niñas de vuestra edad. Os vamos a pedir que os fijéis muy bien en lo que sucede en la secuencia, porque vais a conocer a una niña muy especial. Vuestra tarea mientras vemos la secuencia será que os fijéis y decidáis por qué Annie es una niña tan especial. Luego, tras la secuencia, lo comentaremos…".*

Nos interesa de Annie su forma particular de afrontar los retos, de comunicarse, y la concepción que tiene acerca de la vida y sobre todo el papel que ella misma tiene en ella. Algunas de las cosas sobre las que merece la pena llamar la atención o detenerse a preguntar:

- Ella se siente segura de sí misma. Por ejemplo, tiene todo su trabajo en la mente, se lo ha aprendido muy bien y ha buscado una forma de mostrárselo a su clase que sea original, divertida y que les permita comprenderlo fácilmente.
- Es cierto que sus formas no son las más convencionales, por eso el educador dice "Ya empezamos…".
- *¿Qué creéis que ha querido decir con eso?* (En un sentido, lo habitual no es siempre lo mejor. Romper ciertos moldes puede ser un poco difícil al principio, más para aquellas personas a quienes les gusta que las cosas se hagan según ciertas rutinas, pero puede ser bueno, tal y como se demuestra con la "performance" – actuación- que hace Annie para presentar su trabajo sobre un presidente de los EEUU).

- Annie hace las cosas con alegría. Desde el primer momento parece tener muy claro que lo que quiere decir es muy bueno y que, a sus compañeros, y al educador les va a encantar lo que tiene que contarles. Por ello transmite también esa emoción y seguridad con sus gestos, con su sonrisa, con la manera en la que explica lo que va a hacer. Su actuación transmite entusiasmo, y el entusiasmo suele contagiarse. Pero para poder hacerlo hay que ser valiente.

- La valentía es una cualidad de Annie, que parece no tener miedo a equivocarse. Es verdad que su "apuesta" de trabajo es arriesgada, porque no es la "normal", pero sabe que, si se arriesga y le sale bien, será genial. Si por el contrario, no saliera como ella espera, al menos lo habría intentado siendo ella misma y haciendo algo diferente. En ese sentido, tanto para mostrar algo diferente como para recibirlo hay que ser también valiente. Su educador, finalmente, recibe ese intento original como algo bueno y le felicita diciéndole "¡Buen trabajo, Annie!"

- Al margen de la exposición sobre el presidente, la conversación que Annie mantiene con sus amigas saliendo del colegio tampoco tiene desperdicio: una vez más se muestra segura de sí misma porque se basa en que siempre que procura llegar a un sitio lo consigue porque pone esfuerzo en que así suceda. No es la suerte la que lo hace por ella, ni tampoco depende de que otras personas la cubran, sino que se hace responsable y sale corriendo para llegar a donde quiere ir. Por eso, cuando le desean suerte, su respuesta es tan tajante: "La suerte es para los tontos".

## 2ª Fase

La frase "La suerte es para los tontos" puede que al principio descoloque un poco al alumnado por no estar familiarizado con ella. En los próximos minutos de la actividad se divide la clase en equipos de dos o tres y se les propone que intenten decidir qué ha querido decir Annie con esa frase. Durante un tiempo se les deja que comenten en grupo sus diferentes propuestas y, después se hace la puesta en común.

Es importante que se realice desde un clima abierto, dando lugar a que se puedan presentar las ideas personales de forma segura, tal y como lo hace Annie, aún a riesgo de equivocarse o de no estar en posesión de una respuesta completamente correcta o, incluso, ni siquiera aproximada. Puede hacerse así: *"Ahora que ya hemos pensado qué puede significar, vamos a intentar explicar al resto lo que hemos pensado. Lo haremos, tal y como hemos visto que lo hace Annie, con ánimo de hacerlo lo mejor posible, procurando que se nos entiendan las razones que hemos creído mejores y estando con la seguridad de que intentarlo es siempre la mejor opción. Lo importante aquí no va a ser acertar completamente, sino hacernos cargo de la tarea y procurar hacerlo lo mejor posible, contando con que nos podemos equivocar."*

Después de las exposiciones grupales, el profesorado explicará el significado de la frase, reforzando los aciertos.

## 3ª Fase

La actividad termina proponiendo al alumnado que piense qué característica de las que ha visto y se ha comentado de Annie (quizás también otras de las cuales no se ha hablado abiertamente y se pueden añadir aquí) les ha gustado más y por qué.

La idea es que puedan resaltar aspectos positivos que, de alguna forma, puedan apropiarse, no tanto como un calco de Annie, que es una persona diferente, sino como inspiración para mostrarse cada vez más como son y sin miedos innecesarios.

Después de sus comentarios se les animará a realizar propuestas prácticas de cómo podrían desarrollar algunas de esas cosas en su vida cotidiana. (P.e. Puedes practicar esto cuando hagas una pregunta en alto en clase, recordando que lo importante es aclarar la duda y no tener miedo de preguntar, ya que aprende más quien pregunta que quien se calla).

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Abordar en forma de asamblea la idea "¿Por qué nos da tanto miedo equivocarnos?". Ese miedo es uno de los principales obstáculos a la hora de tener iniciativa o de buscar nuevos caminos para cosas que nos hemos acostumbrado a hacer de otra manera. En esta sección pueden recogerse los principales miedos que mencionen a este respecto y, entre todos, procurar buscar las objeciones y contra-argumentos para romper esos mitos que nos impiden ser más como somos.

Algunos de los más habituales pueden ser:

- Porque creemos que lo vamos a hacer mal.
- Porque creemos que otras personas lo harán mejor.
- Porque pensamos que se reirán de nosotros.
- Porque creemos que siempre tenemos que tener la respuesta correcta.
- Porque pensamos que si nos equivocamos es porque somos tontos.
- Porque creemos que hay sólo una respuesta correcta.
- Porque nos equivocado alguna vez y pensamos que siempre nos pasará.
- (...)

**TÍTULO:**

## BE YOURSELF!

**TOPIC**
Self-esteem.

**CURRICULAR AREA**
Foreign Language: English.

Communicative functions: Describing people, expressing ability, likes and feelings
Vocabulary: Personal identification: physical and personality traits, skills.

**SCHOOL CONTEXT**
Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**
8 to 10 years old.

**SUMMARY**
'Be Yourself' is a short poem that gives reasons why we should not pretend to be someone we are not. In other words, it explains that there is no point in trying to behave in ways that are not true to ourselves, because each person has something unique to offer others. We will be happier if we show our real qualities and characteristics.

*Why would you want to be someone else*
*When you could be better by being yourself*
*Why pretend to be someone you are not*
*When you have something they haven't got*
*Cheating yourself of the life you have to live*
*Deprives others of that only which you can give*
*You have much more to offer by being just you*
*Than walking around in someone else's shoes*
*Trying to live the life of another is a mistake*
*It is a masquerade; nothing more than a fake*
*Be yourself and let your qualities show through*
*Others will love you more for being just you*

*Be Yourself*
*Ellen Bailey*

## THEORETICAL BASIS

Self-esteem is the unconscious feeling linked to one's identity characteristics, qualities and beliefs. According to Goleman (1999), a realistic self-evaluation gives a person enough confidence to continue developing both emotionally and cognitively. Observing oneself allows for the appreciation of one's traits, abilities and limitations, and accepting them all. This self-assessment has a social component, as we shape our identities in relation to our environment and its feedback. Therefore, when classmates reinforce a child's positive image, it not only strengthens their self-esteem but also builds group identity and improves classroom climate.

## PURPOSE

The main objective of this activity is to strengthen the students' positive self-image. It begins with the teacher reading a poem that invites reflection on why we sometimes pretend to be someone else. Through a mirror exercise, the goal is to create a setting where classmates reinforce the volunteer's self-esteem. Then, with a creative drawing task, children are encouraged to recognise and value themselves for who they truly are and to share a part of their drawing with the group. In this final stage, the teacher's positive verbal feedback further boosts the effect of the activity.

## LESSON PLAN

### Stage 1

Begin by carefully reading the poem aloud. Clarify vocabulary and ensure the pupils understand the main theme. Then revisit the questions posed in the poem and encourage students to share their thoughts:

- Why would you want to be someone else?
- Why pretend to be someone you are not?

Encourage responses in English using their own vocabulary. If needed, allow answers in Spanish and translate them together, writing useful words and phrases on the board.

### Stage 2

You'll need a large mirror in the classroom. One volunteer at a time looks into the mirror and is asked to say: "Little mirror, little mirror, what do you like most about me?"

The rest of the class acts as the mirror, writing down positive responses. The teacher provides vocabulary support and ensures all responses are constructive and kind.

The volunteer must also reflect and say what they like most about themselves.

Then, the classmates share what they like most about the volunteer. Not every child needs to contribute—what matters is gathering a range of traits (physical, personality, hobbies, skills) to help the volunteer feel valued from many angles.

The teacher may join in, offering their own positive feedback, which will be appreciated by the class.

### Stage 3

Each child draws a self-portrait, showing what makes them unique and special. This should include not only physical traits but also personality traits, hobbies, quirks, etc.

As they work, the teacher walks around, encouraging pupils to explain what they are depicting. Vocabulary is gathered and written on the board to support the next task.

Pupils then choose one part of their drawing to describe and share with the class. Each child presents their work to the group.

**TÍTULO:**

## GUAPA

**LIBRO**
Título: Guapa. Autor: Canizales. Editorial: Apila Ediciones.

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Autoestima; Empatía; Identificación, Expresión y Regulación emocional; Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Atención a la diversidad; Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Una bruja tiene una cita con un ogro. Quiere estar guapa para cuando se vean, pero por el camino al lugar donde había quedado, diferentes animales le van diciendo lo que tiene que cambiarse de aspecto físico. Cuando llega a la cita el ogro no la reconoce. Ella se da cuenta de que ha hecho caso de lo que la decían los demás sin importarle lo que ella pensaba. Finalmente, queda al día siguiente y le da al ogro de comer a los animales que le habían dicho lo que se tenía que cambiar.

**REFERENTE TEÓRICO:** En esta actividad la autoestima está directamente relacionada con la autoimagen. La autoimagen se forma en estas edades y en todo el período adolescente y va mucho más allá de la simple apariencia física, sino que también tiene mucho que ver con lo que se siente y se piensa sobre uno mismo/a, ya que influye también en las actitudes y acciones que se realizan. Carl Rogers, creador de la psicología humanista decía que «Cada persona es una isla en sí misma, en un sentido muy real, y sólo puede construir puentes hacia otras islas si efectivamente desea ser él mismo y está dispuesto a permitírselo».

**RAZÓN DE SER:** La imagen de uno/a misma en estas edades empieza a ser ya importante, sobre todo en las niñas, que comienzan a darse cuenta de los canones de belleza que marca la sociedad. Disponer de una autoestima personal fuerte que impida hacer caso a como tienes que ir vestido/a porque otros lo digan es fundamental. Una identidad potente con la que se tenga claro que te tienen que querer por lo que eres y no por lo que aparentas ser es primordial en el desarrollo de la personalidad. Finalmente, la historia plantea si es posible agradar a los demás y sentirse bien con uno mismo al mismo tiempo, transmitiendo un mensaje claro sobre la importancia de aceptarse tal y como somos.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Actividad previa antes de la lectura o el visionado del libro.

Hoy vamos a hablar de la belleza física.

- ¿Qué significa para ti ser guapo/a?
- ¿Crees que todos pensamos igual sobre la belleza?
- ¿Alguna vez te han dicho que cambies algo de ti para gustar más a los demás? Antes de mostrar el libro o el vídeo, pedir a los niños que dibujen una bruja "guapa", según su propia idea. Esto servirá para reflexionar después sobre los estereotipos y expectativas.

### 2ª Fase

Lectura o visionado del libro. Si se opta por el visionado tener en cuenta que el álbum dura hasta el minuto 7:19. A partir de aquí se les enseña a realizar un marcapáginas de murciélago, que se puede usar su confección como propuesta de continuidad.

### 3ª Fase

En esta fase reflexionamos sobre la historia.

- ¿Por qué crees que los animales le dan consejos a la bruja?
- ¿Cómo crees que se siente la bruja cuando escucha tantas opiniones?
- ¿Te parece que la bruja necesita cambiar algo para ser guapa?
- ¿Por qué el ogro se llevó una sorpresa al ver a la bruja?
- ¿Cambiarías algo de ti mismo/a si pudieras, como hizo la bruja?
- ¿Por qué crees que la bruja hizo caso a los animales?
- ¿Es importante agradar a los demás? ¿Por qué?
- ¿Qué aprendiste de la bruja y su experiencia?

### 4ª Fase

Disponemos la clase en círculo. Decimos de cada compañero/a una cualidad positiva. Podemos hacerlo también por parejas o grupos y finalmente que diga cada uno/a en voz alta las dos, tres o cuatro cosas positivas que le han dicho.

Establecer un diálogo de cómo me he sentido cuando he recibido lo que me han dicho los demás.

Podemos para terminar escribir una carta a la bruja dándole consejos de cómo quererse más a sí misma.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Dramatizar la historia otro día con disfraces, caretas, etc. y poder hacerlo en la biblioteca del cole.

# DESARROLLO SOCIAL

- Habilidades de comunicación
- Habilidades de relación
- Asertividad

**TÍTULO:**
## DIGAN LO QUE DIGAN

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de comunicación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Programas de prevención: acoso escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Se narra la iniciativa de un niño que decide apuntarse a una actividad manual que no goza de mucha aceptación entre sus iguales. El protagonista hace caso omiso a las críticas y burlas; finalmente las bellas producciones del niño producen en su grupo de amigos el acercamiento a la actividad antes rechazada.

**REFERENTE TEÓRICO:** La relación entre iguales en este momento evolutivo (8 a 10 años) se caracteriza por el juego como centro de sus actividades. En este marco lúdico, la separación entre sexos suele ser lo más común; ello es una muestra del despertar de su sentido de pertenencia al género masculino o femenino. Las actividades son etiquetadas por los interesados como *propias* o *impropias* de niños o de niñas.

La capacidad de los niños para relacionarse con sus amigos debe acompañarse de decisiones individuales que no se vean afectadas por la opinión de sus iguales. Resulta esencial que el educador facilite que los niños sean conscientes de la importancia de la autonomía personal en las relaciones entre amigos.

**RAZÓN DE SER:** A partir de un estímulo audiovisual, el educador desarrolla un diálogo colectivo, empleando preguntas y desplegando técnicas como el cuchicheo o el Philips 3.3, centrado en la naturalidad de las relaciones sociales (lúdicas o formales) entre niños y niñas, con el fin de enfatizar el bienestar que comporta dicha interacción.

### DESARROLLO

- El protagonista del episodio recibe burlas de sus amigos cuando decide inscribirse en una actividad manual considerada como exclusivamente femenina por sus amigos. ¿Cómo reacciona cuando le critican?
- ¿Os parece bien lo que hacen sus amigos?
- ¿Hay actividades de niños y actividades de niñas? ¿Por qué? (la idea es que queda claro que todos pueden disfrutar con todos los juegos)
- Si os apuntáis a una actividad extraescolar, ¿os importa lo que piensen los demás? ¿Por qué?
- ¿Aceptaríais a una niña para jugar al fútbol con vuestros amigos? ¿Por qué? [Pregunta para niños].
- ¿Os importaría que un niño se uniera a un grupo de amigas que decoran muñecos o marionetas? ¿Por qué? [Pregunta para niñas].
- Si os habéis apuntado a una actividad poco común entre los niños/as de vuestra edad (aprender a ser un "*cuentacuentos*", magia, bailes como la *samba,* escritura fantástica, etc.) ¿Cómo convenceríais a vuestros amigos para que se apuntaran ellos también?
- Junto con otros tres compañeros de grupo, seleccionados por el educador, inventad tres actividades poco comunes para llenar vuestro ocio (contorsionismo, elaboración de disfraces, karaoke, etc.). Pensad también en argumentos para convencer a otros de que lo hagan.

- Si os apuntáis a una actividad extra-escolar o dentro de la oferta del colegio para desarrollar durante los recreos, y descubrís que sólo participan en la misma alumnos del sexo opuesto ¿qué hacéis? ¿Qué decís a vuestros amigos/as?

**TÍTULO:**

## TODOS IGUALES, TODOS DIFERENTES

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de comunicación.

**ÁREA CURRICULAR**
Valores sociales y cívicos.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Programas de prevención: acoso escolar; Atención a la diversidad.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Brad es un niño con síndrome de Tourette. En clase tiene movimientos corporales involuntarios y también hace ruidos sin control. Algunos profesores no lo soportan y los compañeros se ríen de él. Cuando el director se da cuenta de lo que pasa, en un concierto escolar en el que está toda la comunidad educativa, tiene un diálogo en voz alta con Brad para explicarles a todos en qué consiste lo que le pasa.

**REFERENTE TEÓRICO:** En esta edad la integración en el grupo, el ser aceptado y las jerarquías que se establecen son muy importantes. Ante cualquier deficiencia o discapacidad, algunos pueden utilizar la risa como modo de establecer jerarquías. Las consecuencias de este rechazo pueden ocasionar problemas emocionales a largo plazo en las personas que lo sufren. Como educadores, debemos atajar este tipo de conductas interviniendo siempre que sea preciso cuando la conducta sea detectada y por encima de todo, en la prevención, para que este tipo de comportamientos no se den bajo ningún concepto.

**RAZÓN DE SER:** A partir de este video podremos crear tareas de prevención que puedan ayudar a nuestro grupo a colaborar con el diferente, sea cuál sea su patología, diferencia o discapacidad.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Visionamos la película para que se hagan conscientes de en qué consiste el síndrome de Tourette.

- *¿Habéis entendido bien en qué consiste lo que le pasaba a Brad?*
- *¿Quién lo puede explicar?*
- *¿Qué emociones crees que está experimentando Brad cuando recibe los insultos y la incomprensión de todo el cole?*
- *¿Cómo crees que te sentirías tú en la pile de Brad cuando compañeros e incluso los profesores no te entienden?*
- *¿Por qué crees que los compañeros y las compañeras se reían de él?*
- *¿Qué estrategias usó Brad para integrarse?*

### 2ª Fase

*Ser distinto no significa ser "mejor" o "peor". Cada uno, según seamos, podemos hacer cosas distintas más fácilmente que la mayoría. Por ejemplo:*

- *¿Qué cosas puede hacer una persona delgada que no puede hacer una persona con sobrepeso? [pasar por un ventanuco o espacio estrecho]*
- *¿Qué cosas puede hacer muy bien una persona alta frente a una con estatura normal? [deportes como el baloncesto, alcanzar cosas que están colocadas muy arriba].*
- *¿Qué cosas puede hacer muy bien una persona con discapacidad respecto a una persona que no la tiene?*

### 3ª Fase

Si fuerais profesores o profesoras, ¿qué harías para integrar a Brad en tu clase con el fin de que se sintiera bien? Podéis hablar por parejas y después elaborar un mural con todas las posibles soluciones que implementaríais en el aula. Para ello, organizamos la clase en equipos de trabajo (de cuatro personas) y una vez que estos han llegado a conclusiones a través de la técnica cooperativa (1-2-4) comentamos con los portavoces de los equipos en gran grupo para finalmente realizar un mural de toda la clase que recoja las ideas más relevantes.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Investigar la asociación «Acovastta» en internet con el fin de profundizar en el tema y descubrir todo lo que se puede hacer para ayudar a estos niños a que se sientan bien y no discriminados.

**TÍTULO:**

## ERES DE LOS NUESTROS

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Habilidades de comunicación.

**ÁREA CURRICULAR**
Valores sociales y cívicos. Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**

Un equipo de baloncesto está entrenando. El entrenador le dice a un componente del equipo que le debe muchas flexiones porque no ha podido ir a entrenar y para ello lo tiene que hacer en un tiempo determinado. Como no le da tiempo, el entrenador le echa del equipo, pero en ese instante otro jugador le dice que él hará lo que le falta porque todos son uno. Eso mismo hacen los demás y consiguen que se mantenga con ellos.

**REFERENTE TEÓRICO:** Aunque en la actualidad el individualismo se ha convertido en un valor que ya desde edades tempranas se manifiesta, merece la pena retomar las ventajas que se desprenden de la posibilidad de integrar a cuantos más mejor en el grupo de amigos.

**RAZÓN DE SER:** A través de la actividad planteada, el alumnado podrá comprobar que lo que une a las personas es mucho más importante que lo que les diferencia, y que en momentos de diversión cuantas más participen mejor. De este modo, se fomentará la apertura social como forma sana y eficaz de interacción.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador introduce la dinámica "Lo que nos une y no lo que nos diferencia"

*"Hoy vamos a empezar la clase jugando. Nos vamos a sentar en círculo y vamos a dedicar unos segundos a pensar qué cosas tenemos en común entre nosotros. No las vamos a decir en voz alta, porque se trata de que luego las podamos utilizar en el juego. (Se dejan un par de minutos para que lo piensen).*

*Voy a empezar yo. Me voy a acercar a cualquiera de vosotros, y voy a pensar en algo que tengamos en común y os lo voy a decir para haceros de mi equipo. Por ejemplo:" Tenemos los dos los ojos azules. Eres de mi equipo."*

*A continuación, esa persona se levanta, me da la mano y juntos nos dirigimos a otro compañero para buscar nuevamente una característica en común diciéndole, por ejemplo, "eres... o tienes... por eso eres de nuestro equipo. Esta intervención se hará, cada vez que haya un nuevo integrante en el equipo"*

El educador iniciará el juego y este finalizará en el momento en el que todos integren el equipo, se habrá formado una cadena humana unida por lo que les iguala no por lo que les diferencia. Los elementos de unión pueden ser muy superficiales (p.e. como el mencionado anteriormente del color de ojos o la edad) o más profundos y personales (p.e. basados en la forma de ser o en los derechos humanos).

La idea principal a transmitir es que lo que une a las personas es más que importante.

A continuación, se lanzan dos preguntas al grupo, dirigidas a fortalecer la idea "la unión hace la fuerza":

*¿Qué ventajas tiene sentirnos iguales?*

*¿Podéis también identificar qué puede ganar el grupo si todos estamos dentro?*

### 2ª Fase

A continuación, se pone el anuncio, pidiendo al alumnado que se fije en el resultado que tiene la unión de los niños a lo largo del mismo.

- *¿Se hubieran divertido igual si no se hubiesen unido tantos integrantes?*
- *¿Qué se hubieran perdido si no hubieran aceptado a los nuevos que se incorporaban por el camino?*
- *¿Qué soléis hacer para incorporar a más amigos en vuestras actividades, por ejemplo, en el patio, en la piscina, en el parque…?* (Se dejarán unos segundos para que inicien sus aportaciones, una vez contribuido con sus ideas al objetivo de la pregunta, el educador podrá hacer sugerencias del tipo: ofrecer a otros niños participar en vuestro juego, presentarse diciendo el nombre y los años que se tiene o expresar lo interesado que se está por lo que ese niño está haciendo).
- *¿De qué maneras podemos demostrar a los demás que son de "los nuestros"?* (Compartiendo risas y comentarios, expresando el bienestar por estar juntos, manteniendo el contacto y/o buscando planes futuros en compañía).

### 3ª Fase

*"Ahora vamos a pensar entre todos y todas en juegos que cumplan una condición: Nadie puede quedar fuera. Todas y todos podemos divertirnos con ellos."*

El educador/a dividirá la clase en varios grupos, y cada uno de ellos se encargará de inventar o proponer un juego colectivo que no marque diferencias. Todos podrán participar (si algún juego requiriese de algún tipo de habilidad, tendrán que proponer alternativas de acción-ayuda que les facilite a todos por su participación y no les sitúe en posición de desventaja o exclusión). Antes de la puesta en común, el educador pasará por cada grupo para analizar con detenimiento los juegos planteados evitando posibles situaciones de desigualdad.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Los juegos surgidos podrán ser utilizados o propuestos en la asignatura de Educación Física pudiendo poner a disposición del alumnado el material del gimnasio (p.e. balones, aros, cuerdas, colchonetas…).

**TÍTULO:**

## HEMOS GANADO EL PARTIDO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de comunicación; Habilidades de relación; Empatía; Toma de decisiones; Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Este es el último partido de baloncesto para Hugo con su actual equipo. Su padre ha conseguido trabajo en EEUU y se tienen que marchar, así que su equipo sabe que no volverá a jugar con él. Será, sin duda, un día especial, ganen o pierdan.

**REFERENTE TEÓRICO:** Las personas son importantes, parece una afirmación tan obvia que resulta casi irrelevante, pero es justamente, al contrario. Si algo marca la diferencia entre situaciones es precisamente el factor humano. Y cuando ya desde corta edad sabemos identificar esto hay un gran camino recorrido en lo referente a nuestra inteligencia emocional y al tipo de relaciones que tendremos con las personas que nos rodean. Porque una buena capacidad para relacionarse empieza por darle a cada persona su justo valor.

**RAZÓN DE SER:** La actividad propuesta y el anuncio seleccionado permitirá al alumnado poner en su justo lugar la importancia de las personas frente a otras cosas cotidianas que a veces se colocan en un orden incorrecto.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El alumnado escribirá de manera individual en un papel tres cosas que sean muy importantes en su vida. Entre esas cosas pueden incluir, por supuesto, personas: familia, amistades... y otras que les resulten importantes o sin las cuales les costaría tener una vida feliz.

Cada niño tendrá una tarjeta con sus tres cosas, indicando, en la parte de atrás y con un número, cuántas de ellas son personas (0, 1, 2 o 3).

Finalmente, se clasificarán las tarjetas de todo el alumnado por los números indicados para conseguir cuantificar de alguna manera hasta qué punto ha quedado reflejada la importancia de las personas en el aula.

A continuación, se iniciará un breve diálogo donde se planteará por qué son tan importantes las personas, especialmente algunas mencionadas en el ejercicio anterior.

### 2ª Fase

*"¿Alguna vez os ha pasado que habéis tenido que despedir a alguien que se va y a quien sabéis que vais a echar mucho de menos porque no le veréis durante un tiempo? ¿qué haríais para hacerle saber de vuestro aprecio o afecto? ¿de qué formas creéis que podría esa persona saber cuánto le queréis?*

*Esto les pasa justamente a los integrantes del equipo de baloncesto de Hugo. Saben que el de hoy va a ser su último partido y aunque están un poco tristes por ello, quieren que sea un momento muy especial para todo el equipo. Fijaos en el anuncio que voy a poner y luego comentaremos de qué formas han intentado hacerle sentir bien y querido a Hugo..."* .

Una vez visto el anuncio, se comenta lo que han podido percibir en la escena, procurando que se pongan en la piel de Hugo (cómo se ha podido sentir con esas muestras de afecto, con

el hecho de que le dejen tirar el último punto…), y se lanzan las siguientes preguntas:

- *¿Por qué creéis que no era demasiado importante para el equipo de Hugo ganar o perder?*
- *¿Qué era lo realmente importante en ese momento, según lo veía el equipo?* Después de escuchar las distintas respuestas emitidas por el alumnado, se continúa la reflexión con otras preguntas tales como:
- *¿Qué pensáis de algunas de las actitudes que tiene el equipo rival respecto al de Hugo?* (Se perciben varias reacciones antideportivas ante las cuales el equipo de Hugo no responde entrando en la provocación, sino más bien manteniendo la deportividad).
- *¿En qué creéis que consiste ser "deportivos"? (*Precisamente en esencia tiene que ver con priorizar a las personas por encima de la competición, los intereses del equipo frente a los personales…)
- *¿Qué os parece que el equipo de Hugo no haya aceptado las provocaciones y que su preocupación no haya estado tanto en ganar como en acompañar a su amigo?*
- *¿Qué es lo más importante para cada uno de los dos equipos que habéis visto en el partido?*
- *¿Qué significa para el equipo de Hugo "ganar el partido"?*

### 3ª Fase

"Nuestro día a día está lleno de situaciones en las que tenemos que elegir entre lo verdaderamente importante y lo secundario. Vamos a pensar en alguna de esas situaciones, sobre todo aquellas en las que se tiene que elegir entre el valor de las personas y otro valor más individual. Por ejemplo: Estamos en una cola y una persona se cuela. En ese momento la persona que hace esto no está teniendo en cuenta a las demás, prefiere no respetar si con ello consigue que le atiendan antes".

Se dedicarán unos minutos a exponer situaciones procurando enfatizar que, siempre que sea posible, es importante priorizar el factor humano ante cualquier otro.

Después de escuchar las distintas respuestas emitidas por el alumnado, se continúa la reflexión con otras preguntas tales como:

- *¿Qué pensáis de algunas de las actitudes que tiene el equipo rival respecto al de Hugo? (Se perciben varias reacciones antideportivas ante las cuales el equipo de Hugo no responde entrando en la provocación, sino más bien manteniendo la deportividad).*
- *¿En qué creéis que consiste ser "deportivos"? (Precisamente en esencia tiene que ver con priorizar a las personas por encima de la competición, los intereses del equipo frente a los personales…).*
- *¿Qué os parece que el equipo de Hugo no haya aceptado las provocaciones y que su preocupación no haya estado tanto en ganar como en acompañar a su amigo?*
- *¿Qué es lo más importante para cada uno de los dos equipos que habéis visto en el partido?*
- *¿Qué significa para el equipo de Hugo "ganar el partido"?*

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Realizar en clase de Educación Física juegos de baloncesto en los que sea necesario la intervención de los cinco miembros del equipo.

Ejemplos:

En vez de futbolín humano "baloncestín humano" (permite la inclusión de más jugadores).

Pases de los jugadores del equipo en carrera hasta que uno finalice. Rotamos posiciones para que finalicen todos.

Pases de lado a lado del campo botando el balón para el pase hasta llegar a canasta.

Pases de pecho en cadena hasta que todos los integrantes del equipo o de la clase haya realizado al menos uno.

Etc.

**TÍTULO:**

## RAMÓN LEARNS HOW TO SOLVE A CONFLICT

**AUDIOVISUAL**

**TOPIC**
Communication skills.

**CURRICULAR AREA**
Foreign Language: English.

**SCHOOL CONTEXT**
Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**
8 to 10 years old.

**SUMMARY**

Ramón and his classmate Sarah are making a clay sculpture in class when Sarah criticises Ramón's work. Ramón feels sad about the comment. When the teacher notices that something is wrong, she encourages Ramón to talk to Sarah about his feelings. Sarah reflects on how she would feel in a similar situation and, realising her mistake, apologises. In the end, they happily finish their sculptures together.

## THEORETICAL BASIS

School is the primary environment for peer interaction in childhood. It is common for some children to struggle with integration or show maladaptive behaviours such as speaking disrespectfully to classmates. Teachers play a key role in identifying such situations and guiding students towards socially accepted behaviours and understanding the emotional consequences of their actions.

## PURPOSE

This activity helps pupils empathise with both Ramón and Sarah. First, from Ramón's point of view, it teaches how to cope with emotionally hurtful situations and express one's feelings. Then, from Sarah's point of view, it highlights the value of constructive criticism over dismissive comments.

## LESSON PLAN

### Stage 1

Begin with comprehension questions to ensure students understand the story:

- Where are Ramón and Sarah?
- Why did Ramón feel sad?
- What did the teacher tell Ramón to do?
- Did Ramón and Sarah get on well at the end of the story?

Encourage empathy by asking: "Do you feel sad when someone is mean to you?" Ask pupils to share real-life examples when they felt sad because of others' words or actions. Start with a personal example to help them relate.

Then ask: "What can you do if someone says mean things to you?" Refer back to Ramón's actions in the story:

1. Ramón told Sarah how he felt: "I feel sad when..."
2. Ramón asked her to stop: "Stop saying mean things."

### Stage 2

Now shift to Sarah's perspective. Ask:

- "Have you ever been mean to another child?"
- "What can you do instead of being mean to someone?"

Teach students how to express constructive feedback. Instead of saying, "That's ugly!", suggest:

- "Your work is... (positive adjective), but it would be better if... (improvement suggestion)."

### Stage 3

Focus on two key expressions:

- For the person who feels hurt: "I feel... when you..."
- For the person who caused hurt: "I am sorry."

Distribute comic-style illustrations with speech bubbles. Pupils fill in the dialogue based on how they interpret each situation. They match expressions to characters and share their interpretations aloud, with the teacher assisting with vocabulary.

The aim is to reinforce communication skills and empathy through active engagement and language practice.

**TÍTULO:**

## EL REY MALICIOSO Y LA PRINCESA ASTUTA

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**

El cuento narra los esfuerzos de una joven princesa por detener la guerra entre dos reinos. Convencida de que el diálogo es más fructífero que el enfrentamiento, acude ante el monarca rival, quien le plantea una adivinanza. Si la acierta, pactará la paz; si se equivoca, matará a sus hermanas. La voluntad y la inteligencia de la joven logran vencer el obstáculo, saliendo triunfante de la difícil situación.

**REFERENTE TEÓRICO:** La autoafirmación es un recurso de comunicación que permite resolver conflictos mediante el diálogo y la persuasión. Los niños y adolescentes acostumbran a dirimir sus problemas interpersonales empleando la burla, las críticas (a menudo despiadadas) el rechazo y la exclusión social, y en ocasiones desplegando comportamientos agresivos, menospreciando el diálogo y la conciliación. El educador debe hacer comprender a los alumnos que *hablar* es siempre más eficaz, provechoso y satisfactorio que enfrentarse.

**RAZÓN DE SER:** A partir de la narración de un cuento, el educador explica a los alumnos que "ser fuerte" no conlleva *someter* a los iguales por la vía del abuso; más al contrario, supone buscar alternativas de diálogo ante los conflictos.

En una dinámica posterior los niños citarán, distinguiendo unos de otros, conflictos interpersonales y conflictos generales. En la siguiente fase tratarán de buscar maneras alternativas de gestionar dichos conflictos defendiendo los propios derechos sin que esto implique el uso de la fuerza, la intimidación o la violencia.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Tras la lectura del cuento, el educador comenta con los alumnos que en la vida real los pequeños conflictos (los interpersonales) se parecen a los grandes (guerras, terrorismo, etc.) en la falta de comunicación; el motivo principal es el temor a parecer un cobarde ante los demás. Sin embargo, el más fuerte no tiene necesidad de exhibir su poder, sino que, por el contrario, la seguridad en sí mismo le conducirá a buscar soluciones de diálogo.

### 2ª Fase

Para trabajar esta capacidad de relación se pide al grupo que indiquen diferentes conflictos en la vida cotidiana, diferenciando entre interpersonales y colectivos. Las aportaciones se anotarán en la pizarra.

Ejemplos de conflictos interpersonales: los ocasionados por diferencias en la forma de ser (más estudiosos y menos; más deportistas y menos, etc.); los ocasionados por disputas respecto a un objeto (móvil, videoconsola, MP3, etc.); los que se generan a propósito de una persona (amistades rotas, atracción por personas del sexo opuesto); las diferencias de opiniones respecto a la forma de ver la vida (las tareas escolares, la familia, etc.).

Ejemplos de conflictos generales: guerras por motivos religiosos, políticos, territoriales, etc.; enfrentamientos por distintas formas de ver la vida, por motivos racistas, por las diferencias en cuanto a la riqueza o pobreza; terrorismo ocasionado por el fanatismo religioso o político, etc.

Sin duda, los niños no los expresarán con nitidez, sino a partir de ejemplos, siendo necesaria la ayuda del docente para establecer las distintas categorías.

### 3ª Fase

Se divide el gran grupo en equipos de cuatro alumnos. Su tarea será elegir al menos dos conflictos de cada bloque y encontrar formas de resolverlos a partir del diálogo y el pacto. Deben ser procedimientos basados en la autoafirmación, esto es, un estilo de comunicación que exija respeto por las propias convicciones sin atacar o menospreciar a los demás.

Ejemplo de soluciones alternativas a los conflictos interpersonales: proponer compartir lo que está en disputa; plantear que cada parte examine sus propios errores y a continuación se expongan al rival; plantear "*borrón y cuenta nueva*"; plantear la mediación de un igual o un adulto, negociar lo que cada uno está dispuesto a dar y llegar a un punto intermedio (todos ganan) etc.

Ejemplo de soluciones alternativas a los conflictos colectivos: llegar a acuerdos de no agresión; facilitar intercambios comerciales, plantear la mediación de personas imparciales o de otros países, etc.

Posiblemente los niños de esta edad no sean capaces de encontrar fácilmente soluciones a los conflictos, siendo esencial las sugerencias de los adultos, siempre que no interfieran en la creatividad de los niños.

## TEXTO DEL CUENTO:

*En un lejano país, dos reinos se encontraban en guerra desde épocas remotas. Cada año morían en la batalla centenares de jóvenes guerreros. Pero lo cierto era que ya nadie se acordaba de los motivos del enfrentamiento: la enemistad entre reinos había sido heredada de bisabuelos a bisnietos, pasando por abuelos y padres.*

*En uno de los reinos, una princesa trató de hacer entender a su padre y a sus hermanos (todos ellos combatientes) lo inútil de las batallas, que empobrecían a los súbditos y vaciaba las arcas del rey. Les explicaba que con ese dinero perdido se podían construir mejores calles, cultivar más huertos y favorecer el comercio. Pero ni el rey ni los príncipes querían dar su brazo a torcer; proponer la paz sería interpretado como una cobardía por sus enemigos.*

*Harta de tanta súplica, la princesa decidió ir en persona al reino rival. Estaba dispuesta a hablar con quien fuera necesario, convencida de que el diálogo era la única forma de salvar vidas y traer la paz. Para sentirse acompañada, pidió a sus dos hermanas que la acompañaran.*

*El rey enemigo las recibió en la sala del trono, medio enfadado y medio curioso. ¿Qué querrían esas mocosas? La princesa habló serenamente:*

*-Buen rey, tú y mi padre sois enemigos desde siempre. Mucha sangre se ha derramado por ambas partes, y gastáis vuestra fortuna –como mi padre– en armas.*

*¿No podrías dialogar y pactar? Hablando se pueden resolver los problemas si hay voluntad de hacerlo. Además, ya ni recordáis el motivo de vuestra guerra.*

*El rey se llenó de cólera ante la osadía de la joven princesa, pero admitía en su interior que tenía parte de razón. Decidió contestar a la joven:*

*–Eres valiente al haber venido hasta aquí sin escolta armada, sólo con tus hermanas, pero eres la hija de mi peor enemigo. Así que te dejaré ir, y si eres capaz de resolver la siguiente adivinanza, haré las paces con tu padre: mañana deberás venir aquí, pero ni a pie ni a caballo, ni vestida ni desnuda, y me traerás un regalo, sin embargo, yo no recibiré ninguno. Tus hermanas se quedarán aquí como rehenes. Si no aciertas o no vuelves, les cortaré la cabeza. ¡Vete ya!*

*La princesa marchó hacia su reino, preocupada por la vida de sus hermanas. Pero al mismo tiempo seguía convencida de que dialogar era la única solución. Toda la tarde y toda la noche estuvo pensando cómo cumplir las exigencias del rey.*

*A la mañana siguiente, la princesa apareció ante el monarca rival. Iba a lomos de un gran perro, con lo cual no iba ni a pie ni a caballo; se había hecho cubrir el cuerpo con hilo de pescar, así que no iba ni vestida ni desnuda, y le brindó al rey una bella paloma, que cuando este intentó coger, echó a volar.*

*Rendido ante la inteligencia de la princesa, el rey propuso un pacto con su enemigo, quien ignorando todo lo que había hecho su hija, sintió vergüenza de sí mismo por su tozudez. No sólo aceptó la paz, sino que propuso abrir las puertas de su reino a los visitantes y comerciantes del nuevo reino amigo.*

*[Adaptación de un cuento ruso]*

**TÍTULO:**

## QUIERO ESTAR SANO ¿TE ENTERAS?

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de relación

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura. Ciencias Naturales. Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Promoción de hábitos saludables.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Los personajes del vídeo hablan sobre la importancia de la actividad física y de los beneficios que esta puede aportar a nuestra salud. En el vídeo uno de los personajes no quiere jugar al baloncesto siendo los otros quienes le dicen que lo haga, no ya solo por jugar todos juntos, sino también por su propio bien.

**REFERENTE TEÓRICO:** El niño, llegado a ciertas edades como a las que se dirige esta actividad, deben tomar una posición activa respecto a la vida; y más en concreto en relación con sus hábitos saludables. Es importante que sepa afrontar los mensajes que otros pueden dirigirle contrarios al cuidado físico y mental. Sin duda son muchos los niños (y también algunos adultos) que justifican sus comportamientos contrarios a la salud criticando a quienes velan por mantenerse sanos.

Las habilidades de relación nos ayudan a que otros nos puedan dar argumentos convincentes para defender las actitudes de autocuidado ante críticas, burlas o menosprecio por parte de otras personas.

**RAZÓN DE SER:** El educador partirá de un estímulo audiovisual para formular comentarios y preguntas de aproximación que hagan más conscientes a los niños de ciertas costumbres que pueden dañar su salud. En una posterior dinámica, los niños deberán responder con argumentos a diversas críticas y opiniones negativas que un adulto hace respecto a los hábitos saludables, para concluir animando a los alumnos a no dejarse avasallar por quienes no cuidan de sí mismos.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se introduce la actividad formulando un comentario y diversas **preguntas de aproximación**:

*"A vuestra edad, muchas veces os apetece hacer cosas que dañan vuestra salud. Además, os dais cuenta de que otros lo hacen, y podríais pensar que también vosotros podéis hacerlo sin que pase nada. Sin embargo, no es así. Descuidar la salud siempre tiene consecuencias negativas".*

- *Acostarse temprano cuesta un poco; madrugar también ¿alguno de vosotros ha pasado una noche entera o casi sin dormir? ¿Qué pasó al día siguiente?*
- *Si te gusta mucho un alimento como los dulces, la pizza, las hamburguesas o las chucherías y nadie te vigila o estás en un cumpleaños ¿te pondrías "morado"? ¿Qué le pasa a tu cuerpo?*
- *Si estás solo en casa con dos amigos y descubrís en la nevera una botella de dos litros de refresco ¿os la beberíais entera? ¿Qué harías si dices que sólo quieres beber un vaso y los demás se burlan de ti?*

Se proyecta el audiovisual seleccionado. Preguntas para la reflexión colectiva:

- *¿Qué opina el chico que está sentado en un primer momento?*

- *¿Qué le contestan los chicos?*
- *¿Alguna vez te han dicho que no hagas deporte?*
- *¿Alguna vez has preferido quedarte sentado o tumbado que ir a jugar con tus amigos?*
- *¿Qué beneficios físicos y sociales tiene practicar deporte?*
- ¿Qué otras actividades físicas puedes realizar sin necesidad de practicar deporte que ayuden a tu cuerpo a estar en forma?

### 2ª Fase

Se desarrolla una **dinámica**. El educador distribuye el grupo de alumnos por parejas de forma aleatoria, repartiéndoles un folio con una serie de afirmaciones. Deberán dialogar y anotar las respuestas que darían para luego ponerlas en común. Se les pide que imaginen que un adulto o un chico mayor se las dice.

| Cosas que te dicen | Qué puedes responder |
|---|---|
| "Hacer ejercicio no vale de nada. Habiendo máquinas, ¡para qué te vas a mover!" | Tú haz lo que quieras, pero yo... |
| "¿Por qué no vas a comer lo que te dé la gana?; | Yo soy libre, por eso elijo... |
| ¿Acaso porque te lo mandan?... chico, ¡aprende a ser libre!" | |
| "Al final da igual lo que hagas. Estar gordo o flaco depende de la naturaleza" | Yo dependo de mí, así que... |
| "Si no tienes sueño ¿por qué tienes que acostarte temprano? ¡qué más da!" | No da igual. Yo prefiero... |

El educador podrá sugerir algunas pistas que relacionen hábitos saludables con el bienestar físico presente y futuro, de forma que puedan servir a los niños (especialmente a los de 8 años) como argumentos para completar sus respuestas.

A continuación, se desarrolla una puesta en común en la que los niños expresarán sus opiniones. Si se detectara alguna respuesta con mensajes contrarios a la salud, se pedirá –en primera instancia– al grupo que aporte argumentos para rebatirla, pero sin ofender a quien la emitió. Si no surgieran argumentos pro sociales de forma espontánea, los aportará el propio maestro.

Se cierra la actividad comentando el educador que cuidar la salud es asunto de los propios niños. Son ellos mismos quienes deben decidir, y no debe darles vergüenza decirlo públicamente. Si son objeto de burlas o críticas, sin atacar al otro pueden aportar algunos de los argumentos que han trabajado en la actividad.

### 3ª Fase

Elaborar un gran cartel entre toda la clase sobre los beneficios que supone la actividad física para nuestra salud. A partir del minuto 4:00 del vídeo hace un resumen en el mismo de los beneficios que conlleva.

Como variante pueden crear con dibujos o stickers en una hoja o cartulina de colores su actividad física semanal para después colocarla en clase y que veamos lo que cada persona realiza.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

En clase de Educación Física podemos crear un circuito de actividades para trabajar diferentes partes del cuerpo en los que todos vayamos participando.

Podemos entregar una ficha al profesor/a indicando que partes de mi cuerpo he trabajado más en cada momento. Esta ficha puede ser un ejemplo que cada docente puede modificar en función de sus necesidades.

**TÍTULO:**

## SÉ LO QUE COPIASTEIS EL ÚLTIMO VERANO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura; Valores sociales y cívicos.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Promoción de hábitos saludables.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
La inmensa mayoría de los alumnos deciden copiar en un examen. Únicamente *Wanda* se atiene a las normas de clase, pero la vengativa *Evilina* le tiende una trampa, haciendo creer al educador que ella también copió. En un arranque de sinceridad y autoafirmación, los hermanos Zipi y Zape, secundados por el resto del grupo, confiesan la verdad ante el educador y piden clemencia.

**REFERENTE TEÓRICO:** La personalidad y las habilidades de relación no consisten exclusivamente en transmitir a los demás todo lo positivo que uno es o hace. También incluye manifestaciones acerca de los errores personales y su reconocimiento. Cuando un niño es capaz de expresar públicamente que, por cualquier motivo, ha cometido una mala acción está afirmándose ante los demás en todas sus dimensiones, las que presentan un matiz positivo y las que revelan carencias y defectos. El mero hecho de expresar cómo se es en ambos niveles les ayudará a sentirse mejor consigo mismo y ante los demás.

**RAZÓN DE SER:** El educador empleará comentarios y preguntas de aproximación para facilitar la toma de conciencia de los alumnos sobre los obstáculos que dificultan el reconocimiento de errores o defectos.

A partir de la proyección de una secuencia de película, se desarrolla una dinámica en la que los alumnos reflexionarán sobre acciones prosociales y antisociales, ponderando las consecuencias que las mismas conllevan. A continuación, los alumnos deberán expresar, de forma clara y sin "suavizar" la verdad, lo sucedido, así como la intención de que no volverá a repetirse.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador, mediante **comentarios** y **preguntas de aproximación** como un recurso personal a través del cual las personas nos mostramos ante los demás tal y como somos, con nuestras virtudes y defectos.

- *Decir a los demás lo buenos que somos no cuesta esfuerzo, pero reconocer nuestros fallos nos cuesta más ¿por qué? ¿Qué tememos?*
- *Si se te da mal aprenderte los nombres de memoria ¿es mejor reconocerlo o prefieres equivocarte cada vez que llames a alguien con un nombre confundido?*
- *Si se te cayó un vaso en el comedor y todo el mundo lo vio ¿por qué a veces tienes la tentación de decir que no has sido tú?*
- *Si por error diste un balonazo a una persona mayor ¿te cuesta "confesar" que fuiste tú? ¿Por qué?*

No se trata de estar orgulloso de nuestros defectos, pero siempre es mejor ser sincero respecto a ellos, porque los demás nos valorarán como somos y no como unos fanfarrones.

### 2ª Fase

El educador comenta la secuencia que van a ver, explicando que la mayoría de los alumnos prefieren copiar a demostrar que no han estudiado. Se pide a los alumnos que se fijen en la escena final, cuando *Zape* reconoce en público la verdad con tal de que no se cometa una injusticia con su compañera *Wanda.*

Se asiste a la secuencia audiovisual, y se pide a los alumnos que la comenten al terminar, así como que pongan adjetivos al comportamiento de *Zape* (sincero, valiente, justo, buen compañero...).

Se desarrolla una **dinámica** en la que los alumnos deberán rellenar individualmente las siguientes frases incompletas:

- *Si copio de mi compañero, yo estoy...* (engañando, haciendo trampas)
- *Si trabajo en casa todos los días, seguro que...* (lo notarán mis educadores y mis padres)
- *Mi educador se enfada cuando yo...* (miento, finjo, engaño, hago trampas, pongo excusas, etc.)
- *Si atiendo en clase...* (me irá mejor en los controles)
- *Mis padres se enfadan si descubren que yo...* (les he engañado, les he mentido)

Se pondrán en común las aportaciones de los alumnos y se pedirán ejemplos concretos que las ilustren.

A continuación, el educador/a invitará al alumnado a que piense en las respuestas que puede ofrecer cuando han cometido una acción inapropiada desde el punto de vista social o académico. Se debe orientar esta dinámica hacia la expresión de mensajes que reconozcan la verdad, el arrepentimiento si es sincero y el deseo de mejorar en el futuro, frente a las excusas habituales que se suelen manifestar cuando son cogidos en falta.

La actividad se cierra con un comentario del educador/a en el sentido de que la verdad reconocida, por dolorosa que resulte, ennoblece a quien la dice.

**TÍTULO:**

## TENGO QUE HABLAR CONTIGO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de comunicación; Habilidades de relación; Empatía; Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal; Promoción de hábitos saludables

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Un niño necesita plantearle a su padre una conversación que, sabe, va a ser muy delicada, ya que va a tocar un tema "sensible" para la familia. Se ha preparado un buen discurso y además pone a disposición de la situación todos sus esfuerzos para que el padre lo pueda tomar de la mejor manera posible.

**REFERENTE TEÓRICO:** Cuando se pretende que las habilidades de relación tengan éxito, es muy importante su preparación cuidadosa. Es cierto que no siempre tenemos tiempo para poder hacerlo así. A veces, simplemente, la situación no se presta a ello porque se impone una respuesta o reacción rápida. Pero en aquellas otras en que sí es posible un cierto análisis previo y una buena preparación, merece la pena poder hacerlo, ya que con ello se gana en garantías tanto en quien emite el mensaje, que lo podrá hacer con más eficacia, como en quien lo recibe, que lo hará con mejor predisposición.

**RAZÓN DE SER:** El alumnado tendrá que ponerse en el lugar de quien ha de recibir de su parte una propuesta de cambio y, a la vez, considerar cuáles son los elementos necesarios a tener en cuenta para que la otra persona esté receptiva a lo que le quiere decir. Para ello, se trabajará a través del anuncio seleccionado una fórmula que permita equilibrar la firmeza de unas buenas habilidades de comunicación y relación con la empatía necesaria al pensar en cómo lo puede recibir quien tenemos delante.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

*"Hoy vamos a hablar de un tema importante para todos. Seguramente muchas veces habéis escuchado palabras que empiezan por "auto", que significa "uno mismo". Por ejemplo, automóvil (que se mueve solo, por sí mismo), autoestima (que se quiere a sí mismo), autocontrol (que tiene dominio propio). Hablaremos hoy de las expresiones: Habilidades de relación y habilidades de comunicación ¿Podéis imaginaros lo que significan?".*

Se dejan unos minutos para la participación, de forma que el alumnado pueda dar sus sugerencias al respecto permitiendo la creación de dos sencillas definiciones.

A continuación, se lanzan las siguientes preguntas:

- *¿Para qué pensáis que sirven tener estas habilidades con los demás?* (Esencialmente para sentirnos mejor, para hacernos respetar, para tener un buen autoconcepto y que nuestra autoestima sea adecuada, para expresar emociones, opiniones y sentimientos, para participar a nivel grupal y reafirmar con ello nuestra identidad...).
- *¿Pensáis que todas las personas tienen habilidades de relación y comunicación igual de bien o mal?* (Algunas lo hacen pensando en las demás personas también, y en sus derechos, como las asertivas, y otras se autoafirman por las malas, imponiendo su criterio, lo cual les hace crecerse en primera persona, pero despreciando a los demás).
- ¿Pensáis que decir bien las cosas, razonadas y con educación favorecerá que los demás se tomen las cosas bien o mal?

*"A continuación, en la secuencia que veremos, un niño decide que tiene que hablar con su padre y expresarle algo que necesita que sepa. Conjuntamente vamos a decidir si este niño lo hace bien o mal a la hora de autoafirmarse. Veamos la secuencia primero, para poder opinar...".*

### 2ª Fase

Una vez visionado el anuncio se lanza la siguiente pregunta: *¿qué cosas ha hecho bien este niño a la hora de hablar con su padre?*

Las más importantes las comentamos a continuación:

- Se dirige a él con cuidado, respetuosamente y empatizando al saber que el tema es delicado para su padre y que tendrá que tratarlo delicadamente.
- Crea un buen ambiente, distendido, ofreciéndole algo para beber y charlan mientras pasean, sin interrupciones y en un ambiente agradable para ambos.
- Lleva el discurso bien preparado. Sabe lo que quiere decir y conseguir. Además, ha preparado los argumentos que justifican lo que dice (aunque no dice la razón principal por la que se ha hecho atlético, que es la chica que le gusta).
- Le dice a su padre lo que quiere que cambie o, mejor dicho, la decisión que ya ha tomado.
- Muestra preocupación por los sentimientos de su padre y de su abuelo, pero le informa de que, aunque quisiera, no puede cambiar de opinión sin traicionarse a sí mismo.

Al terminar de identificar cada una de estas cuestiones, se preguntará al alumnado qué sería lo contrario de cada una de estas cosas, de forma que le sea más sencillo identificar los errores que cometemos con frecuencia. (Por ejemplo, lo opuesto a lo expuesto en el primer punto sería tratar el tema de cualquier manera, sólo pensando en nuestros objetivos y sin tener en cuenta a la persona que tenemos delante o, a sus sentimientos).

Volviendo al anuncio se pregunta al grupo: *¿cómo ha reaccionado el padre, teniendo el niño todos estos aspectos en cuenta?*

### 3ª Fase

La secuencia termina con la cuestión de que ahora le tienen que plantear al abuelo la misma situación, y parece que puede ser incluso más delicado de lo que ha sido con el padre. Eso es justo lo que se pedirá al alumnado que resuelva: deben, por grupos de seis - ocho personas, elaborar de qué forma le plantearían al abuelo el asunto, preparando la situación y pensando en sus sentimientos al respecto.

Al terminar el trabajo grupal, puede hacerse un planteamiento común con las sugerencias de cada grupo. Estas pautas pueden servir para orientar el trabajo grupal:

- Antes de empezar a hablar, piensa cómo crees que le sentará a la otra persona lo que tienes que decirle. Piensa cómo podrías suavizar lo que tienes que decirle sin cambiar tu mensaje.
- Crea una situación agradable en la que las dos partes os podáis sentir bien.
- Asegúrate de que en el discurso que preparas con antelación tiene los siguientes elementos:
- Explica con claridad la situación que quieres cambiar, evitando enfadarte.
- Explica cómo te sientes en esa situación y por qué quieres cambiarla.
- Haz una propuesta de cambio.
- Da las gracias a la otra parte por escucharte y por tenerlo en cuenta, a pesar de que le resulte difícil.

Terminar preguntándoles cómo creen que se sentirá el niño protagonista después de haber podido hablar de este tema con su padre y con su abuelo, y si creen que ha merecido la pena su esfuerzo por autoafirmarse.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

El discurso que se ha planteado preparar en el punto anterior en realidad es relativamente sencillo porque es una continuación del que el niño tiene con el padre en primer lugar. Conviene, como modo de dar continuidad a la actividad, plantearles situaciones completamente distintas o bien algunas planteadas por el propio alumnado en las que también deban autoafirmarse siguiendo los mismos parámetros sugeridos en la actividad.

Algunas de esas situaciones podrían ser las siguientes:

- Tu amigo quiere que os apuntéis a la misma actividad extraescolar para pasarlo mejor, pero a ti no te gusta lo que ha elegido, así que has pensado explicarle por qué tu opción es que coincidáis en otras cosas, pero no necesariamente en la extraescolar.
- En Lengua os han propuesto hacer un trabajo sobre un personaje que te gusta mucho, pero te gustaría hacer un planteamiento de trabajo un poco distinto, así que quieres proponérselo.

**TÍTULO:**

## LA CARA AMABLE DEL MUNDO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Habilidades de relación; Empatía; Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura; Música.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
Canción de la artista Rozalén que nos habla del deseo de que las relaciones entre todos sean positivas sabiendo que a veces no lo serán. Expresa también como debemos aprender a solucionar aquello que nos irá sucediendo en la vida.

**REFERENTE TEÓRICO:** En esta etapa de 8-10 años la pertenencia al grupo comienza a consolidarse y a ser algo vital en sus vidas. El alumnado comienza a tener dificultades de relación con algunas personas. El acompañamiento que desde el aula y la familia debemos realizar es de vital importancia para conseguir que las relaciones positivas se afiancen y que se disponga de estrategias para resolver conflictos de la mejor manera posible cuando surjan los conflictos. Fomentar gestos amables, el trabajo colaborativo y una expresión emocional positiva

**RAZÓN DE SER:** A partir de la canción tendremos la oportunidad de reflexionar sobre nuestras emociones cuando nos vinculamos con los demás: el afecto, el respeto, el apoyo mutuo, la confianza y la generosidad emocional. La canción pone en valor el estar rodeado de personas que suman, que nos escuchan y con quienes compartimos lo bueno y lo malo. Fomentar gestos amables, el trabajo colaborativo y una expresión emocional positiva se antojan elementos indispensables en las habilidades de relación.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Reflexionamos sobre el mensaje de la canción. Para ellos la vamos a escuchar en dos momentos. En esta primera fase la primera vez, sin interrupciones.

Realizaremos preguntas orientadoras como:

- ¿Qué parte de la canción te gustó más?
- ¿Qué crees que nos quiere transmitir la artista con la canción?
- ¿Es una canción dedicada a alguien en concreto?

### 2ª Fase

Escuchamos por segunda vez la canción. En esta segunda escucha se les puede invitar a que cierren los ojos para descubrir qué frase o idea les ha llamado más la atención.

Materiales:

- *Se reparte la letra de la canción para que puedan recordar o subrayar (se puede copiar de Líricas directamente).*
- *Se ha de disponer también de rotuladores, lápices de colores, pegamento.*
- *Se tiene que disponer en clase de un gran papel en el que podamos pegar los que vayamos construyendo.*

Ahora, a partir de la segunda escucha más activa, se les pide que:

- ¿Qué personas te muestran la cara más amable del mundo?
- *Escriban los versos con los que se sintieron más identificados/as.*

### 3ª Fase

Una vez escogidos los versos, los escribimos en una tarjeta o papel de color, o en folio blanco y coloreamos los que hayamos escrito. Luego, debajo, escribimos una breve reflexión:

- *¿Por qué elegiste este verso?*
- *¿Qué significa para ti?*
- *¿Te recuerda a algo o a alguien?*

### 4ª Fase

Decoración final del mural.

Cada uno pega su tarjeta, no solo con sus versos, sino que también pueden hacer algún dibujo que les evoquen lo que han escrito y escuchado.

En el mural grande que hemos preparado, nosotros como docentes hemos escrito en el centro del mismo: «Hoy construimos juntos una cara amable del mundo».

### 5ª Fase

Hacemos una visita emocional de nuestro mural.

Quien quiera libremente nos puede leer sus versos y decirnos por qué los escribió.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Podemos dejar el mural en clase durante varios días e ir cada día leyendo algunos versos y la razón de por qué los escribimos y recordar la canción cuando todos lo hayamos leído, esta vez cantándola juntos.

Poder crear una canción entre todos con versos para crear: La cara amable de mi clase, de mi colegio, de mi país, del mundo.

**TÍTULO:**

## EL HERMANO VENGATIVO DE ALADINO

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Asertividad.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
La historia narra las miserias de Teneo, hermano envidioso de Aladino. Tras enemistarse con él, y al no conseguir luchar contra Aladino, le roba su lámpara mágica y provoca un desastre ecológico: toneladas de sal brotan de la lámpara robada amenazando con la destrucción de personas, animales y plantas.

**REFERENTE TEÓRICO:** Muy a menudo los despliegues de conductas violentas nacen de pasiones dañinas para quienes las experimentan, así como para quienes les rodean, como la envidia, los celos y el egoísmo, que pueden transformar temporalmente a las personas haciéndolas hostiles y agresivas. El educador puede hacer reflexionar a los alumnos sobre la importancia de no desear el enfrentamiento y plantearse alternativas a la violencia para resolver un conflicto no deseado.

**RAZÓN DE SER:** Este cuento puede ser utilizado por el educador para pedir a los alumnos que reflexionen sobre sentimientos y pasiones negativas, así como las reacciones usuales de los demás ante la manifestación de aquellos. Un estudio de casos posterior es utilizado por el maestro para plantear un dilema moral, en el que se ha de optar por estilos de respuesta que pueden acarrear problemas con otras personas.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se leerá el cuento al grupo de alumnos, procediéndose a continuación a formular preguntas introductorias como alternativa al empleo de la violencia para resolver conflictos interpersonales:

- *¿Qué lección podemos sacar de la actitud de Aladino ante los problemas que le causa su envidioso hermano?*
- *¿Qué sentimientos podemos detectar en Aladino? ¿Y en Teneo (Aladino: compasión, deseos de recuperar la amistad, olvido de las ofensas. Teneo: envidia, celos, odio, deseos de venganza, provocación, avaricia).*
- *¿Cómo suele la gente responder cuando son provocados mediante insultos o burlas? ¿Cómo es mejor que respondamos?*
- *¿Qué haces tú cuando un antiguo amigo te trata de hacer la vida imposible?*

### 2ª Fase

El grupo-clase se divide en equipos de tres alumnos. Se plantea un supuesto, al que deben responder en grupo. El educador pide a dos alumnos elegidos al azar para que ejerzan junto con él el papel de jueces-árbitros.

Supuesto:

"Unos compañeros de clase rompen a pedradas la cristalera de la biblioteca. Ellos te presionan para que digas que a esa hora estaban contigo jugando un partido de fútbol. De lo contrario, se chivarán que copias en los exámenes –lo cual es cierto- y se meterán con tu hermana pequeña. Incluso te amenazarán con acusarte todos a ti".

- *¿Se lo cuentas a tu tutor sin importarte que se chiven de ti o hagan daño a tu hermana? ¿por qué?*
- *¿Les proteges pensando que ellos se vengarán de ti? ¿por qué?*
- *¿Pides ayuda a tus amigos y os peleáis con ellos? ¿por qué?*
- *Qué otras posibilidades tienes?*

Tras unos minutos de diálogo, se expondrán las ideas que cada grupo haya elaborado. Una vez concluidas las exposiciones, los jueces: el educador y los dos alumnos elegidos se reúnen a deliberar. Después darán su veredicto. El docente explicará lo procedente o improcedente de cada elección.

### 3ª Fase

El educador explica que en todos los casos es preferible dialogar antes que pelear, pues las consecuencias de esta última opción es siempre más peligrosa. Si el diálogo es imposible, resulta muy oportuno acudir a un adulto (padres o educadores). Esto no supone "chivarse", sino denunciar una injusticia.

En este punto les haremos estas preguntas:

- *¿Qué es ser un chivato/a?*
- *¿Siempre que digas algo de los demás eres chivato/a?*
- *¿Cuál es el límite para decir o no algo de los demás?*

En grupo, escribirán o comentarán características de las personas «chivatas». Lo expondremos para toda la clase.

Les podemos proponer también que lo ilustren con algún ejemplo que les haya ocurrido.

Es importante que durante esta reflexión que caigan en la cuenta que denunciar cosas que están mal y que pueden dañar a otra persona no entra en la categoría de ser chivato/a.

### TEXTO DEL CUENTO:

*Aladino, el héroe que poseía una lámpara maravillosa, tenía un hermano llamado Teneo. Las leyendas no mencionan a Teneo porque toda la fama fue para su hermano. Sin embargo, se trataba de un muchacho inteligente y hábil. Pero la envidia llenaba su corazón.*

*Escondido tras cualquier roca o matorral, Teneo observaba el prodigio de la salida del genio de la lámpara de su hermano. Naturalmente, quiso poseer tan preciado tesoro. Tras mucho pensarlo, decidió hablar con Aladino.*

*- ¡No es justo, hermano! Tú tienes una lámpara maravillosa, y las gentes recordarán tu historia por los siglos de los siglos. En cambio, a mí... ¿quién me recordará?*

*Aladino trató de razonar con él:*

*-Lo siento, Teneo, pero yo no elegí ser famoso. Además, somos hermanos, y todo lo mío es tuyo también. Si quieres, te regalo uno de los deseos que me corresponden, pero no puedo hacer más por ti.*

*- ¡Te odio! ¡Quédate con tu maldita lámpara! No quiero que me compadezcas. Desde hoy ya no somos hermanos, sino enemigos- dijo Teneo.*

*Aladino no deseaba entrar en conflicto, y menos con su hermano, pero ¿qué podía hacer? Cada mañana intentaba hacer las paces con Teneo, pero este se portaba duramente con él, intentaba provocar peleas y hablaba mal de su hermano a todo el que le quisiera escuchar.*

*Sin embargo, Aladino seguía intentando que todo volviera a ser como antes. Echaba tanto de menos la amistad con su hermano que le perdonaba sus ofensas. Fue entonces cuando Teneo tomó una decisión malvada: le robaría la lámpara.*

*Adivinando sus intenciones, Aladino la escondió en el hueco de un árbol, pero Teneo vigilaba todos sus movimientos, y no tuvo dificultad para encontrar el escondite. Una noche sin luna, se acercó al árbol y robó la famosa lámpara. Temblando de emoción, se la llevó a la playa, y allí intentó que el genio saliera sin conseguirlo. Tocó la lámpara, la sacudió, la arrojó contra una roca, pero el genio seguía sin salir. Incluso gritó:*

*- ¡Sal de una maldita vez, genio! - Pero no hubo respuesta.*

*Teneo ya casi se daba por vencido. De pura impotencia se echó a llorar. ¿Por qué mi hermano tiene tanta suerte y yo ninguna? Una gruesa lágrima cayó encima de la lámpara. Casi sin darse cuenta, la frotó para secarla, y el genio salió de ella sin que Teneo se diera cuenta, pues se tapaba los ojos mientras lloraba. Por última vez, gritó:*

*- ¡Genio, sal! ¡Sal! ¡Sal!*

*De inmediato, un chorro de sal comenzó a salir de la lámpara. Cuando Teneo comprendió lo que pasaba, ya era tarde: el genio le había concedido su deseo: ¡toneladas de sal! La sal lo llenó todo: la playa, el bosque cercano, los prados que había a las afueras del pueblo. Teneo intentó detener el chorro inagotable de sal, pero le resultó imposible. Se dirigió entonces al genio:*

*-Por favor, genio. Deja de hacer salir más sal, o todos moriremos ahogados en ella.*

*Pero el genio le contestó burlón:*

*-Lo siento, Teneo, era tu deseo. Quisiste enfrentarte a tu hermano, y por odio hacia él me robaste. Ahora tendrás que soportar las consecuencias.*

*Mientras tanto, la sal formaba ya una montaña. Teneo, asustado, cogió la lámpara y montó en una barca, alejándose mar adentro. Cuando ya no se divisaba la costa, la tiró al mar, y vio cómo se hundía. Después volvió a tierra, y sin regresar siquiera a su hogar, huyó hasta perderse entre las rocas de una lejana montaña. Mientras tanto, desde lo más profundo del mar, la lámpara seguía vertiendo sal. Ese es el motivo de que el agua del mar esté salada.*

*[Creación libre a partir de un cuento popular]*

**TÍTULO:**

## SI TE PONES ASÍ... ¡ME LARGO!

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Asertividad.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura; Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
En el recreo los niños se lanzan diversos reproches entre sí. Al final todos acaban enfadados.

**REFERENTE TEÓRICO:** La oposición asertiva es un recurso de comunicación de imprescindible dominio para salir airoso de las más diversas situaciones, desde las que pueden entrañar riesgos sociales a las propias de la vida cotidiana entre niños. Dado que entre los ocho y los diez años su repertorio verbal es amplio, pueden cruzar entre ellos mensajes sumamente ofensivos. Saber dominarse, renunciar al cruce de insultos y acusaciones y retirarse de un ambiente hostil tiene un gran valor para mantener la propia autoestima.

**RAZÓN DE SER:** Una secuencia audiovisual es utilizada por el educador para plantear a los alumnos distintas situaciones aversivas, cuestionándoles sobre sus formas de sentir y sus reacciones habituales.

El estudio de un caso sirve al maestro para abrir un coloquio centrado en estilos de comportamiento adecuados e inadecuados ante una situación problemática. Un juego competitivo cuya única regla consiste en que "nadie puede enfadarse con nadie" cierra la actividad.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador expone a los alumnos la gama de comportamientos inapropiados que suelen desplegarse en situaciones de confrontación entre iguales. Mediante **preguntas de aproximación** centrará la atención del alumnado en la comunicación interpersonal ofensiva:

- *Si por tu culpa el equipo entero pierde un partido ¿te dicen que no te preocupes, o te llaman patoso o "inútil?*
- *Si pides ser admitido en un juego y te dicen que no porque no sabes ¿te sientes mal? ¿Cómo sueles reaccionar?*
- *Si se ríen de ti ¿te defiendes insultándoles? ¿Se te ocurre otra forma de responder?*

### 2ª Fase

El maestro explica a los alumnos que van a ver una secuencia audiovisual en la que se arma una bronca entre varios niños. Se dicen cosas muy desagradables y al finalizar nadie se queda contento. Se proyecta la secuencia seleccionada.

Se formulan preguntas para la puesta en común:

- *¿Quién tiene razón? ¿Algunos? ¿Todos? ¿Ninguno? ¿Por qué?*
- *¿Qué hubiera pasado si Evilina se hubiera marchado antes negándose a escuchar insultos?*
- *¿Qué habrías hecho tú?*

¿Está bien expulsada Evilina del partido?

Se plantea el siguiente **estudio de caso** para la reflexión colectiva:

*Imaginad que el educador os castiga sin recreo porque uno de vosotros llegó tarde al aula. ¿Qué le decís al "culpable"? ¿Qué harías si hubieras sido tú el que llegó tarde?*

Se abre un amplio **coloquio** a propósito del supuesto planteado. El educador procurará que haya aportaciones prosociales, al punto de sugerirlas él mismo si éstas no aparecieran:

- Insultar no sirve más que para que otros se sientan ofendidos o respondan en el mismo tono
- Explicar cómo te sientes, aunque el sentimiento sea de enfado, siempre es mejor y ayuda más a que haya un acuerdo, que decirles a otros lo mal que te caen.
- Irse sin huir es preferible a quedarse y liar aún más la situación.

En la clase hay varias personas que hacéis deporte o que jugáis al fútbol en el recreo, ¿Habéis visto situaciones violentas entre dos jugadores/as? Comentamos. Analizamos comportamientos.

### 3ª Fase

Se propone un **juego** con componentes cooperativos y competitivos: el educador extiende en el suelo una cuerda de unos tres metros de longitud (construida con un material que no dañe la piel al tirar de ella). Se pinta con tiza una raya en el suelo en medio del aula o la sala. El juego se desarrolla por fases:

- 1º fase: se divide el grupo en dos equipos. Cada equipo designa a un alumno. Los dos rivales tirarán cada uno de un lado de la cuerda. Ganará el que haga cruzar al rival la línea. El resto se limitarán a animar a su representante.
- 2º fase: se eligen cuatro alumnos, dos por equipo. Se desarrolla de la misma forma que en la primera fase.
- 3º fase: ocho alumnos por equipo tirarán de cada extremo de la cuerda. Última fase: todos los componentes de cada equipo participarán en el juego. Cada vez que un equipo gane se le asignará un punto.

La única norma es que nadie puede enfadarse con nadie. Si existiera algún insulto o desacreditación agresiva, el equipo quedaría eliminado o perdería automáticamente un punto.

Reflexión. ¿Cómo ha ido? ¿Os habéis fijado en la forma de animar y en algún comportamiento que no haya sido el más adecuado?

Seguro que alguna vez habéis ido a un espectáculo deportivo o habéis practicado deporte con árbitro ¿Se le insulta? ¿Se oyen expresiones que no son respetuosas? Comentamos.

¿Qué conclusión sacamos hoy después de esta tutoría que me sirva para mi vida? ¿Qué actitudes positivas puedo integrar en mi forma de actuar ante situaciones como esta?

**TÍTULO:**

## ¿MERECE LA PENA ENFRENTARME?

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Asertividad; Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8-10 años.

**SINOPSIS**
Un niño está deseando tomar su comida comprada en McDonald's, pero constantemente otros se la quitan sin que él haga nada por evitarlo. Finalmente, se le ocurre una idea brillante que acabará con el problema de raíz.

**REFERENTE TEÓRICO:** Todos pasamos en la vida por situaciones injustas y muchas de ellas tienen lugar también en la infancia. Dejarlas pasar es una opción, pero siempre deja efectos colaterales indeseados por el camino: la convicción de que nos toman el pelo fácilmente, la idea inquietante de que siempre será así y una creciente sensación de falta de valía personal que no puede permitirse. Para evitar esto, es necesario tomar "cartas en el asunto" y defender los propios derechos.

**RAZÓN DE SER:** Ante una situación en la que tenemos que defender derechos personales, tan malo es el exceso como el defecto a la hora de intervenir. A través de la actividad planteada se trabajará esta idea a partir de diferentes ejemplos basados en el anuncio seleccionado, tratando de averiguar qué opciones son las más adaptativas.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador, a modo de introducción preguntará:

*"¿Habéis estado alguna vez en situaciones en las que tan mal es hacer como no hacer? Pongamos ejemplos".*

- Cuando jugamos al fútbol: tan malo es que siempre tire yo a puerta como que... (nunca quiera tirar).
- Cuando hacemos un examen: tan malo es contestar a lo que no se nos pregunta como... (no contestar a nada).
- Cuando estamos con otras personas: tan malo es querer imponer nuestra opinión como... (no opinar nunca porque creemos que estamos equivocados o equivocadas).
- Cuando estamos comiendo fuera: tan mal es estar quejándonos constantemente por todo como... (no quejarnos cuando hay verdaderas razones para hacerlo).

### 2ª Fase

*"Esto que acabamos de comentar es justo lo que le ocurre al niño que vamos a ver en el anuncio. Observadlo con atención y después comentaremos qué otras cosas podrían haber hecho en esa situación".*

Cuando se termina el visionado se les deja 5 minutos para que comenten el anuncio y planteen otras maneras de actuar. El educador basándose en la idea planteada en la primera fase, comentará que el niño podría haber hecho cosas por exceso, por ejemplo, pegarse, discutir o insultar, pero que ni esa opción ni la que hemos visto en el anuncio son las correctas (la vista en el anuncio sería por defecto).

A continuación, se plantea un ejercicio de análisis en el que el alumnado indicará las ventajas y desventajas de los dos estilos de

comportamientos planteados desde el principio de la actividad: Estilo pasivo, el del niño del anuncio y estilo agresivo otra opción posible comentada.

Ventaja del pasivo: No se mete en líos, no produce rechazo en los demás.

Desventaja del pasivo: los demás abusan de la persona, le piden demasiadas cosas, no le respetan, le rechazan.

Ventaja del agresivo: A veces consigue lo que quiere, aunque sea a base de fuerza, no se meten con él, "le respetan".

Desventaja del agresivo: Genera rechazo, no establece vínculos ni lazos afectivos, tiene pocos amigos, puede terminar solo.

### 3ª Fase

El educador plantea un análisis más profundo de la conducta del niño del anuncio (similar a un proceso de toma de decisiones). En la pizarra pondrá tres columnas con los siguientes contenidos:

- Lo que ha hecho.
- Lo que no ha hecho.
- Lo que podría haber hecho (el alumnado propone opciones y anticipa las posibles consecuencias de una u otra acción).

A modo de lluvia de ideas, el alumnado irá completando las tres columnas para, en un momento posterior poder valorar cada una de ellas y decidir, en grupo, qué alternativa de conducta es la más adecuada (menos consecuencias negativas, más consecuencias positivas).

Algunas notas para el profesorado:

A lo largo del ejercicio es importante relacionar todas las opciones de conducta con los estados emocionales, que se ven muy claramente en el anuncio (mientras el niño no hace nada por resolver la situación, su estado de ánimo es de indefensión, de tristeza, pero eso cambia cuando finalmente decide hacer algo por resolver el problema).

Es importante recalcar, sin embargo, que la estrategia que usa para resolver el conflicto no es tampoco asertiva, sino que sigue siendo pasiva, aunque efectiva. No aborda el problema de cara en realidad. Por ello, es bueno dedicar unos minutos a considerar la diferencia entre esta estrategia y una más frontal (en las que se expondría el hecho, el malestar causado sin ofender, y la petición de cambio), aunque sacando a colación la realidad de que no en todas las situaciones se puede ser tan asertivo como nos gustaría (p.e. cuando las personas que se enfrentan a nosotros son mucho más fuertes o tienen más poder).

Transmitir también la idea de que la estrategia más inteligente es igualmente decidir qué batallas merece la pena luchar porque son importantes y cuáles no. El asertivo elige bien en qué asuntos se mete y cuáles deja de momento porque no le va a suponer ventaja alguna el intentar resolverlos, ¿podría ser el caso del niño del anuncio?

**TÍTULO:**

## NO ME GUSTA LO QUE HACES

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Asertividad; Habilidades de relación; Identificación, Expresión y Regulación emocional.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8-10 años.

**SINOPSIS**
A Blue le gusta ir por libre: hace las cosas a su manera, no le gusta jugar en equipo y procura ser casi siempre el centro de atención y el héroe de la situación. Pero en esta ocasión no le ha salido bien. En un momento en que el partido estaba empatado y a punto de terminar, ha decidido montar un "numerito" en plan llanero solitario y ha echado a perder el esfuerzo de todo su equipo, aunque él no está dispuesto a reconocerlo.

**REFERENTE TEÓRICO:** Siempre que hay un intento de asertividad, hemos de pensar que intervienen dos partes. Sin duda es importante en qué términos produce la comunicación quien lanza el mensaje, y de hecho solemos centrarnos mucho en esa parte. Pero a menudo olvidamos que también es fundamental cómo recibe la crítica la persona que escucha ese mensaje. De hecho, quien emite puede haber hecho perfectamente bien su trabajo, pero si no hay una buena receptividad de parte de quien escucha, el intento será poco fructífero para ambas partes.

**RAZÓN DE SER:** Analizar la actitud de Blue, el protagonista de la secuencia seleccionada y también los comportamientos de quienes vienen a mostrarle su mal hacer permitirá identificar uno de los enemigos más claros de una verdadera conducta asertiva: el egoísmo. Ante él sólo puede ponerse en marcha el antídoto de la empatía cuando se quiera comunicar aquello en lo que no se está de acuerdo.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Se inicia la actividad viendo la secuencia, pero deteniéndola justo cuando termina el partido, ya que el objetivo será que el alumnado opine sobre lo que les ha parecido la actitud de Blue, el protagonista, al enfocar la jugada final completamente en solitario.

Cuando se vayan posicionando al respecto, se dedican unos minutos a que piensen qué le dirían a Blue si fueran de su equipo y cómo se lo dirían de esta forma se puede observar en qué consistirían inicialmente sus intentos de afrontar la situación y si este afrontamiento se haría de forma verdaderamente asertiva, es decir, con claridad y teniendo en cuenta los sentimientos y derechos de las demás personas.

### 2ª Fase

En esta fase se seguirá analizando la secuencia, solo que, desde dos prismas diferentes, lo cual justifica que también se visione por partes. La primera es la correspondiente al punto en que Eduardo, el loro más mayor, le dice lo que piensa de lo que ha hecho. La segunda es la correspondiente a la aproximación que hace Perla, su pareja, a lo sucedido.

La idea de poder analizar esto por partes es procurar que puedan identificar las diferencias entre las dos formas de abordar el problema:

- La primera más agresiva (insultando, no dejando lugar a que se explique, marchándose sin más...)
- La segunda más asertiva (haciéndole preguntas para poder entenderle, dejando que se explique, haciéndole pensar, diciéndole sin perder las formas que no está pensando en el equipo sino en él mismo...).

Además, se tratará de analizar en grupo las ventajas y desventajas que pueden tener las dos formas de acercarse a Blue. Esto puede recogerse resumido en la pizarra como referencia para momentos posteriores de la actividad.

Pero parece que donde se encuentra realmente el conflicto no es en cómo se le han dicho las cosas a Blue, sino en que él no está dispuesto, en principio, a aceptarlo de ninguna manera, y por ello merece especial mención en la siguiente fase de la actividad.

### 3ª Fase

¿Qué le pasa a Blue? es la pregunta que el alumnado debe intentar contestar, para llegar a la conclusión de que el problema de Blue es, esencialmente, que sólo piensa en sí mismo. Eso es lo que le llevó a fastidiar el partido, querer jugar solo y por su cuenta, y es también lo que le lleva a tener problemas con los demás loros y en particular con Perla.

Para finalizar, se lanzan las siguientes preguntas para comentar en grupo:

- *¿Qué les pasa a las personas cuando se hacen egoístas?*
- *¿Qué ha podido hacer que Blue llegue a comportarse cada vez más de esta manera, hasta el punto de no darse ninguna cuenta de lo que sienten los animales que tiene a su alrededor?*

En esta actividad se pretenden hacer algunas consideraciones acerca de la asertividad, para entender que, para ser realmente una persona asertiva no puede haber espacio para el egoísmo. Si somos egoístas, de hecho, ya no se cumpliría una de las condiciones de la asertividad: respetar los derechos ajenos. Cuando queremos decirle a otra persona que no estamos de acuerdo con algo de lo que hace, debemos ponernos primero en su lugar, pensar lo que puede estar sintiendo, y tener cuidado con la forma de decirlo, tal y como hace Perla.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Perla es un animal, así que convendría que se pudiesen transferir los comportamientos que Perla hace bien a cómo serían en el caso de un ser humano. Se plantea hacer entonces, una radiografía de la asertividad (incluyendo los aspectos verbales y no verbales que Perla pone en marcha).

Aspectos a tener en cuenta: el tono de voz, el volumen, los gestos, el contacto ocular, el mensaje, la postura... Todos los aspectos mencionados se indicarán de forma gráfica en un gran mural que recogerá una figura humana del tamaño medio del alumnado. El aspecto final de la figura será muy parecido al que tienen los dibujos en los que se aprenden las partes del cuerpo.

Este mural puede exponerse en lugar visible del aula como una forma de recordatorio de los elementos a tener en cuenta cuando queremos expresar de manera asertiva algo.

# DESARROLLO CREATIVO

- Pensamiento crítico
- Pensamiento creativo
- Toma de decisiones

**TÍTULO:**

## EL CUMPLEAÑOS DE DUDLEY

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento crítico.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua castellana y literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal; Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS:** Dudley, el hijo de los tíos de Harry Potter, celebra su cumpleaños. Le han regalado 36 regalos, pero no está contento porque es uno menos que el año pasado. Sus padres le dicen que no se preocupe que irán a la ciudad a por dos más.

**REFERENTE TEÓRICO:** El consentimiento a todo lo que hacen y dicen los niños, así como la tiranía que algunos niños/as generan en casa para que se haga todo aquello que dicen, es un aspecto importante que trabajar en estas edades. Dar valor a las cosas y recibirlas con humildad, sabiendo que detrás de ellas hay un esfuerzo de quien te ha dado algo es clave para el desarrollo de su identidad personal.

**RAZÓN DE SER:** El intento de desmontar las actitudes negativas de los niños en estas edades se antoja indispensable, en un mundo en el que parece que les tenemos que dar, dar y dar por obligación. Edades en las que las fiestas de cumpleaños o comuniones se convierten en una gran cantidad de regalos que en algunos casos los niños ni valoran por la cantidad de cosas que reciben, deben reflexionar críticamente sobre estos aspectos para crear una identidad personal marcada por la falta de egoísmo y la valoración de aquello que recibo.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Introducimos el audiovisual.

- ¿Cómo te sentirías si recibieras 36 regalos en tu cumpleaños?
- ¿Te ha pasado alguna vez algo parecido?
- ¿Crees que Dudley está feliz con sus regalos? ¿Por qué?
- ¿Qué te ha parecido la reacción de Dudley?
- ¿Cómo crees que se sentiría Harry?
- ¿Cuándo recibes regalos, eres agradecido/a?

### 2ª Fase

- Pensamiento crítico: ¿Qué hay detrás de un regalo?

**Conversación guiada:**

- Los regalos no aparecen por arte de magia. ¿Quién los compra?
- ¿Qué tienen que hacer los papás, las mamás o las personas que nos quieren para poder darnos un regalo? Durante la conversación podemos hacerles caer en la cuenta si no lo han hecho de variables como dinero, tiempo, pensar qué, por qué se hace un regalo, etc.
- ¿Has hecho algún regalo alguna vez? ¿Cómo ha sido el proceso hasta darlo?

**Reflexionamos juntos:**

- Los papás y mamás trabajan muchas horas para ganar dinero.
- A veces tienen que ahorrar o hacer sacrificios para poder comprar un regalo.

- Además de comprarlo, deben buscarlo, envolverlo y pensar en lo que nos gustaría.

### 3ª Fase:

**El valor de los regalos**

Conversación: Por parejas. Técnica del cuchicheo.

- ¿Un regalo es más valioso por ser grande o caro?
- ¿Qué es lo más importante de un regalo: el objeto o el amor con que fue elegido? ¿Quién más te quiere es quien más te regala?
- ¿Un regalo de mucho dinero es más valioso que uno hecho a mano?
- ¿Si alguien te regalase una consola último modelo y otra persona el libro de Harry Potter, verías a las dos personas por igual?

**Ejemplo para reflexionar:**

- Dudley quiere más regalos, pero no parece valorar el esfuerzo de sus padres. ¿Qué podríamos decirle a Dudley si fuera nuestro amigo? Para decirle a Dudley lo que pensamos le escribimos una carta entre todas las personas del grupo. Podemos hacerlo con la técnica cooperativa de folio giratorio en el que cada uno le expresase dos ideas (en la primera cómo os ha parecido la reacción ante sus padres y en la segunda cómo creéis que se podría haber comportado).

### 4ª Fase

**Gracias**

- ¿Cómo puedes demostrar tu agradecimiento cuando recibes un regalo?
- ¿Qué otras formas, además de los regalos, tienen tus papás o personas queridas para demostrarte su amor?
- ¿Qué otras formas, además de los regalos, tienen tus papás o personas queridas para demostrarte su amor?

### 5ª Fase

- Escribimos en una o dos oraciones una conclusión final sobre lo que hemos pensado.
- Recomendación final para leer los libros de Harry Potter. Buscar en la biblioteca del colegio o acudir a biblioteca próxima.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Escribimos una carta a nuestros padres dando gracias por los regalos más valiosos que nos han dado en nuestra vida, recordándoles que ser valioso no implica dinero necesariamente.

**TÍTULO:**
## NATURALEZA

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento crítico.

**ÁREA CURRICULAR**
Ciencias naturales.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Educación ambiental.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
En este audiovisual, vemos las distintas causas y consecuencias de la contaminación ambiental. Finalmente, se proponen algunas soluciones.

**REFERENTE TEÓRICO:** En todas las leyes educativas avanzadas se proponen saberes básicos para el cuidado y respeto de la naturaleza y del planeta como lugar común que todos debemos respetar y cuidar. El alumnado de esta edad está conformando en su personalidad valores universales que debe entender que no son negociables a la hora de entender y de transmitir a otras generaciones. El cuidado del planeta es uno de esos valores que hay que respetar y conservar. La agenda 2030 nos propone los ODS (objetivos de desarrollo sostenible). Cinco de ellos se corresponden con la naturaleza: Producción y consumo responsable, Acción por el clima, Vida submarina y Vida de ecosistemas terrestres).

**RAZÓN DE SER:** Los futuros hombres y mujeres del mañana tienen que recibir el valor del cuidado de la naturaleza como algo vital de cara a poder vivir en un mundo que no esté abocado a la destrucción mayoritaria de sus mares, aires y tierra. Para ello cualquier tipo de acción que se realice con ellos en este sentido solo puede repercutir en beneficio del planeta en el que habitamos.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Introducimos en el audiovisual hasta el minuto 1:37. En este momento se pregunta ¿qué posibles soluciones se pueden llevar a cabo para mejorar el planeta?

A través de una lluvia de ideas se les puede pedir que activen todo eso que saben y que en forma de pequeñas acciones podemos hacer todos para mejorar el planeta en nuestro día a día. Una vez realizada la puesta en común terminamos el audiovisual, para, una vez finalizado, comparar lo que hemos dicho con aquello que nos proponen.

### 2ª Fase

Proponemos realizar un dibujo en un folio en el que dejemos claro una acción para cuidar el planeta y un mensaje invitando a hacerlo. Una vez realizados los exponemos a nuestros compañeros/as en clase.

### 3ª Fase

Podemos salir al patio del colegio con el fin de ver si hay residuos en el suelo que no deberían estar allí. Si los localizamos, los podemos recoger.

El reciclado es sumamente importante en el cuidado y protección de la naturaleza. Hablamos sobre los distintos contenedores que hemos visto en la calle identificando sus colores.

¿Sabemos lo que va en cada uno?

¿Se separa la basura en tu casa?

¿Por qué es importante una separación correcta de los residuos?

Se proyecta el segundo audiovisual.

Una vez finalizada la visualización se pueden crear carteles para ponerlos en los pasillos del colegio con lo que va en cada contenedor.

### 4ª Fase

Investigación sobre la importancia del reciclado.

Dibujamos 4 contenedores y realizamos una investigación por equipos de qué residuos han de ir en cada uno de los contenedores.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Ver los vídeos en casa con sus familias para que puedan crear una línea de actuación sobre el reciclaje que puedan traer a clase con el fin de compartirla con el resto de los compañeros/as.

**TÍTULO:**
## ÉL NUNCA LO HARÍA

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento crítico.

**ÁREA CURRICULAR**
Ciencias naturales.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Un perro es abandonado en el campo, pero persigue a quien lo abandonó y tiene un accidente en coche. Gracias a la intervención del animal que lo saca del coche no muere en la explosión del mismo. Cuando está en el hospital está junto a él cuando se recupera.

**REFERENTE TEÓRICO:** La crueldad humana manifestada en el abandono de animales a su suerte o en el mejor de los casos en protectoras de animales, crece día a día. La carencia de empatía hacia los animales, el pensar que estos no sienten ni padecen es una característica del ser humano difícil de entender. Existen dos tipos de actitudes básicas, por un lado, las personas que piensan que los animales ya no valen para el fin que tuvieron y por tanto debo deshacerme de ellos, en este sentido se ha manifestado mucho el abandono de animales destinados a la caza, y por otro lado las personas que piensan que los animales ya molestan en casa, porque se han convertido en un problema, ya que en su momento se regalaron como un juguete más.

**RAZÓN DE SER:** Las estadísticas de abandono de animales en España y en otros países son alarmantes. Tomar conciencia de que un animal no es un regalo más y que si se tienen hay que cuidarlos bien es razón suficiente para poder tener un momento de reflexión y diálogo con nuestro alumnado sobre el respeto que merecen nuestras mascotas y lo terrible que resulta su abandono.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Hablamos sobre las mascotas

- *¿Quién tiene o ha tenido una mascota en casa?*
- *¿Cómo las tratáis o creéis que hay que tratarlas?*
- *¿Qué os gusta hacer juntos?*

Como docente dejamos el mensaje:

- Las mascotas son seres vivos que sienten alegría, tristeza, dolor y amor.
- No son juguetes ni regalos que se pueden dejar de lado cuando ya no nos interesan.
- Muchas veces, las mascotas son abandonadas porque las familias no comprenden la responsabilidad que implica cuidarlas.

### 2ª Fase

Introducimos el audiovisual:

- *¿Qué os ha parecido el mensaje?*
- *¿Qué pasa en esta historia?*
- *¿Cómo es posible que el perro hiciera lo que hizo con el hombre si primero le había abandonado?*

- *¿Qué sentía el perro en el hospital?*
- *¿Cómo creéis que se sintió el hombre al verle en el hospital?*
- *¿Podemos sacar una conclusión de esta historia?*

### 3ª Fase

Por equipos, vamos a diseñar un cartel con las actitudes que tengo que tener yo como persona para cuidar una mascota.

Para ello, y con el fin de darles una guía de trabajo les proponemos 5 palabras clave a las que podemos añadir una o dos conductas que tendríamos que tener las personas para su cuidado:

Responsabilidad, respeto, compromiso, empatía, prevención.

Exponemos en clase lo que hemos escrito.

### 4ª Fase

Y yo:

¿A qué me comprometo para cuidar mejor a los animales que tengo o vaya a tener...?

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Invitar a un profesional veterinario o alguien de alguna protectora de animales para que les hablara de la importancia del cuidado y no abandono de los animales.

**TÍTULO:**
## ZOO

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento crítico.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua castellana y literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**REFERENTE TEÓRICO:** El respeto a los animales es una actitud importante en su desarrollo personal. Ver a los animales como seres vivos con sentimientos es indispensable para mejorar actitudes ante ellos. La protección de las especies, la interacción con las personas y la protección de sus hábitats o ecosistemas dependen en gran medida de cómo seamos capaces de protegerlos.

**RAZÓN DE SER:** Los niños manifiestan atracción hacia los animales de manera innanta. Sin embargo, los adultos les solemos trasladar miedos, malos tratos, distancias que son antinaturales a su instinto. Crear actitudes positivas de relación con los animales puede mejorar no solo las condiciones de los mismos sino también el cuidado del planeta.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

**Abrimos un debate sobre:**

**¿Creéis que deben existir zoológicos?**

Podemos establecer dos posiciones y crear dos grupos a favor y en contra.

Damos un tiempo para pensar argumentos en los dos equipos de por qué si y de por qué no.

Hablamos durante un rato y si alguien considera que le convencen los argumentos de los otros al final del debate pueden cambiar de grupo.

### 2ª Fase

Es hora de desarrollar nuestro pensamiento crítico.

Te proponemos razones por las que hay gente que defiende la existencia de los zoológicos y razones por las que no.

**Razones en contra:**

1. Son un negocio en el que no se tiene en cuenta el bienestar animal.
2. Los visitantes, en algunos casos, no demuestran ninguna educación con los animales y solo van a ellos a ver si se pueden reír de ellos.
3. Los animales están enjaulados o en sitios muy pequeños lo que no permite una vida correcta.
4. Es mentira que hay zoológicos que tienen a los animales en cautividad porque si no morirían en la naturaleza ya que nadie visitaría un zoológico de animales enfermos.
5. En algunos lugares los animales tienen que trabajar en espectáculos agotadores.

6.- Los animales deben estar en su entorno natural y no encerrados en un lugar.

7. Existen zoológicos con ruedas como son los circos a pesar de que en España existe una ley de 2023 en el que está prohibido el uso de animales salvajes.

**Razones a favor:**

1. El zoo debe ser una instalación destinada al estudio y conservación de los animales. La prioridad debe ser la conservación de las especies, no el divertimento de sus visitantes.

Cuando esto sucede el zoo cumple una labor social.

2. La directiva europea y la Ley [31/2003] española son muy claras. Los zoológicos deben ser una fuente de conocimientos a disposición de los ciudadanos, científicos y universidades y cuya finalidad es la conservación de las especies. No se puede criticar a todos los zoológicos porque hay muchos que cumplen la ley.

3. En el planeta hay más de 17.000 especies en peligro de extinción. Especies que no sobrevivirían sin unas instalaciones adecuadas donde controlar, estudiar o hacerles un seguimiento específico. No solo con ejemplares reales, sino con estudios y avances en técnicas de reproducción y conservación. El ejemplo más claro es el del panda gigante.

4. En una sociedad tremendamente desruralizada es imprescindible la creación de centros de aprendizaje urbanos donde educar a la ciudadanía sobre el respeto y amor hacia todos los animales, incluso los que no pertenecen a su hábitat natural. Anualmente, más de 700 millones de personas visitan los zoológicos de todo el mundo. Es imposible sustituir esta experiencia por otra igual de pedagógica a corto plazo.

5. Para muchos humanos los zoológicos son los únicos lugares en los que podemos ver animales que de otra forma no podríamos verlos nunca y realizando una visita responsable es enriquecedor para las personas conocer otras especies del planeta.

Después de haber leído estos argumentos y del debate anterior con los vuestros.

¿Cuál es vuestra opinión?

Dejamos 5 minutos de reflexión personal para que puedan escribir lo que opinan.

Ponemos en común lo que hemos pensado sobre el tema.

### 3ª Fase

¿Conocéis algún zoológico en tu ciudad o en un lugar cercano?

¿Podríamos escribir un texto dando consejos a los gerentes de los mismos para que los animales estuvieran en las mejores condiciones posibles y así tanto animales como personas podamos sentirnos mejor?

Ánimo y a por ello.

**TÍTULO:**

# ARQUITECTURA PARA JUGAR

**RECURSO A UTILIZAR**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento creativo.

**ÁREA CURRICULAR**
Ciencias sociales, ciencias naturales, matemáticas.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Artes, emociones y creatividad; Trabajo por proyectos; STEAM.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8-10 años.

**SINOPSIS**
Esta actividad surge de un taller de arquitectura para público familiar que se realizó en diciembre de 2020 en el Centro Botín. En él se pretendía profundizar en la exposición *Arte y Arquitectura: un diálogo* compuesta por obras de la colección de la Fundación Botín que estuvo expuesta de octubre de 2020 hasta marzo 2021. En el taller aprendimos jugando y jugamos, de manera "muy seria", a ser arquitectos de verdad.

Jugar podemos jugar en cualquier lugar y todos los lugares son susceptibles de convertirse en lo que nuestra imaginación nos dicte, pero crear espacios acordes a lo que nuestro impulso creativo nos diga y poder hacerlos realidad dota al juego de una dimensión más profunda. La naturaleza se basa en unas reglas matemáticas que establecen un orden para cosas tan básicas como el crecimiento de las plantas. Las personas nos hemos fijado en ello y hemos aprendido a construir como lo hace la naturaleza para crear nuestros espacios.

**REFERENTE TEÓRICO:** "Arquitectura, Espacios, Creación y Emoción": Los espacios inciden directamente en nuestros estados de ánimo. La arquitectura es una expresión creativa y emocional transformadora. Así estén diseñados los edificios, de qué tipo, forma y estilo sean y dónde sean colocados, así nuestra vida (y emociones) quedarán condicionadas por ellos. Las emociones tienen un gran poder transformador. Todo proceso de creación y de cambio parte y se genera de una emoción (de una intención o de un deseo); y del mismo modo, las creaciones artísticas más valiosas nos devuelven emociones sorprendentes y con gran poder transformador.

*La Arquitectura no son cuatro paredes y un tejado sino el espacio y el espíritu que se genera dentro.*

(Lao Tsé)

**RAZÓN DE SER:** Nuestra vida se desarrolla en espacios pensados por otras personas. Eso se llama arquitectura. Desde que las personas decidieron asentarse en un territorio y no moverse, comenzaron a crear espacios para que su vida se fuera desarrollando. El primero: el refugio, la casa en la que vivir y resguardarse del frío, el calor y las inclemencias del tiempo. Y poco a poco todos los espacios necesarios para la vida social: el lugar en el que reunirse para aprender unos de otros, el lugar para curarse, el lugar en el que guardar y cuidar los animales... Y así hasta llegar a las ciudades y pueblos en los que vivimos hoy en las que tenemos un edificio para cada función. Cada edificio es diferente y eso tiene que ver con el uso para el que está pensado.

Con nuestra imaginación podemos crear espacios que sirvan para todo lo que se nos ocurra. Con esta actividad buscamos mostrar nuevas formas de crear espacios que alimenten la imaginación de los alumnos y les doten de herramientas que favorezcan su desarrollo emocional, social y creativo. Esta propuesta tiene como objetivo replicar la actividad original adaptada al contexto escolar.

## DESARROLLO

### 1ª Fase: *Introducción a la actividad*

Para introducir la actividad qué mejor manera de ver en qué punto se encuentra el grupo. Para ello una pregunta: ¿Qué significa la palabra arquitectura?

Es una palabra muy común que oímos casi todos los días pero que cuesta definir. El alumnado, poco a poco y a base de responder y escuchar la respuesta de otros llegarán a la respuesta completa. Según la RAE es el arte de proyectar y construir edificios, pero con saber qué es - pensar y hacer realidad edificios y espacio público- es suficiente.

Es importante que sean conscientes de que todo su alrededor, excepto la naturaleza, ha sido pensado y construido por personas y que lo que han pretendido es que las funciones que se van a llevar a cabo en ese espacio se hagan de la mejor manera posible.

**Activación intelectual**

Para que entiendan lo hablado en la introducción de manera más práctica vamos a mirar más allá de nuestro entorno. Tenemos una ventana al mundo maravillosa: "Internet" que nos ayudará a avivar su curiosidad y activar su imaginación. Pero ¿cómo comenzamos a buscar? Con otra pregunta: *¿Qué cosas os gusta hacer y en qué espacios?* Tras la respuesta buscamos en internet los mejores espacios creados para dicha acción.

Ej: Jugar al futbol. Introducimos en google "mejor campo de futbol del mundo" y vemos qué imágenes aparecen. Nos vamos a aquellas más creativas, más distintas de lo habitual. En sus mentes comenzarán a abrirse posibilidades hasta ahora inimaginables. Y así con todas las cosas que le guste hacer al grupo (jugar en un parque, ...). Con tres o cuatro ejemplos es suficiente. Nunca llegar a un punto en el que grupo pierda el interés.

### 2ª Fase: *Creación de maquetas*

Tras la activación de la imaginación nos ponemos a crear en pequeño formato contando al grupo que antes de hacer un edificio un arquitecto hace pruebas hasta decidir. Las pruebas se hacen con las manos y en pequeño, se llaman maquetas. Para ello les damos palillos y plastilinas y les pedimos que creen primero un personaje que les represente y después un espacio para hacer aquella acción que han decidido.

Todos los espacios creados son válidos si se sujetan. El objetivo es que se sostengan en pie y cuando "ellos" entren el espacio mantenga su forma.

Es importante que aprendan que no todo vale, que el equilibrio no siempre se consigue. Esto es importante para que tengan ganas de conocer cómo hacer espacios seguros y podamos pasar a la siguiente fase con curiosidad.

### 3ª Fase: *Visionado del video y creación de maqueta de arquitectura espacial*

Ahora vamos a ver un vídeo en el que vamos a aprender a crear espacios que nunca se caen. Tras el vídeo y con los mismos materiales (plastilina y palillos) cada alumno o grupo creará un espacio con la técnica de la triangulación que se muestra en el vídeo.

### 4ª Fase: *Creación de la estructura*

**Materiales necesarios:** tutores de caña o metal, gomas de caucho pequeñas.

Cuando todo el grupo ha entendido la técnica es el momento de hacerla en grande: ***¿Queréis que hagamos este espacio en grande para convertirlo en mil cosas y poder jugar?***

Tenéis que hacer la creación en un espacio abierto o hacer hueco en el aula para que os quepa el espacio que vais a crear. Y todos a la vez o si sois muchos por grupos, vais disponiendo en el suelo las cinco cañas que componen la base. Se unen con gomas de caucho de la manera que os resulte más cómoda y se va haciendo crecer la estructura de la misma manera que hemos hecho la maqueta que es ideal tenerla de referencia.

Durante el montaje, pueden establecerse roles entre el grupo: montadores, directores de obra, encargados de los materiales, supervisores y responsables de seguridad y salud. Esta última, es una figura obligatoria en las obras para estar pendientes de que nadie se haga daño con los materiales o no corra peligro si tiene que subirse a una silla para unir las cañas en el punto más alto. Podemos alimentar el juego dotando al alumnado de complementos propios de una obra como el casco, las herramientas, etc... Aprovechemos la oportunidad para hacer hincapié en la importancia de la colaboración y el trabajo cooperativo.

### 5ª Fase: *Piel*

Ya tenemos la estructura que es grande y fácil de mover. A los niños les atrae mucho porque es de su tamaño, está a su escala. Podemos ampliarla todo lo que queramos o crear varias y formar un barrio.

Pero ahora tenemos que cerrarla, no nos sirve como refugio porque llovería dentro, por ejemplo. Para ello hay que ponerle un cerramiento o piel, como a nuestro cuerpo. Esta piel será de una u otra manera dependiendo del uso que le vayamos a dar a la estructura que hemos de haber pensado desde el inicio.

Ejemplos: podemos cerrar con telas sujetas con pinzas, cintas aislantes de colores, papeles o dibujos, papel de aluminio, plásticos... Cada uno de los cerramientos será distinto y tendrá unas cualidades que dotarán el juego de mil y una posibilidades. Si tenemos varias estructuras podemos combinar usos y materiales. Si tenemos una sola puede ir cambiando cada día según el juego que queramos llevar a cabo.

### 6ª Fase: *Reflexión final*

Para cerrar la experiencia y apuntalar el aprendizaje nos sentamos tranquilamente, bajamos el ritmo físico y dejamos tiempo a la conversación y reflexión grupal que iniciamos con preguntas:

***¿Qué tal, os ha gustado?, ¿pensabais que podíais ser arquitectos?***

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Tras la reflexión final podemos desmontar la estructura y guardarla para volverla a crear en otra ocasión; quitarle la piel para transformarla en otra cosa otro día; o podemos dejar que forme parte de nuestra aula y darle un uso fijo,. Por ejemplo: un lugar para contar cuentos, para arreglar conflictos, para relajarse. Esta última idea puede también ser el motor para iniciar la creación. Necesitamos un espacio para.... ¿cómo lo hacemos?

## PARA FAMILIAS

"Artes, Emociones y Creatividad en casa".

## ACTIVIDADES RELACIONADAS

- *ReflejArte* (2014/15): Emociones para transformar la arquitectura (Carlos Garaicoa)
- *ReflejArte* (2018/19): Refugios sensoriales (Cristina Iglesias)

**TÍTULO:**

## ¿A QUÉ SUENAN LOS CUADROS? PINTANDO LA MÚSICA

### AUDIOVISUAL

"El Sonido en los Colores" Barb Rosenstock 2015, Editorial Juventud. Premio Caldecott Honor en 2015

Pueden verse sus ilustraciones y escucharlo narrado en el siguiente enlace:

"Toreador" de la ópera "Carmen" de G. Bizet. Puede verse la escena en el siguiente enlace:

### VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Pensamiento creativo; Autoestima; Empatía; Habilidades de comunicación; Habilidades de relación; Toma de decisiones.

### ÁREA CURRICULAR

Lengua y Literatura, Inglés, Música (Music), Plástica (Arts) y Matemáticas.

### CONTENIDOS CURRICULARES

Lengua y Literatura: La narración a través del cuento.

Inglés: Listening and speaking: arts vocabulary (techniques, materials & artistic styles).

Música: Utilización de audiciones musicales para identificar sonidos, distinguir tipos de voces e instrumentos. Géneros musicales: la ópera. La música como instrumento expresivo: emociones.

Plástica: Arte abstracto: características de W. Kandinsky. Utilización de los elementos básicos del dibujo (punto, línea y plano). Uso y características del color.

Matemáticas: Figuras planas a través de la identificación del círculo y de la circunferencia. Rectas y ángulos. Movimientos en el plano.

### CONTEXTO ESCOLAR

Convivencia escolar; Atención a la diversidad; Plan matemático; Bilingüismo.

### EDAD RECOMENDADA

8-10 años.

### SINOPSIS

Kandinsky fue un artista que tenía la cualidad de la sinestesia, lo que hacía que los demás no entendieran su forma de expresarse y, en consecuencia, no le aceptasen. Decide intentar adaptarse a las exigencias de lo que los demás consideraban "normal". Finalmente, se reafirma en su propia manera de ser y de relacionarse con el mundo que le rodea, se atreve a ser él mismo y, con dicho atrevimiento, nos regala al resto del mundo la creación de un movimiento artístico nuevo y rompedor: el arte abstracto.

**REFERENTE TEÓRICO:** Desarrollar la empatía es, en muchas ocasiones, una tarea complicada, y esta dificultad se incrementa cuando los otros no muestran de una forma obvia sus emociones a los demás. Es importante en estas edades hacerles ver que existen personas con cualidades menos comunes y que debemos saber leer entre líneas para interpretar lo que no se ve a primera vista, ponernos en sus zapatos y así poder entender mejor cómo perciben el mundo que les rodea y el porqué de sus respuestas en la interacción con los demás.

**RAZÓN DE SER:** Esta actividad pretende enfocar la diversidad como algo enriquecedor, y a su vez trabajar la importancia de cómo mi propia actitud ante una dificultad, determina las correspondientes consecuencias y cuán importante es tener seguridad en uno mismo y ponerle coraje a las situaciones difíciles para transformarlas en un reto positivo.

## DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

### 1ª Fase

Partiendo de un trabajo de investigación previo por parte del alumnado sobre la relación de la música y los colores para Kandinsky, nos ayudamos de la narración del cuento "El Sonido en los Colores" de Barb Rosenstock, con la que indagamos en la vida del gran artista y conocemos más sobre cómo perciben el mundo las personas con sinestesia.

Ponemos en común nuestras reflexiones, y guiamos la dinámica hacia dos puntos clave:

- Cómo una persona que presenta una realidad poco común no es comprendida por otras personas cercanas y cómo puede hacerles sentir esta situación.
- Valoramos cómo Kandinsky, con su actitud positiva y valiente, transforma lo que inicialmente se percibe como algo negativo, en un aspecto muy valioso y poderoso como para crear un estilo artístico tan personal y único, siendo ahora reconocido mundialmente. Se explica a los alumnos lo que la figura del círculo representa para Kandinsky: *"El círculo, es la síntesis de las mayores oposiciones. Combina lo concéntrico y lo excéntrico en una sola forma y en equilibrio. De las tres formas primarias, apunta más claramente a la cuarta dimensión."* W. Kandinsky, Algunos Círculos, 1926.

Para entender mejor esta cita, explicamos a los alumnos los conceptos de circunferencia y círculo, cuyo centro es equidistante a todos sus puntos, lo que se relaciona con lo concéntrico y la armonía. También lo comparamos con otras formas geométricas como el cuadrado o el triángulo, y vemos que el círculo no se comporta de la misma manera porque no presenta lados o vértices, lo que se relaciona con lo excéntrico.

### 2ª Fase

Vamos a poner en marcha nuestra creatividad y a vivenciar una experiencia mutisensorial: escuchamos "Toreador" de la ópera "Carmen" de G. Bizet, y en un papel continuo de gran tamaño, expresamos mediante el uso de pintura de dedos lo que nos sugieren los timbres de los instrumentos, los agudos y graves de las voces, las emociones que nos despierta el carácter de este fragmento musical, y lo plasmamos en forma de pintura, buscando los colores y las formas que mejor lo transmitan según la experiencia de cada uno.

### 3ª Fase

Para finalizar esta actividad, vamos a crear juntos un círculo. Partiendo de un punto, cada niño dibuja alrededor una circunferencia con las características que a cada uno le sugiere la música que se escucha (una circunferencia de uno o varios colores, con mayor o menor grosor, etc.) de manera que rodeamos la del compañero anterior hasta formar un círculo.

Una vez terminado, vemos cómo cada uno ha aportado al trabajo su propia percepción, personalidad y gusto: siendo totalmente distintos, hemos creado algo juntos expresándonos en libertad, hemos sumado con nuestras propuestas y hemos dado origen a algo único.

Es por ello que vivenciamos cómo la diversidad nos enriquece y nos fortalece a la hora de aprender a aceptar a los demás como son, a entendernos mejor a nosotros mismos y entre nosotros y, en consecuencia, a no prejuzgar.

**Actividad diseñada por:** Laura Lechuga Mira

(Colegio San Ramón y San Antonio, Madrid).

**TÍTULO:**

## EL COLOR DE LAS FLORES

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento creativo; Autoestima.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Atención a la diversidad; Educación ambiental; Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Diego es un niño ciego al que su maestra le ha mandado hacer una redacción sobre el color de las flores. Aparentemente, tanto su mejor amigo en la escuela como su padre le preguntan cómo lo va a hacer. Él no se rinde y pregunta a su madre, consulta en internet y escucha a su compañero. Sin embargo, yendo para el colegio se da cuenta de lo que escucha y entonces llega a la solución...

**REFERENTE TEÓRICO:** La creatividad es clave para formar seres independientes en su forma de pensar, capaces de asimilar las situaciones que viven, razonar efectivamente, ser sensibles al entorno y tener una constante curiosidad por explorar el mundo que les rodea**.** Si además tienes una limitación física, el cultivo de la creatividad se antoja básico para lograr la consecución de objetivos y metas. Creatividad y autoestima personal se unen en la personalidad como ejes vertebradores de la vida.

**RAZÓN DE SER:** Con el visionado de este cortometraje, el educador debe partir del hecho de que, para poder lograr algo, se ha de partir de las características personales y del entorno, con el fin de abordar soluciones con los medios de los que se dispone.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

En un primer momento, y después de ver el vídeo, podremos realizar algunas preguntas a modo de introducción:

- ¿Qué emociones te ha producido este vídeo?
- ¿Cómo afronta el protagonista el problema que tiene entre manos?
- ¿Qué actitud tienen con él las personas que le rodean: padre, madre, su profeso/ra, su profesor/a de apoyo, su compañero?
- ¿Qué tipo de compañero/a crees que eres? ¿De los que pasaban delante de él, pero no le decían nada? ¿O de los que como su compañero que se sentó con él y le preguntó cómo lo iba a hacer?

### 2ª Fase

Proponemos en clase un juego.

Tapamos los ojos a un alumno/a, y tiene que adivinar el objeto que tenemos en las manos por las cosas que le decimos.

Tras dos o tres alumnos que hagan lo mismo, después por parejas y sin necesidad de tapar los ojos tendrán que explicar palabras abstractas: esperanza, libertad, conciencia, justicia, belleza... Lo pondremos en común una vez realizado.

### 3ª Fase

En esta tercera fase, les invitamos a que, por grupos, creen un guión para ayudar a Diego a que pueda escribir la redacción "El color de las flores".

- ¿Qué le diríamos?
- Simbolismos de los colores

- ¿Con quién se relacionan las flores?
- ¿Cómo huelen las flores? ¿Le acompañan a olerlas?
- ¿Pueden buscar un libro que hable de ellas en la biblioteca? ¿Por internet con sonido?

Estas son solo algunas pistas, pero lo interesante es que desarrollen ellos su pensamiento creativo. Ponemos en común, después de 10 minutos, las posibles acciones que se les hayan ocurrido.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Escribir la redacción que mandó la profesora "El color de las flores" realizando un dibujo de las mismas.

**TÍTULO:**

## EL RAPTO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Pensamiento creativo.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Arte, emociones y creatividad.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
Vicky es un niño vikingo muy especial. Él nunca se rinde ante las dificultades y siempre tiene una idea creativa para resolver un problema. En este caso es raptado junto a dos amigos por los piratas enemigos de su padre. Para liberarse consigue, a partir de algo que había sucedido anteriormente, conectar ideas y resolver la situación.

**REFERENTE TEÓRICO:** La forma que tenemos a la hora de enfrentarnos a un problema es clave a la hora de resolver el mismo. La creatividad como herramienta para la consecución de soluciones adecuadas ante cualquier tipo de dificultad es una herramienta indispensable en la formación de la identidad personal, disminuyendo directamente los niveles de ansiedad y frustración.

**RAZÓN DE SER:** Un niño capaz de pensar para resolver aquello que le sucede tanto en lo que trabaja como en la vida es un niño más feliz. En una sociedad en la que todo se lo damos hecho y se les resuelven muchos problemas que podrían solucionar por sí mismos el hecho de trabajar la idea de si lo puedo resolver yo solo porqué se lo tengo que decir a alguien, desarrolla una personalidad positiva.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Introducción de quién es el personaje de Vicky el vikingo y cuáles son sus cualidades.

Es importante resaltar la idea de que no se rinde ante la dificultad y que cuando la tiene está constantemente pensando en cómo resolverla.

### 2ª Fase

Vemos el audiovisual hasta el minuto 8:38. Les explicamos que cuando Vicky quiere resolver un problema siempre se frota la nariz y los invitamos a que ellos también lo hagan para encontrar una solución.

En este momento, les pedimos que por equipos y con la técnica 1-2-4 sean capaces de buscar una posible solución al problema planteado y que sea plausible.

Atados como están deben ser capaces de escapar y volver hasta el barco de Albar ¿Cómo lo harían?

Ponemos en común las soluciones.

Terminamos de ver el audiovisual.

*¿Qué os ha parecido la solución de Vicky?*

*¿Era la vuestra mejor? ¿Por qué?*

Reflexión: Como veis ante un problema siempre es posible encontrar una solución. Lo importante es para y pensar en cuáles pueden ser las mejores.

### 3ª Fase

A partir de aquí buscaremos adjetivos para definir a Vicky. Primero lo pensamos en los grupos. Para ello, podemos usar la técnica cooperativa del folio giratorio (podemos dar dos vueltas en el equipo). Finalmente, la persona

designada como portavoz dirá los adjetivos que han pensado mientras que el profesor/a los va anotando bien en la pizarra o bien en una hoja grande de papel.

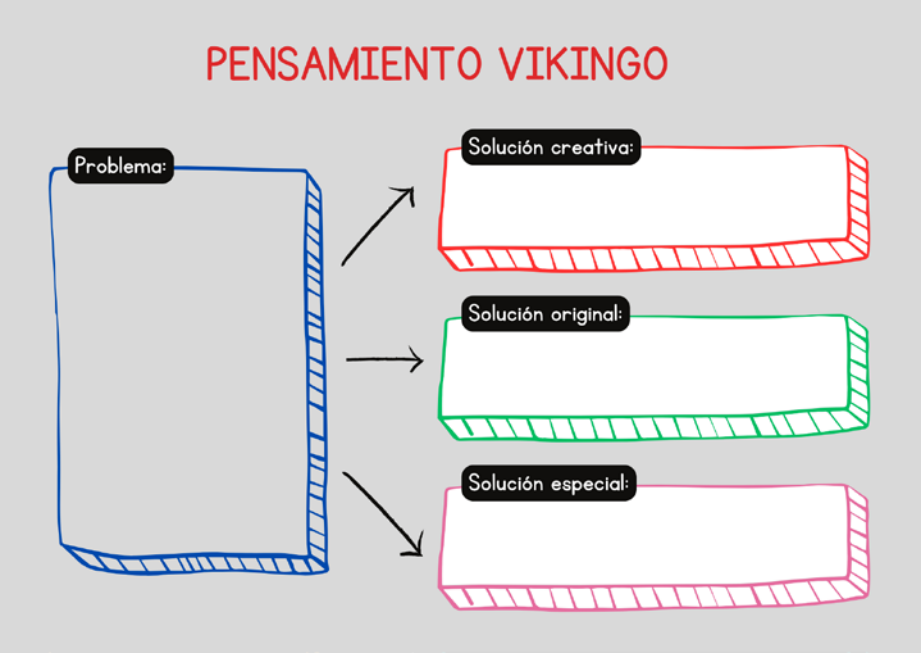
### 4ª Fase

Ahora ya sois vikingos de verdad. Ya sabéis las cualidades de Vicky con lo que es hora de demostrar vuestras cualidades vikingas resolviendo situaciones en vuestro entorno escolar y social.

Esta actividad la podéis hacer por parejas.

Situaciones que han de resolver.

- Dos niños en el patio quieren el mismo columpio y no se ponen de acuerdo, ¿cómo lo solucionaríais?
- Tenemos a dos niños que quieren leer el mismo libro de la biblioteca y están discutiendo por él. ¿Qué podrías hacer?
- En el comedor del cole dos compañeras han tirado el pan al suelo y ninguna de las dos lo quieren recoger, sabemos que si vienen los monitores nos van a reñir a todos. Rápido pensemos.
- En clase estoy viendo como mi compañero de al lado me está copiando lo que hago. Si el profe se da cuenta nos van a regañar a los dos. ¿Qué puedo hacer?
- Tengo delante y no sé resolver un problema de matemáticas en un examen ¿Qué soluciones propondrías?
- Mañana es el día de la madre y se me ha olvidado hacerle algo. Para hacérselo no tiene que estar ella y por lo que sé no se va a mover de casa. ¿Qué soluciones puedo tener?
- Dos compañeras se han enfadado porque una de ellas ha contado un secreto a otro compañero. Tú eres amigo de los 4. ¿Qué podrías hacer para solucionarlo?




Se puede proporcionar a cada pareja en un folio dos modelos como éste. En el primero para que resuelvan una situación propuesta y en un segundo para que inventen una situación y propongan soluciones.

Finalmente ponemos en común lo trabajado.

Importante terminar con la idea de que las soluciones creativas consiguen resolver muchos conflictos de manera positiva y además nos permiten pensar en las otras personas.

**TÍTULO:**

## EL MUSEO DE LOS PUNTOS CREATIVOS

**AUDIOVISUAL**

Taro Gomi y The Dot de Peter H. Reynolds.

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**

Pensamiento creativo.

**ÁREA CURRICULAR**

Educación artística.

**CONTEXTO ESCOLAR**

Artes, emociones y creatividad.

**EDAD RECOMENDADA**

8-10 años.

**REFERENTE TEÓRICO:** La teoría del desarrollo cognitivo de Jean Piaget sostiene que la educación debe crear personas capaces de hacer cosas nuevas, ser creativas, inventoras y críticas, no solo repetir lo aprendido por generaciones anteriores.

Además, investigaciones recientes destacan el modelo de pensamiento divergente de Guilford y la importancia de metodologías como Filosofía para Niños (FpN) de Lipman, que han demostrado influir positivamente en el desarrollo del pensamiento crítico-creativo en educación primaria.

**RAZÓN DE SER:** Entre los 8 y 10 años se observa, según estudios, un descenso significativo en los niveles de creatividad infantil. El desarrollo del pensamiento creativo, en esta etapa, es fundamental para formar mentes activas, críticas y flexibles, habilidades necesarias para afrontar los retos de la sociedad actual y futura. Preservar la creatividad contribuye al bienestar emocional, la motivación y la capacidad de resolver problemas de manera original, aspectos esenciales para el desarrollo integral del alumnado.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

La sesión comenzará con la visualización del corto: «The Dot de Peter H. Reynolds».

``Todos podemos crear, incluso si creemos que no sabemos hacerlo´´.

Tras la proyección, se realizará una breve reflexión guiada a través de preguntas como:

- *¿Qué sentía el protagonista del vídeo?*
- *¿Por qué no era capaz de dibujar?*
- *¿Qué cambió cuando hizo su primer punto?*

### 2ª Fase

"El Museo de los Puntos Imposibles". Entrega a cada alumno una hoja blanca y un rotulador o lápiz. Pídeles que hagan un solo punto en la hoja. Este no es un punto cualquiera. Es un punto imposible, mágico, que puede transformarse en cualquier cosa que imagines. ¿En qué se puede convertir tu punto? Podría ser el ojo de una cerradura o la nariz de un ratón. Invítalos a convertir su punto en algo totalmente inesperado: un planeta, una puerta secreta, un animal fantástico, una máquina, un sentimiento, un recuerdo, etc.

Cada estudiante tendrá la oportunidad de crear su punto, inspirándose en el mensaje del corto. Es importante que eviten fijarse en lo que va a hacer el compañero.

Mientras trabajan, pon música inspiradora de fondo y recuérdales: En el arte y en la vida, no hay errores, solo descubrimientos.

### 3ª Fase

En este momento podemos crear una galería en el aula (o virtual, si es online), con todos los trabajos.

Reflexión final:

¿Cómo te sentiste al transformar tu punto? ¿Qué aprendiste sobre ti mismo y tu creatividad? Relaciona la actividad con la vida diaria: A veces, solo necesitamos atrevernos a dar el

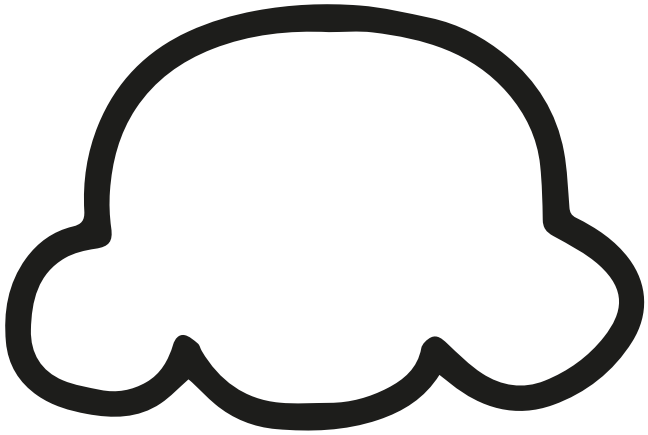
primer paso para descubrir todo lo que somos capaces de crear.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Imprimibles. Siguiendo esta línea creativa, pueden imprimirse esta ficha para crear dibujos inesperados. Título: “No es lo que parece”. Podemos añadirlas al Museo de los Puntos creado tras la tutoría.

Completa el dibujo teniendo en cuenta que no puede ser lo que parece:

# NO ES UN HELADO



# ES...

**TÍTULO:**

## EL CAPRICHOSO REY MIDAS

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**

El rey Midas toma una decisión nacida de su codicia: siendo muy rico, desea aumentar su fortuna hasta el extremo, pidiendo a un Mago que todo cuanto toque se transforme en oro. Las consecuencias son terribles: no puede alimentarse, convierte a su hija en estatua áurea y pierde la estima de sus súbditos. Sólo su arrepentimiento y una decisión contraria (la de hacer el bien) consiguen deshacer el hechizo, pero no recuperará a su hija.

**REFERENTE TEÓRICO:** La reflexión y la prudencia han de ser antesalas obligadas de cualquier decisión. Los niños deben comprender que las consecuencias de una decisión impulsiva pueden ser sumamente negativas para ellos mismos. Deseos legítimos como disfrutar de la vida, poseer objetos o experimentar cosas nuevas deben ser cuidadosamente ponderados antes de pasar a la acción.

**RAZÓN DE SER:** Tras la narración de la historia del rey Midas, los niños reflexionarán sobre las consecuencias que acarrea una decisión nacida de la codicia.

En sucesivas dinámicas, el educador invitará a los alumnos a tener en cuenta los resultados, positivos o negativos, de decisiones cotidianas de menor o mayor trascendencia.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Tras la lectura de la leyenda del rey Midas, el docente introducirá la reflexión sobre la toma de decisiones a partir de algunas preguntas que aborden la temática:

- *¿Qué decisión toma el rey Midas para conseguir su deseo?*
- *¿Piensa bien antes en las consecuencias de su decisión?*
- *¿Cuál es la terrible maldición del rey Midas?*
- *¿Por qué el mago deshace el hechizo?*
- *¿Qué sucede con la princesa?*

### 2ª Fase

El educador comenta con el grupo que cualquier decisión tiene sus consecuencias. Existen decisiones menores y mayores, pero todas producen resultados. Depende de la propia persona que sus decisiones le hagan feliz o desgraciado.

Se preguntará a los alumnos por decisiones que se toman a diario. Cuantas más aportaciones se produzcan, más rico será el diálogo.

(Ejemplos: la hora de acostarse, el momento de hacer las tareas extraescolares, el tiempo que se pasa ante el televisor, el interés que se ponga en las tareas domésticas).

Una vez haya concluido la fase de exposición de decisiones cotidianas, se pedirá a los alumnos que señalen las consecuencias positivas de las buenas decisiones y las negativas de las equivocadas.

[Por ejemplo, si uno decide acostarse muy tarde, a la mañana siguiente se tendrá sueño, se harán mal las tareas escolares, se estará de mal humor. Si la decisión fue acostarse a una hora prudente, las consecuencias serán positivas:

a la mañana siguiente se amanecerá con ánimo y fuerza, se estará en buenas condiciones para trabajar en el aula y tendrán energía suficiente para divertirse en los recreos].

Se procederá de igual forma con cada decisión que se haya expuesto.

### 3ª Fase

La reflexión continuará, centrándose esta vez en las decisiones de mayor importancia. Por ejemplo: cómo pasar el tiempo libre, estudiar un examen, elegir amigos, hacer los deberes, etc.

Se examinarán, por el mismo procedimiento que en la fase anterior, las consecuencias positivas o negativas a partir de las decisiones tomadas.

Variante: sobre cada decisión (por ejemplo, el tipo de ocio que se desea), la mitad del grupo expondrá consecuencias negativas fruto de decisiones desafortunadas (por ejemplo, aburrirse ante el televisor, practicar actividades prohibidas o arriesgadas) y la otra mitad expondrá consecuencias positivas a partir de decisiones acertadas (por ejemplo, divertirse con juegos emocionantes pero permitidos, variar los escenarios de ocio, como el cine, los vídeos o DVD, la planificación de excursiones, la práctica de deportes novedosos, etc.).

### TEXTO DEL CUENTO:

*Érase una vez un rey caprichoso y avaro que siempre quería ser "el que más": el más guapo, el más listo y, sobre todo, el más rico del mundo. Decidido a ello mandó que quitaran a sus súbditos todas sus tierras, bueyes, mulos, cerdos y corderos. Se apoderó de pequeños y grandes tesoros. ¡Hasta las armas de su guardia real quiso quedárselas! Todo lo encerró en una enorme cueva justo debajo del salón del trono.*

*Pero aún no estaba del todo satisfecho. ¡Quería más!... así que mandó llamar al mago más importante del reino y le dijo:*

*-Quiero ser muy rico.*

*-Ya lo eres- dijo el mago.*

*-No me entiendes. Quiero ser inmensamente rico. Usa tus poderes para que todo lo que toque se convierta en oro- contestó el insensato rey.*

*-Tus deseos son órdenes para mí -respondió el mago.*

*Midas, que así se llamaba el rey, se volvió loco de alegría y avaricia. Pronto comenzó a tocar objetos, comprobando que, en efecto, eran de oro puro. Su trono también se transformó en oro. ¿Cuánto valdría?, pensó. Salió de la sala, y a su paso la puerta, las paredes y todo cuanto tocaba se transformaba mágicamente en el deseado metal.*

*A Midas le entró hambre, y mandó disponer un suculento festín a base de codornices, faisanes y todo tipo de exquisiteces. Pero, para su sorpresa y preocupación, no pudo comer ninguno de los manjares: de oro se habían vuelto no solo los cubiertos, sino también los alimentos. ¿Qué clase de broma era aquella? Consultó con su visir, quien le dijo:*

*-Majestad, no hay problema. Poneos unos guantes, y así no rozaréis la comida.*

*Así lo intentó Midas, pero de inmediato los guantes de seda se transformaron en pesado oro. ¡Imposible comer con ellos puestos! La preocupación del codicioso rey fue en aumento. Quizá debiera haber pensado mejor antes de tomar su decisión.*

*Malhumorado salió a sus jardines particulares, pero no pudo disfrutar de las flores ni de los árboles, pues apenas los rozaba, se convertían en oro. Midas no sabía qué hacer, así que mandó llamar al mago, quien le dijo:*

*-Lo siento, Majestad, pero ni toda la magia del mundo puede deshacer lo que fue vuestra firme decisión.*

*Cuando Midas iba a responderle, entró en la sala su adorada hija, quien corrió a su encuentro, y sin dar a su padre oportunidad para evitarlo, le abrazó. Horrorizado, el rey observó cómo su hija se convertía en una estatua de oro.*

*Lágrimas de pena y culpa rodaron por las mejillas del desdichado rey. Ni siquiera pudo encontrar consuelo en el palacio, pues sus sirvientes, juglares y demás habitantes se habían encerrado a cal y canto en sus casas por temor a ser tocados por el rey.*

*A solas con su desgracia, Midas caminó sin rumbo por el palacio. En un rincón oscuro de la torre principal encontró al único ser humano sin miedo a su propio rey: un anciano que le observó curioso. Midas le preguntó: - ¿No tenéis miedo de mí?*

*-No, Majestad. Al fin y al cabo, no me queda mucho tiempo de vida -dijo el viejo.*

*-A mí tampoco- respondió con amargura el rey.*

*El anciano se quedó mirando apenado a Midas. Tras un largo silencio, le habló:*

*- ¡Qué importantes son las decisiones! Si no sabemos tomar las adecuadas, nuestra vida puede ser muy desagradable ¿no es así, Majestad.*

*-Eres un viejo impertinente, pero tienes razón.*

*El viejo le propuso:*

*-Puesto que no os queda mucho tiempo de vida, podéis emplearlo en hacer el bien.*

*- ¿De qué me servirá? - preguntó Midas.*

*-Únicamente para morir con el alma en paz -dijo el anciano.*

*El rey le hizo caso, y a la mañana siguiente ordenó poner carteles por todo el reino, invitando a sus habitantes a tomar de su palacio cuanto oro desearan. Su llamada fue rápidamente aceptada, y una larga cola de personas esperaba su turno para cargar con todo tipo de objetos de oro. Cuando éste se acabó, el rey dijo:*

*- ¡No temáis! No os quedaréis sin oro -gritó, y se puso a tocar cuantos objetos había a su alrededor.*

*Compadecido, el Mago se presentó ante el rey y le anunció:*

*-Vuestra clemencia, Majestad, os ha salvado. Una decisión bondadosa es tan poderosa como una decisión malvada y ruin. ¡Qué se deshaga el hechizo!*

*Midas apenas si podía creer en lo que sucedió a continuación: podía tocar sin miedo personas y objetos. Pero el nuevo hechizo del mago no pudo devolver la vida de su encantadora hija.*

*Así, Midas jamás olvidó la lección, y todas las noches acudía a la habitación de la princesa a desearle buenas noches. La estatua de oro parecía sonreírle con cariño.*

**El caprichoso rey Midas**

*[Adaptación del cuento El rey Midas]*

**TÍTULO:**

## INVIERNO Y PRIMAVERA

**VARIABLE QUE SE PUEDE TRABAJAR**
Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Plan lector.

**EDAD RECOMENDADA**
De 8 a 10 años.

**SINOPSIS**
La mitología griega ofrece una curiosa explicación a las estaciones frías y cálidas del año: la diosa Ceres, entristecida por la ausencia de su hija desaparece de la faz de la tierra, y esta se convierte en un seco y estéril páramo yerto. Cuando Proserpina está con su madre, esta devuelve a la naturaleza su luz y calor.

**REFERENTE TEÓRICO:** Los niños de entre ocho y diez años gozan de cierta autonomía personal y, por tanto, comienza una etapa de su vida en la que pueden tomar decisiones con cierto grado de significación en un futuro próximo o remoto. El entorno de los amigos, las aficiones, la forma de emplear el tiempo libre y sus actitudes hacia el medio escolar son los escenarios de una incipiente toma de decisiones responsable.

**RAZÓN DE SER:** A partir del relato seleccionado donde se observan diferentes decisiones tomadas por los personajes que tienen consecuencias diversas sobre ellos mismos y sobre la tierra en general, el educador promueve un diálogo colectivo a partir de preguntas relacionadas tanto con la leyenda mitológica que se les ha narrado como con situaciones de su vida en las que buenas o malas decisiones comportan resultados satisfactorios o no para sí mismo y para los demás.

### DESARROLLO

- Plutón se enamora de Proserpina y toma una decisión, ¿cuál es?
- ¿A quién afecta la decisión de Plutón?
- Júpiter, ante la queja de Ceres, decide hacer algo que no satisface a Ceres, ¿qué es?
- Ceres toma su propia decisión, que solo agrada a los humanos en parte ¿en qué consiste?
- A veces tenéis que elegir entre jugar con un amigo en su casa o quedar con otros que no se llevan bien con el primero ¿os ha pasado alguna vez? ¿Qué soléis hacer en estos casos?
- En casa también tenéis que decidir a menudo, sobre todo en tareas que podéis o debéis hacer: ¿sacar la basura o recoger la mesa?; hacer las tareas escolares ¿antes o después de ver la televisión?; ordenar vuestro cuarto ¿ahora o después de la cena? ¿Qué soléis decidir normalmente: hacer primero lo que menos os agrada o al revés?, ¿por qué?
- Cuando estáis con vuestros amigos en el patio del colegio y uno os pregunta si os apetece más jugar al balón con un gran grupo de niños que hablar y jugar con vuestros dos o tres mejores amigos ¿qué hacéis?, ¿por qué?
- Si vuestra madre os pregunta a vuestro hermano y a vosotros qué os apetece más, ir al cine o alquilar un DVD ¿qué decís: *"me da igual, elige tú"* o pensáis con cuidado qué os apetece más?
- ¿Os arrepentís a menudo de lo que elegís? Por ejemplo, qué pieza de fruta tomar de postre o qué canal de la televisión ver. ¿Qué hacéis después?

- Si pudierais decidir vosotros las actividades extraescolares del año que viene ¿cuáles elegiríais?
- Si decidís hacer un poco el gamberro ¿afecta a otros?; ¿en qué?
- Junto a dos compañeros de clase (según os distribuya el educador) plantearos qué dos leyes crearíais si os nombraran ministros. Valorad los pros y contras de las dos leyes.
- Si os equivocáis en algo ¿soléis reconocerlo? Poned un ejemplo.

## TEXTO DEL CUENTO:

*Ceres era feliz junto a su hija Proserpina. Tan agradecida estaba a la vida que enseñó a los humanos a cultivar la tierra, por lo que acabó convirtiéndose en diosa de la tierra y de la agricultura. Gracias a ella, los seres humanos tenían alimentos, agua, sol y luz.*

*Proserpina era muy bella, y vivía en libertad paseando por los prados y montes que su madre había creado para los humanos. Pero pronto su felicidad se convirtió en desgracia: Plutón, el gran dios de los infiernos se enamoró de ella y le tendió una trampa. En uno de sus inocentes paseos la tierra se hundió bajo sus pies y cayó hasta los infiernos, quedando en manos del dios Plutón.*

*Ceres, enterada del rapto de su hija, se presentó ante Júpiter, el padre de todos los dioses, a quien pidió que se le devolviera a su hija de inmediato.*

*Júpiter no sabía qué decisión tomar. Por una parte, Ceres tenía razón: su hija había sido raptada sin tener en cuenta sus deseos ni los de su madre. Pero por otra parte Plutón era su hermano. ¿A quién hacer caso? Júpiter habló con Plutón, tratando de convencerle, pero su hermano le dijo que se sentía muy solo en los infiernos, y se había enamorado de Proserpina. También intentó el gran dios persuadir a Ceres, pero ella tampoco quiso ceder: ¡era su hija!*

*Júpiter pensó una solución que contentara a los dos, así que llamó a Plutón y a Ceres y les comunicó su decisión: seis meses al año Proserpina viviría en los infiernos, y otros seis estaría con su madre.*

*Ceres, ofendida, le dijo a Júpiter:*

*-Has sido justo con Plutón, pero no conmigo. Mi hija es lo único que tengo, y si esa es tu decisión, yo tomaré la mía: durante los seis meses que Proserpina esté en el infierno, yo desapareceré de la Tierra.*

*Así ocurrió. Los meses en que madre e hija estaban juntas, los campos florecían; los árboles frutales crecían; la lluvia llenaba los embalses, y los hombres eran felices. Pero los meses en los que Plutón se llevaba a Proserpina Ceres se ocultaba, y el frío se instalaba en la Tierra. Los ríos se helaban, los campos sin agua no permitían a las plantas crecer, y los humanos solo podían dejar que pasara el tiempo en espera de que Plutón devolviera a su amada a la Tierra donde Ceres, feliz de nuevo, regalara a los seres humanos el sol, la lluvia y la alegría.*

*Por ese motivo, durante el otoño y el invierno la tierra sólo recibe las heladas lágrimas de Ceres en forma de agua y nieve, y durante la primavera y el verano, la luz y la vida regresan a la naturaleza.*

*[Adaptación de la Mitología griega]*

**TÍTULO:**

## CRUZANDO EL PUENTE

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Toma de decisiones y resolución de conflictos; Habilidades de relación.

**ÁREA CURRICULAR**
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar; Programas de prevención: acoso escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
A la hora de cruzar un puente, a veces este puede resultar muy estrecho para pasarlo dos animales a la vez. Esto es lo que pasa en la secuencia seleccionada, por lo que tendrán que decidir ponerse de acuerdo y colaborar si quieren llegar al otro lado del río.

**REFERENTE TEÓRICO:** La necesidad de convivencia se pone de manifiesto en muchos momentos cotidianos en los que hemos de ponernos de acuerdo con otros. Esto no siempre es fácil porque no todo el mundo está dispuesto a negociar, a hacer concesiones o a ayudar. Sin embargo, sigue siendo necesario y cuando no se consigue, todos los implicados pierden. Por el contrario, hacer las cosas "por las buenas", procurando no solo el bien propio, sino el bien común, supone finalmente el destino que cualquiera querría: que todas las partes implicadas ganen.

**RAZÓN DE SER:** Ante la situación planteada en la secuencia, el alumnado tendrá que verse ante la tesitura de optar por una vía pacífica de resolución de conflictos o bien por la vía del enfrentamiento, que no lleva realmente a la resolución, sino al empeoramiento de la situación. Además, se tratará de llevar la generalización de lo visto en la secuencia a otros ámbitos más cercanos a su vida cotidiana en los que la ayuda mutua es, sin duda, un valor indispensable y la mejor opción a elegir.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Comenzar la sesión poniendo la secuencia escogida para trabajar, y deteniéndola en el momento en que los dos primeros animales se encuentran en el centro del puente y ven que no pueden pasar fácilmente (antes de que se pueda percibir lo mal que les sienta mutuamente encontrarse allí). En ese momento, se pregunta al alumnado qué haría en una situación como esa, cómo la resolvería.

Al principio, se les deja tiempo para que opinen libremente y razonen qué posibles soluciones podrían ponerse en marcha para que ambos animales cruzasen el puente, que es lo que quieren realmente. A medida que vayan proponiendo opciones, se prestará especial atención en que las cosas pueden resolverse, como probablemente muestren algunas de sus propuestas, por las buenas o por las malas. Para ello, se lanzarán las siguientes preguntas:

- *¿Qué significa hacer algo por las malas?*
- *¿Y hacerlo por las buenas?*
- *¿Cuáles son las ventajas y desventajas de cada una de esas formas de resolver un conflicto con otra persona?*
- *¿Por cuál de los dos caminos habría que empezar, según vuestra opinión?*

Se dejarán unos minutos para responder. A continuación se verá cómo lo han resuelto los dos animales de la secuencia, parándola nuevamente en el instante en el que caen al río, momento en el cual se recogerán las impresiones del alumnado:

- *¿Qué método han usado estos dos primeros animales? (Por las malas)*

- *¿Creéis que lo han intentado en algún momento por las buenas? (No. Su actitud ha sido beligerante todo el tiempo. Se han enfrentado desde el primer momento, empujándose, esperando que sea el de enfrente el que ceda y no planteándose colaborar o ayudarse).*
- *¿Qué os parece la actitud que han tenido cuando los animales pequeñitos han venido a pedirles por las buenas que se retiren? (No han sabido estar a la altura y han hecho uso de su fuerza sin atender a nada más).*
- *Qué creéis que se puede hacer en un momento en el que alguien abusa de nuestras buenas intenciones o quiere ir por las malas cuando estamos yendo por las buenas?*

Aprovechar el momento para comentar que esto, a veces sucede en la realidad y que frente a esta situación existen dos malas opciones: adquirir una actitud pasiva y/o agresiva, frente a la más adecuada: la asertiva (defender los propios derechos y procurar que no se produzca el abuso).

En la secuencia en particular, aunque entendemos que los dos primeros animales han abusado de los segundos, no podemos estar de acuerdo con la manera de resolverlo, que es tirar a los primeros del puente. Es cierto que ellos lo han hecho muy mal al principio, pero cuando los segundos lo hacen igual de mal se ponen al mismo nivel.

Este extremo proporciona un buen trampolín para una de las posibles maneras de resolver el problema por las buenas: pedir ayuda.

### 2ª Fase

Uno de los grandes escollos a resolver en la infancia es saber manejarse ante ciertas situaciones en las que la persona agredida o abusada necesita ayuda y no la pide por miedo a "chivarse". Esta fase se inicia preguntando al alumnado qué es para él un chivato o una chivata.

Una vez tomada la temperatura respecto a este tema, es el momento de introducir un matiz importante:

- Cuando alguien cuenta algo de otras personas que no le importa ni le incumbe y solo lo hace para molestar, eso es ser chivato.
- Cuando a una persona le están haciendo algo malo y se queja a otra más mayor o que puede ayudarle, esa persona es inteligente y está pidiendo ayuda.
- Cuando a una persona le están haciendo algo malo y otra avisa para que puedan ayudarle, esa persona es inteligente y está pidiendo ayuda.

En ese sentido, descargarles sobre este tema es muy importante, porque de hecho cuando este asunto no está claro, el abuso de unas personas sobre otras es mucho más fácil al quedar oculto o impune.

### 3ª Fase

La actividad finaliza con la visualización completa de la secuencia y poniendo atención a la forma en la que los dos animalitos finalmente resuelven el problema de pasar por un puente que es demasiado estrecho.

Se abre un breve espacio para reflexionar sobre lo que ha significado para los dos protagonistas poder colaborar: se han tenido en cuenta el uno al otro, han tenido una actitud generosa al mostrar iniciativa y ser el primero en ayudar al otro y finalmente ambos han conseguido su propósito, que era pasar al otro lado.

Por último, se recopilan las ideas principales enfatizando los beneficios prácticos de la colaboración, aunque esta actitud pueda suponer un cierto esfuerzo.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Utilizar el role-play para poner en práctica el "actuar por las buenas", es decir, utilizando la colaboración, negociación y generosidad.

Algunas de las situaciones a representar podrían ser (aunque es preferible que sea el alumnado el que las proponga):

- Habéis comprado una caja de dulces, pero solo queda uno y sois dos personas. ¿Qué haríais?
- Habéis quedado para ir al cine, pero no os ponéis de acuerdo con la película. ¿Qué hacéis?
- Tenéis que hacer un trabajo para clase, pero no todos estáis rindiendo igual. ¿Cómo lo resolvéis?

**TÍTULO:**

## JAMMER AND POP: THE CHOICES I MAKE

**AUDIOVISUAL**

**TOPIC**
Decision-making.

**CURRICULAR AREA**
Foreign Language: English.

Lexicon: 'Actions' – eat a croissant, help parents, play in the yard, make dinner
Text production: Writing based on a model/structure, e.g. "I make choices every day, I choose what... and what ..."

**SCHOOL CONTEXT**
Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**
8 to 10 years old.

**SUMMARY**
The song highlights how we are constantly choosing between different options—such as what food to eat or what attitude to adopt toward our studies—and whether or not to help our parents with household chores. It also explains how good we feel when we make a decisions based on what's truly best for us.

## THEORETICAL BASIS

Decision-making means selecting one option from those available. In daily life, this process often happens automatically, so we rarely reflect on why we made a particular choice or what short-, medium-, or long-term consequences it might have.

## PURPOSE

This activity aims to make the concept of decision-making more accessible to students through the song and a brainstorming exercise. It introduces the idea that our choices are not only based on what we want, but also on responsibilities and how our decisions affect others. The activity emphasises effort, empathy and consideration for others.

## LESSON PLAN

### Stage 1

Start by reading the lyrics carefully and discussing the following questions:

- When do we make choices? Share examples with the class.
- How should we make choices?
- What is a tough choice?

This is a good moment to explain that decisions aren't always based on what we want, but on what is genuinely good for us, our responsibilities, or how our choices affect people we care about. Use examples from the song:

- Choosing a carrot instead of a croissant because it's healthier.
- Tidying up your room even if you feel lazy, because it helps your parents.
- If you choose what's best for you, how will you feel?
- What does 'mean' mean? When are you mean? Would you like to be mean? If not, what should you do?

Then, listen to and sing the song.

### Stage 2

After analysing the lyrics, bring decision-making closer to the pupils by asking them to brainstorm daily decisions. Start by reviewing Jammer and Pop's examples:

- Eat a carrot or a croissant.
- Work hard to get an A or play in the yard.
- Help parents make dinner...

Choosing just one option from several isn't always easy. Introduce a "Tough Choice" card and ask students to place it next to situations from the brainstorming that they find particularly difficult. In groups or individually, have them explain their reasoning.

### Stage 3

To wrap up, students learn and sing the song again and may even develop a choreography for it together.

## CONTINUATION PROPOSAL

Encourage students to create similar songs in groups by replacing certain parts of the original lyrics with new examples of decisions from their brainstorming or any others they come up with. Depending on their English level, they could substitute single words, phrases or entire verses.

**TÍTULO:**

## ROSA THE RABBIT TAKES RESPONSIBILITY

**AUDIOVISUAL**

**TOPIC**
Decision-making.

**CURRICULAR AREA**
Foreign Language: English.

Lexicon: Verbs – to feel sorry, to forgive, to tell the truth, to take responsibility, to accept a mistake, to say sorry, to make up a mistake, to stay out of trouble, to think
Syntactic-discursive content:
Communicative function – apologising: I'm sorry, It's my fault. What can I do for you? How can I make up my mistake?

**SCHOOL CONTEXT**
Bilingualism.

**RECOMMENDED AGE**
8 to 10 years old.

**SUMMARY**
Rosa and her friends are bored at a party because the adults are busy talking. Rosa suggests playing hide and seek. During the game, the smallest bunny hides behind some flowers and accidentally ruins them. When the garden owner sees the damage, she is very sad. Eventually, the bunnies take responsibility and repair the garden to make the owner happy again.

## THEORETICAL BASIS

We consider honesty a fundamental value in accepting the consequences of our decisions. Acting based on what has truly happened, without blaming others or external causes, allows us to maintain meaningful relationships, such as friendship. Everyone makes mistakes, but when those mistakes affect others, taking responsibility with honesty and apologising makes it easier to preserve those relationships.

## PURPOSE

After the teacher reads the story, pupils will reflect on what it means to accept responsibility for our actions. The emphasis will be on minimising potential harm to others through prior reflection, and the need to apologise when harm is caused. Vocabulary and structures for accepting mistakes and apologising in English will be introduced.

## LESSON PLAN

### Stage 1

The teacher tells the story but stops before the ending. In small groups, pupils will create their own ending for the story. Visual aids should be used to support comprehension. These can be found on the website linked in the resource.

Pupils may initially create endings in Spanish; the teacher should provide vocabulary and expressions in English as needed. Emphasis should be placed on vocabulary linked to responsibility and consequences. The teacher will note down key words and sentences such as:

- to feel sorry (I'm sorry).
- to apologise.
- to forgive.
- to tell the truth.
- to take responsibility (It's my fault).

The children's endings will reveal their understanding of honesty, acknowledging mistakes, and whether they recognise the importance of making amends. Each group will then present their chosen ending to the class.

### Stage 2

Discussion prompts:

- What does "being responsible" mean? (To accept mistakes, to say sorry, to make up for mistakes.)
- How can we apologise? (I'm sorry. It was my fault.)
- How can we make up for our mistakes? (What can I do for you? How can I make up my mistake?)

Then, reflect on preventive actions:

- How could we stay out of trouble? (By thinking before acting.)

Mistakes are part of being human. However, it is essential to understand the importance of thinking before acting to minimise the negative consequences of our actions.

### STORY TEXT

*Rosa was at a party with her family. She was having lots of fun!*

*But then the grown-ups started talking. Rosa and the other bunnies were bored.*

*"Let's play hide and seek," said Rosa.*

*Rosa found all of the bunnies, but she couldn't find the smallest one. "Let's look behind those flowers," said Rosa. "That's a good hiding spot."*

*The bunnies all ran to look behind the flowers. And there was the tiny bunny!*

*"Oh, no!" said Mrs Ortiz. "Who did this to my flowers?"*

### Proposed Ending

*Rosa and the other bunnies looked away. They didn't say anything.*

*"Do you know how long it takes for flowers to grow? Now they're ruined!" cried Mrs Ortiz. Rosa swallowed her fear and hopped closer to Mrs Ortiz. "I'm sorry," she said. "It's my fault."*

*The next day, Rosa and her family came back. They brought a new plant to put in the garden.*

*"When this plant grows flowers, I will think of you," Mrs Ortiz told Rosa. "I will think of how responsible you are by saying you're sorry and by bringing me a new plant. I'm proud of you, Rosa!"*

**TÍTULO:**

## ME QUEDO CON...

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Música.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Identidad personal.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
En este video de "El arrebato", escucharemos la canción de «Gente luminosa» en la que nos va contando quienes son las personas luminosas para él.

**REFERENTE TEÓRICO:** La música es una herramienta clave y esencial en la transmisión de emociones, así como una herramienta esencial en despertar sentimientos dentro de nosotros mismos. Howard Gardner cuando nos habla de las inteligencias múltiples, nos dice que la inteligencia musical es la habilidad para apreciar, discriminar, transformar y expresar las formas musicales y nos ayuda a escuchar y discernir sobre la misma.

**RAZÓN DE SER:** La canción nos despierta emociones muy diversas ante la gran cantidad de tipos de personas positivas que hay en el mundo. Una escucha atenta y proactiva tan necesaria para los niños de hoy en día tan hiperestimulados por mensajes de todo tipo que reciben a diario y en los que sus referentes no siempre son los mejores, puede propiciar un mejor cuidado de su identidad personal al hacerles ver quiénes pueden ser referentes positivos en sus vidas.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Comenzar la sesión preguntándoles:

Preguntar: "¿Qué os hace sentir 'luz' cuando estáis tristes o preocupados?". Escuchar respuestas breves. Podemos escribir en la pizarra del aula aquello vamos diciendo.

Explicar que trabajarán con la canción "Gente Luminosa" de El Arrebato, nombre artístico de Francisco Javier Labandón Pérez, que habla de personas que «encienden bombillas en el camino de los demás y que sacan lo bueno de él».

Introducimos el videoclip, intentando transmitirles la idea de que se pueden sacar muchas lecciones de vida de los tipos de personas que nos dice el cantante que iluminan el mundo.

### 2ª Fase

Escuchamos la canción.

Les pedimos que escuchen el mensaje que nos quiere transmitir el cantante. Hablamos en el grupo de ello.

Tras ello, les podemos pedir que realicen una segunda escucha, esta vez apuntando alguna frase o expresión que les haya llamado la atención.

Por equipos, tienen que escoger frases que les hayan llamado la atención de gente luminosa. Tras ello, intenten añadir frases a la canción. ¿Qué características tendrían las personas luminosas a su entender y que no se hayan dicho en la canción?

Lo pueden decir o cantar como grupo. Para ello, apagaremos las luces de clase y mientras lo hacen les podemos iluminar con una linterna ya que son acciones luminosas.

Finalmente, entre todos, podemos responder a esta pregunta:

"Yo enciendo bombillas cuando..."

### 3ª Fase

Les podemos dar a cada uno la fotocopia de una bombilla, o bien que la dibujen en la que escribirán un gesto luminoso que pueden hacer ellos en el cole y en casa y que la decoren con colores que den luz. Una vez terminadas las podemos poner por la clase con el fin de iluminar nuestra aula, o bien sacarlas al pasillo para que iluminen nuestro cole en forma de bombillas conectadas.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Dos propuestas:

- En vez de una bombilla, colorear dos: una para el cole y otra para casa, con el fin de al terminar la tutoría llevarla.
- Con las propuestas de gente luminosa crear una canción entre toda la clase. O bien, crear si se dispone de ordenadores una canción entre todos con IA, en cualquier página gratuita de creación de canciones.

**TÍTULO:**

## LA IMPORTANCIA DEL TRABAJO EN EQUIPO

**AUDIOVISUAL**

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**
Toma de decisiones.

**ÁREA CURRICULAR**
Educación Física.

**CONTEXTO ESCOLAR**
Convivencia escolar.

**EDAD RECOMENDADA**
8-10 años.

**SINOPSIS**
La trainera de Orio está en plena regata cuando una de sus remeras pierde la base de sustentación del remo y el propio remo. Tras unos momentos de incertidumbre y de no saber qué hacer se incorpora en su sitio y comienza a remar como las demás, sin remos claro está. Esta labor fue fundamental para que el resto del equipo mantuviera el equilibrio y ganara la regata.

**REFERENTE TEÓRICO:** El trabajo en equipo es fundamental en el deporte. La toma de decisiones en breves segundos o incluso en menos tiempo hace posible que un resultado sea positivo o no. Vigotsky dijo que lo que un niño puede hacer hoy en cooperación, podrá hacerlo solo... y que ello éxito de un estudiante contribuye el éxito de los demás.

**RAZÓN DE SER:** Despertar en estas edades el trabajo cooperativo es muy importante puesto que fomenta el valor de que todos somos importantes para conseguir un objetivo común. Los niños/as de estas edades tienen un fuerte impulso individualista que debe ser reconducido desde los talentos por que cada uno/a tiene hacia el bien común general.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

El educador introduce la actividad con un inicial comentario, formulando a continuación **preguntas de aproximación** al grupo de alumnos para centrar el tema del esfuerzo, la constancia y el éxito personal y social:

"A todos nos gusta que nos admiren por lo bien que hacemos algo. Pero tenemos que tener en cuenta que "para ello" necesitamos mucho tiempo de esfuerzo y constancia. Por otra parte, a veces la fama es exagerada por la televisión y las revistas. Por el contrario, muchas personas desconocidas hacen cosas muy bien y sin embargo no son famosas".

- Decidme personajes famosos de la actualidad. Pueden ser deportistas, cantantes, actores o políticos. ¿Por qué son famosos? ¿Qué admiras tú en ellos?
- ¿Cuánto tiempo creéis que necesitan de preparación práctica para que le reconozcan sus méritos?

Introducimos el audiovisual.

El educador/a pide a los alumnos que comenten la secuencia, formulando algunas preguntas para animar el inicial coloquio:

- *¿Pensáis que es difícil llegar a coordinarse tan bien?*
- *Si lo hacen tan bien, ¿creéis que pueden bajar su nivel de entrenamiento?*
- *¿Practicáis algún deporte colectivo en el que todos dependáis de todos para conseguir el objetivo?*
- *¿Qué os dicen los entrenadores, las entrenadoras sobre este tema?*

### 2ª Fase

Se desarrolla la siguiente **dinámica**: el educador comenta que a todos nos gustaría tener algo de fama y éxito. Eso es natural en las

personas, pero lo importante es que nos alaben por nuestros propios méritos, no por pequeñas o grandes exageraciones.

Se divide el grupo-clase por parejas, y mediante la técnica del **cuchicheo** deberán escribir cada uno algo de sí mismo que hagan muy bien ahora y que puedan mejorar en el futuro. Se les proporcionarán pistas: cantar, hablar bien, dibujar, correr, jugar al fútbol o a otro deporte, ser hábiles con alguna materia, tener buena memoria, hacer reír a los demás, etc. Cada uno compartirá con su compañero lo que le parece positivo de sí mismo, y se transmitirán entre sí otras posibilidades o capacidades personales.

En un segundo momento de la dinámica, cada pareja inventará una noticia que se refiera a ellos como alguien famoso en el futuro, pero siempre sin exagerar sus méritos. Se podrá orientar a los alumnos asesorando a las parejas o sugiriendo una *"Gran noticia"* (escribiendo el encabezamiento en la pizarra):

*"Ha llegado a la ciudad... (X), famoso..... Entre sus méritos están los siguientes:*

*..... En una entrevista ha dicho que quiere agradecer a..... por ..... Finalmente se despidió de todos recibiendo los aplausos de los allí presentes".*

Esta "noticia" no tiene por qué ser leída a todo el grupo, debido a la timidez de algunos niños de estas edades, pero al menos sí ser elaborada por las parejas de alumnos.

El educador cierra la actividad comentando que, como han visto, todos podemos encontrar lo mejor de nosotros mismos, para luego esforzarnos en practicar nuestras virtudes. Quizá algún día puedan ser famosos por ello, aunque no será siempre así, pero siempre quedará el placer de dominar un arte y ofrecérselo a los demás.

### 3ª Fase

Construimos un decálogo del trabajo en equipo.

Pensamos en equipo todas las cualidades buenas que tenían las remeras de esta embarcación.

A partir de ahí y con todo lo que hemos hablado escribimos un decálogo de lo que para nosotros/as serían las 10 normas básicas para ser un superequipo.

Las compartimos con los compañeros/as y finalmente las podemos colgar en un lugar visible del aula.

## PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Si practican deporte en equipos del colegio, pueden llevar su decálogo a su equipo para poder leerlo en el entrenamiento. Si se atreven, también pueden compartirlo con equipos externos al centro.

ACTIVIDADES

# BANCO DE HERRAMIENTAS AUDIOVISUALES

Para la promoción de competencias emocionales, sociales y creativas

EDUCACIÓN PRIMARIA | 8-10 AÑOS

FUNDACIÓN BOTÍN