

ACTIVIDADES

INFANTIL y 1^{er} C. PRIMARIA

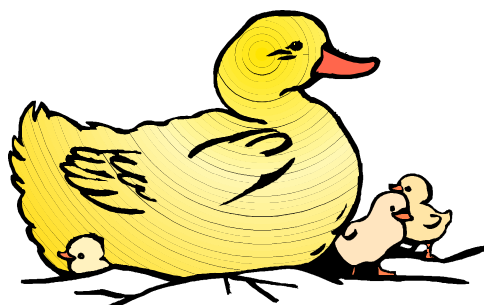


EL PATITO ENSAYA SU VOZ

Erase una vez un pato muy gordo.
Deseando conocer mundo, se escapó
de su casa y andando de un lado para otro
se encontró con un gato.

-¡Miau! - dijo el gato.

-¡Oh! - Exclamó el pato-. Eso me suena
demasiado bien.
Me parece que yo también lo puedo decir.



Pero...¿Creéis que el pato dijo Miau?

¡De ningún modo! lo intentó, pero lo más
que llegó a decir fue: ¡Miac, miac!
Y eso no sonaba bien. Era feo.
Entonces el pato, balanceándose al
andar, se fue y se encontró con un perro.

- ¡Guau, guau!

- ¡Oh! Ese ruido me gusta.
- Me parece que ese ruido yo también lo puedo decir.

Pero...¿creéis que el pato dijo guau?

Imposible. Quiso hacer como el perro,
pero solo pudo decir: ¡bac, bac!
¿Verdad que eso suena mal?
Y balanceándose al andar,
como hacen siempre los patos se fue.
Al cabo de un rato vio a un pajarito en un árbol.
Oyó que cantaba:

-¡Tuiit - tuiit, tuiit - tuiit, tuiit!
Era un canario.

- ¡Oh!, qué canto tan bonito! Yo también quiero cantar.
Pero...¿Creéis que pudo cantar?
Menos aún. ¡Si eso era más difícil!
Quiso hacer como el canario, pero sólo
pudo decir: ¡ Tuac, tuac! Y se fue.
Al cabo de un rato vio una vaca.

- ¡Mu-u-u! - dijo la vaca.

¡Oh! - pensó el pato - ese mugido es feo, pero yo lo puedo hacer.



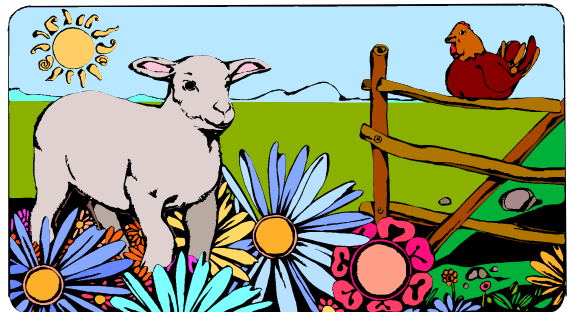
Pero...¿Creéis que el patito dijo Mu-u-u?
¡Imposible, imposible! Lo intentó y sólo consiguió decir: ¡Me-ec, me-ec!
Y esto no se parecía nada a lo otro.
Y el pato se puso muy triste
No podía hacer ¡miau!,
como el gato.
No podía decir ¡guau, guau!, como el perro.
No podía hacer ¡tuit-tuit!, como el pájaro.
No podía decir ¡mu - u- -u!, como la vaca.
Y se fue muy triste.
Al fin vio a su madre
que había salido a buscarle.

- ¡Cua, cua, cua,! - gritó mamá pato.
- ¡Qué bonito canto! - dijo alegre el pato-

Eso ya lo puedo decir yo.
¡Si es el sonido más bonito del mundo!
Y dando vueltas y vueltas cantaba:
¡cua, cua, cua!
Y lo hacía muy bien.

IMITAR LOS SONIDOS DE LOS ANIMALES

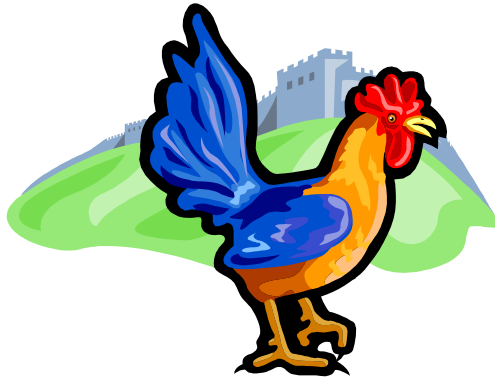
Consiste el juego en imitar los sonidos de los animales, después de haber dialogado con l@s alumn@s sobre como se comunican y qué nos permite diferenciar un@s de otr@s:



- El perro ladra: guau, guau...
- El gato maúlla: miau, miau...
- La vaca muge: muuuu, muuu...
- La gallina cacarea: cocoroco...
- El pato grazna: cua, cua...



UN GRILLO MUY PILLO



El gallo dice kikirikí, y la gallina cocorocó.
Pero el que canta una canción

es el granjero con su gran voz.

Cric, cric, cric
cric, cric cric.

El perro dice bup, bup, guau, guau
y los gatitos miau, marramiau.
Pero el que canta una canción

Es el granjero con su voz.

Estribillo

Los patos dicen cua, cua, cua, cua
y hasta las ranas hacen croac, croac.
Pero el que canta una canción
es el granjero con su gran voz.

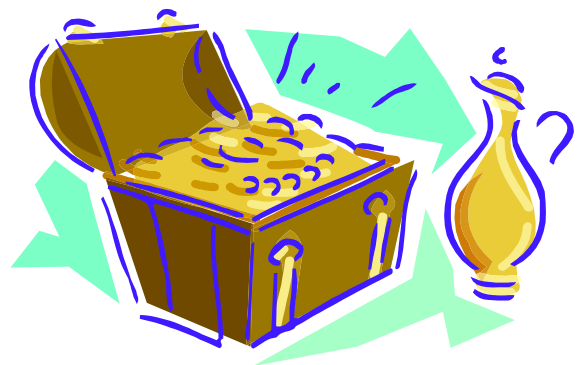
LA CAJA MÁGICA

Materiales: una caja cualquiera con un espejo dentro, que haga que quién mire en su interior vea reflejada su cara.

El/la tutor/a dice:

“Tengo una caja mágica. Dentro de ella está la cara de la persona más importante del mundo. ¿Quién quiere verla?”.

Se invita a l@s niñ@s a que se acerquen para mirar y se les pide que guarden en secreto lo que han visto hasta que tod@s hayan mirado dentro de la caja.



Cuando todos l@s niñ@s han pasado mirando dentro de la caja, se inicia un diálogo sobre la persona especial que vieron, en qué era especial, qué se puede hacer para ser especial...



SOPA DE LETRAS

Busca en esta sopa de letras cinco cualidades de las personas y escríbelas.

| | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | U | T | O | E | S | T | I | M | A | T | N |
| O | D | A | S | L | A | S | P | E | R | O | S |
| O | N | A | S | T | I | E | T | N | I | E | N |
| A | R | S | P | E | C | T | R | C | O | S | D |
| I | I | F | A | Y | U | D | A | E | R | E | N |
| T | T | E | S | U | N | R | B | A | S | D | E |
| O | R | T | R | A | O | S | A | L | A | S | P |
| R | A | E | F | B | E | R | J | E | N | C | I |
| A | P | S | A | Y | C | U | O | A | L | I | D |
| A | M | L | D | E | S | D | E | C | A | D | A |
| U | O | N | O | N | O | S | I | E | M | P | R |
| C | C | E | C | O | I | N | C | I | D | E | N |

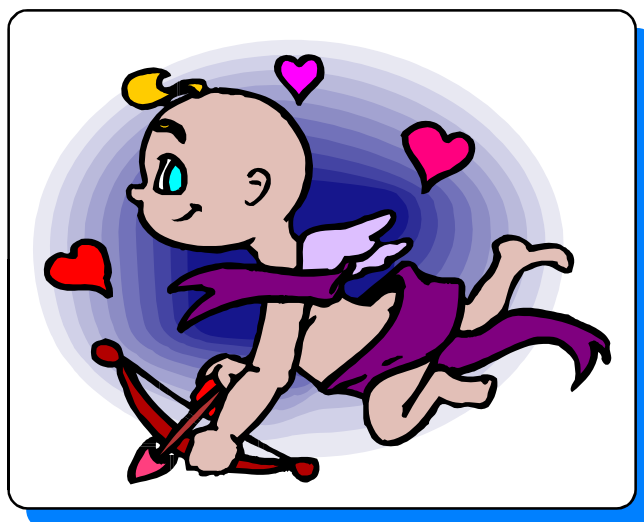
Después de buscar las cinco cualidades, animate a descubrir un mensaje oculto con las restantes letras.



2º y 3º C.
Primaria

Yo, Autoestima, Autoconcepto

Plan de Acción Tutorial: Gades



ACTIVIDADES

2º y 3º C. PRIMARIA



EL REENCUENTRO

Objetivo

Desarrollar la autoestima equilibrada a través de:

- Dimensión personal: el descubrimiento de los aspectos positivos de la persona.
- Dimensión social: la creación de un clima que favorezca las buenas relaciones entre tod@s.
- Dimensión trascendente.

-**Reencontrarse.** Hay que empezar de nuevo. Aprovechamos esta primera reunión para que el grupo se reencuentre, para crear un clima de comunicación, para ver la influencia que ha tenido el verano sobre cada un@, para ver las posibilidades que tenemos de cara al nuevo curso.

A) Ambientación:

Al entrar en la clase, l@s alumn@s se encuentran con el siguiente mural:

- V - Visitas
- E - Encuentros
- R - Reposo
- A - Acción
- N - Novedades
- O - Otras cosas: (Reflexión...)



B) Diálogo:

Tras los primeros momentos, se invita a entrar en el tema. Se trata de que cada un@ comunique su verano, según cada una de las palabras del mural. En la primera ronda cada uno dirá algo sobre la "V - Visitas". Y en las rondas siguientes sobre las demás letras.

"V - Visitas": ¿Qué lugares has visitado?. ¿Cuál te ha gustado más?. ¿Por qué?. ¿Te gustaría alguno de ellos para vivir?. ¿Por qué?.

"E - Encuentros": ¿Con qué personas te has encontrado?. ¿Has hecho nuevas amistades?.

"R - Reposo": ¿Has podido reposar, descansar?. ¿Qué horarios seguías normalmente?.

"A - Acción": ¿Qué cosas has hecho en el verano?. ¿Cómo valoras esas acciones?.

"N - Novedades": ¿Qué novedades has encontrado en esos meses de



vacaciones?.

“O - Otras cosas”: Reflexión: ¿Cómo te has relacionado con l@s demás?,...

Nota: Las preguntas indicadas son orientativas. Se han de adaptar al grupo concreto.

C) Revisión:

Con los elementos que se ofrecen es conveniente que l@s alumn@s con la ayuda del/la profesor/a sean capaces de criticar y evaluar su verano y el de sus compañer@s:

-¿ Qué cosas positivas y negativas ha habido?.

-¿ Qué valores han vivido?.

-¿ Qué fallos han constatado?.

-¿ Cómo a través de todo ello han crecido como personas?

Al finalizar la comunicación. Se concluirá con un pensamiento que resuma la experiencia del primer día.

IDENTIDAD PERSONAL

Ninguna persona es igual a otra, ni en su aspecto físico ni en su manera de pensar, de sentir, relacionarse con los demás...

Todos tenemos una identidad personal.

Esta identidad personal se va formando en base a las experiencias que vivimos y las valoraciones que recibimos de los demás. De todos estos factores se va formando nuestro **autoconcepto**.

El autoconcepto se puede definir como todo aquello que conoces sobre tu persona total: posibilidades, limitaciones, desarrollo corporal, comportamientos, logros escolares, sentimientos, etcétera.

La valoración que haces de todos los aspectos anteriores se denomina **autoestima**.

La autoestima puede ser positiva o negativa y determina en gran medida tu modo de vivir.

“Yo soy aquello que puedo imaginar que seré”.

“Yo soy aquello que puedo aprender para realizar una tarea”.



No olvides que todos estos aspectos de tu persona están siempre en desarrollo (fijate en la figura del escalador). Al igual que cambias en lo físico, también evolucionas y cambias por dentro, y lo que hoy puedas sentir como algo negativo, mañana puedes transformarlo en positivo. Acuérdate del cuento del patito feo.

Imagina que el cuadro de la página siguiente representa tu carnet de identidad. Rellena en él tus datos personales. Haz tu retrato en el hueco de la fotografía y coloca tu huella dactilar en el recuadro correspondiente. compara el resultado con el de tus compañer@s: ¿has encontrado una huella dactilar igual a la tuya? ¿has encontrado compañer@s que hayan escrito lo mismo que tú? ¿hay alguien que haya nacido el mismo día que tú? (...)

Podéis comentar todos estos detalles bajo la moderación de vuestro/a tutor/a.

| | |
|------------------------|---|
| <p>Autorretrato</p> | <p>Carnet de identidad personal</p> <p>Apellidos:.....</p> <p>Nombre:.....</p> <p>Fecha de nacimiento:.....</p> <p>Me gusto en:.....</p> <p>Fecha.....</p> <p>Firma</p> |
| <p>Huella dactilar</p> | |

Como habrás podido comprobar, no existen dos personas iguales, aunque podamos coincidir en muchas cosas. Cada cual tiene su propia identidad personal que va creciendo con nuestro autoconcepto y que puede ser influida por una autoestima positiva (felicidad) o negativa (infelicidad).

Para lograr conocerte mejor y procurar que tu autoestima sea totalmente positiva, vamos a realizar a lo largo de este curso una serie de juegos y actividades que te ayuden a lograrlo. **Te deseamos una feliz escalada.**



YO SOY

Es un juego adecuado para niñ@s de siete a diez años, que favorece la autoestima y la imagen de los demás; potenciando también la comunicación entre tod@s.

Material:

Cuartillas o folios con frases fotocopiadas, lápiz y goma de borrar.

Los folios tienen frases como:

Yo soy valiente porque una vez...

Yo soy fuerte porque una vez...

Yo soy alegre porque una vez...

Yo soy divertido porque una vez...

Yo soy...

Yo soy...



Procedimiento:

Se coloca a l@s niñ@s en círculo y se les explica que van a escribir lo que les ocurrió una vez. Sólo necesitan elegir una o dos frases, porque después cada un@ podrá explicarlo a l@s demás. Se reparten los folios, se van leyendo las frases para facilitar su comprensión, y si fuese preciso se ponen ejemplos. También se dice que no necesariamente hay que limitarse a las frases de las fotocopias, sino que pueden escribir las que quieran al final.

Cuando tod@s hayan acabado se inicia la puesta en común, que es lo realmente importante para ofrecer la oportunidad de verbalizar ante l@s demás el propio yo.

EL CUENTO DE LA CEBOLLA

En un país oriental, donde ocurren tantas cosas bellas y se sueña despierto, había un huerto que hacía las delicias de vecinos y extraños.

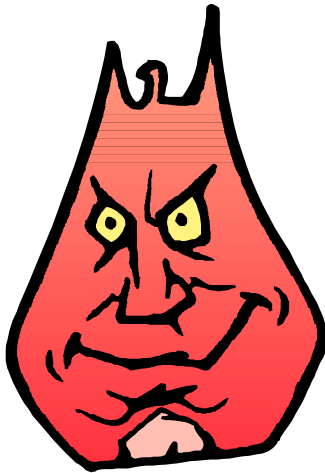
Las cebollas son hortalizas muy apreciadas por el hombre a causa de las múltiples aplicaciones que tienen para hacer más agradable la vida. Ellas, sencillas y humildes, guardan el secreto en su corazón.

Las cebollas, acompañadas de otras hortalizas frondosas y frescas, crecían en el huerto donde los árboles frutales, con sus frutos limpios y coloreados abrían el apetito al más austero penitente. Las plantas que crecían espontáneamente tapizaban el huerto, al tiempo que conservaban su frescor. Los pájaros con sus trinos ponían la nota clave para completar la armonía del huerto.

Inesperadamente empezaron a nacer cebollas especiales, cada una de un color,



de un brillo y de unas irradiaciones propias.



Ante tan extraño cambio de las cebollas, se interesaron por descubrir el secreto; y sus constantes trabajos dieron con él. Cada cebolla tenía en su corazón una piedra preciosa, causa de sus vistosos y radiantes colores.

No se aceptó esta coquetería de las cebollas, y se pensó que se trataba de presumir, de salirse de lo común...

Las espléndidas cebollas tuvieron que renunciar a su vistosa ornamentación.

Pasó por allí un sabio que entendía muy bien el lenguaje de las cebollas y dialogó con ellas. A todas les hacía la misma pregunta:

- ¿Por qué ocultas bajo tantas capas lo más bello de tu ser?

- Me han obligado a ello. Empecé a echar una capa, no parecía suficiente, eché la segunda, todavía no estaba segura. Eché la tercera, me pareció eficaz el procedimiento y así fui superponiendo capas.

Algunas cebollas, las más tímidas, llegan a cubrir su corazón hasta con diez capas. Casi habían perdido la memoria de su aspecto primitivo.

El sabio se echó a llorar. La gente pensó que llorar ante una cebolla a quien descubrimos el corazón es de una sensibilidad admirable.

Así continuaremos los hombres y las mujeres, dejando caer las perlas de nuestros ojos ante las cebollas, cuando separemos sus protectoras capas.

PROPUESTA DE ACTIVIDADES

- ¿Qué hechos o acontecimientos obligaron a la cebolla a ponerse capas?. ¿Por qué?. Sacar consecuencias.
- Identificaos con un personaje del cuento. Cebollas, sabio, otras hortalizas... ¿Cómo actuaríais? ¿Por qué?.
- ¿Cuáles son vuestras piedras preciosas? ¿Cuáles son vuestras capas? ¿Cómo podéis quitarlas?
- Manualización y/o dibujos sobre las cebollas.
- Dramatización del cuento, cambiando algo y explicando el porqué del cambio.



MIS MANOS

En la parte posterior de este folio vas a dibujar cuidadosamente tus manos. Puedes ayudarte de un/a compañer@ que resiga el contorno de las mismas con un lápiz.

Una vez tengas el dibujo de ambas manos, vas a escribir en la izquierda lo que tú esperas recibir para este curso del grupo. Y en la mano derecha vas a escribir lo que tú esperas dar al grupo. No pienses en cosas materiales, si no en valores de tipo ético (amistad, cooperación, compañerismo, generosidad, alegría, respeto, convivencia,...).

Una vez, tod@s hayáis acabado esta actividad podéis consensuar entre tod@s lo que se ha escrito en cada mano, comentarlo, buscar maneras de conseguirlo, cómo anular lo que puede evitar su consecución, etcétera.

POR UN DÍA

Este ejercicio, propio para los últimos años de primaria, estimula la autoimagen, el sentido de la libertad y la comunicación.

Material: Una cuartilla por participante, lápiz y goma.

Procedimiento: Se reparten las cuartillas, una vez que l@s alumn@s se han sentado en círculo. Se les pide que piensen durante dos minutos y que después escriban en la cuartilla, para no olvidarlo, todo aquello que por un día podrán hacer. "Imaginad que por un día podemos hacer lo que queramos: nadie nos va a reñir, ni se va a enfadar, ni nos lo van a impedir. ¿Qué haríais? Pensadlo y escribidlo sin miedo hasta que yo os dé la señal de terminar".

Pasado el tiempo de pensar y escribir, libremente y por turnos, cada cual leerá o explicará lo que haría. L@s compañer@s pueden hacer preguntas o comentarios. Por su parte, el/la profesor/a se abstendrá de hacer juicios de valor y simplemente hará de moderador, permitiendo que tod@s se expresen libremente.

CUESTIONARIO DE AUTOIMAGEN

En las cuestiones que te proponemos a continuación vas a analizar con SINCERIDAD, como te ves a ti mism@. Responde pensando que no hay respuestas "buenas" o "malas" y expresa siempre lo que de verdad sientes en cada situación.



Marca con una cruz (x) en la casilla correspondiente según te ocurra a ti CASI SIEMPRE, A VECES o CASI NUNCA lo que se indica en cada cuestión

| | Sí casi siempre | A veces | No, casi nunca |
|--|-----------------|---------|----------------|
| Tengo peor suerte que l@s demás. | 3 | 2 | 1 |
| Me gusta correr riesgos, aventuras | 3 | 2 | 1 |
| Soy limpi@ | 3 | 2 | 1 |
| Soy trabajad@r | 3 | 2 | 1 |
| Me siento triste | 3 | 2 | 1 |
| Soy sincer@ | 3 | 2 | 1 |
| Me dejo llevar por la pereza | 3 | 2 | 1 |
| Confío en resolver mis problemas | 3 | 2 | 1 |
| Me gustaría cambiarme por otra persona | 3 | 2 | 1 |
| Las cosas nuevas atraen mi curiosidad | 3 | 2 | 1 |
| Hago las cosas lo mejor que sé | 3 | 2 | 1 |
| Soy descuidad@ | 3 | 2 | 1 |
| Hago las cosas peor que l@s demás | 3 | 2 | 1 |
| Mi comportamiento es tímido | 3 | 2 | 1 |
| Mis compañer@s cuentan conmigo | 3 | 2 | 1 |
| Me cuesta mucho hablar en público | 3 | 2 | 1 |
| A l@s demás les agrada mi compañía | 3 | 2 | 1 |
| Mi padre y madre respetan mis sentimientos | 3 | 2 | 1 |
| Renuncio con facilidad | 3 | 2 | 1 |
| Gasto bromas a mis amig@s | 3 | 2 | 1 |
| Mi padre y madre esperan demasiado de mí | 3 | 2 | 1 |
| Si tengo que decir algo, lo digo | 3 | 2 | 1 |
| Creo que l@s demás se burlan de mí | 3 | 2 | 1 |
| Me ven como alguien solitari@, aislad@ | 3 | 2 | 1 |
| Creo que si propongo algo, no aceptarán | 3 | 2 | 1 |



CORRECCIÓN DEL CUESTIONARIO DE AUTOIMAGEN

Suma los puntos correspondientes a cada una de las respuestas que has marcado y consulta la siguiente valoración:

- * Si has puntuado entre 25 y 29 tienes una IMAGEN EXCELENTE de ti.
- * Si has puntuado entre 30 y 40 tienes una BUENA IMAGEN de ti.
- * Si has puntuado entre 41 y 59 tienes una IMAGEN DE TI NORMAL, ACEPTABLE.
- * Si has puntuado por encima de 60, tienes MALA IMAGEN DE TI, te valoras por debajo de tus cualidades; deberías consultar con tu tutor o tutora e intentar conocerte mejor.

ME VALORO Y VALORO A L@S DEMÁS

Pensamiento:

“La facultad de amar y de admirar es el punto de partida para medir la grandeza de las almas elegidas”. (- Carlyle : “no hay hombre pequeño” -)

ACTIVIDAD: EL ESPEJO MÁGICO

Objetivos

- Crear un clima positivo de confianza y comunicación interpersonal en el grupo.
- Reforzar la imagen positiva de sí mism@ y de l@s demás miembros del grupo.

Desarrollo de la actividad: Grupo pequeño.

Tiempo aproximado: 30 minutos para un grupo de 6 a 8 personas.

Material necesario: Un espejo pequeño.

Orientaciones metodológicas:

Se trata de un ejercicio para realizar en grupo pequeño. No obstante, y dependiendo del clima y la situación del grupo, podría también realizarse con la clase entera.

Primera parte

1. El/la tutor/a introduce el juego. Se puede hacer alusión al cuento del Blanca Nieves y su frase famosa: “Espejo, espejo, dime: ¿Quién es la más hermosa del reino?”
En nuestro caso diríamos algo así como:

“ESPEJO, ESPEJO DIME LO QUE VES,
DIME LO QUE MÁS TE GUSTA DE MÍ”



2. Cada alumn@ debe mantener, por turnos, el espejo próximo a su oreja y pensar **LO QUE LE GUSTA DE SÍ MISM@**; es como si el espejo realmente se lo dijera. Deja el espejo, e informa al grupo sobre lo que el espejo "le ha dicho".

3. Pasa el espejo al siguiente miembro del grupo, por turno riguroso, y se repite la misma operación:

- Pensar en lo que más le gusta de sí mism@, como si escuchara al espejo.
- Informar de ello al grupo.

Segunda parte

1. Terminada la primera ronda, puede hacerse una segunda vuelta, de tal modo que el espejo diga a cada un@ **UNA CUALIDAD DE LA PERSONA QUE TIENE A SU DERECHA**.

Así van tod@s diciendo una cualidad del compañer@, siguiendo la dirección de las agujas del reloj.

2. Cuando tod@s han dicho la cualidad del compañer@ de la derecha, se entabla un diálogo en el grupo animado por el/la tutor/a:

- ¿Es esta la cualidad que tú más estimas en tí?; o bien. ¿hay otra cualidad distinta en que tu destacarías como más importante en tí?

3. A tener en cuenta...

a. Es importante que sólo se digan cualidades positivas. Es más se debería sacar la cualidad positiva más significativa de la persona de que se trate.

b. El/la tutor/a debe participar como un@ más del grupo.

c. Aunque el ejercicio está pensado para situaciones extraescolares, se puede realizar también en situaciones de grupo-clase.



EN CRECIMIENTO

Pensamiento:

"El esfuerzo es el impulso vigoroso y definitivo que hace posible al hombre convertir en realidad sus proyectos". (Bernabé Tierno)

Objetivos:

Clarificación de valores. Creación de un clima de confianza. Apreciar la incidencia del currículum escolar y la tutoría en el propio crecimiento personal.



Procedimiento:

a) TRABAJO INDIVIDUAL

- Breve explicación-coloquio del árbol que procede de una semilla y que gracias al oxígeno del aire, el agua, la tierra, abonos... crece y da frutos. Herencia y educación.
- Cada niñ@ imagina que es un árbol. Lo dibuja en un folio indicando en las ramas las cualidades que cree poseer.

b) GRUPO-CLASE

- En la pizarra dibujamos el “árbol de la clase” con las cualidades manifestadas por tod@s l@s alumn@s. (Para respetar la intimidad, al/la maestr@ puede haber dado la vuelta por la clase y anotar las cualidades más representativas).
- Completamos el árbol con otras cualidades que nos gustaría poseer (el/la maestr@ puede facilitar a l@s alumn@s un listado de cualidades de distintas categorías).

c) TRABAJO EN EQUIPO

- Dibujar el árbol de la pizarra en un folio.
- Consultando el índice de los libros de texto se señalarán en el árbol qué cualidades o actitudes fomentan todas y cada una de las áreas del currículum y la propia tutoría.