

Estar seguros • Ser fuertes

Actividades de seguimiento

Hora del círculo

Comenzar cada día con la hora del círculo es una parte muy importante de la enseñanza. Crea comunidad, se centra en los niños, los prepara para el día y refuerza el valor de cada niño. Es un momento donde los niños comparten lo que está pasando en sus vidas; desarrolla la confianza en uno mismo y la capacidad de hablar; construye asertividad. Con la hora del círculo como comienzo predecible de cada día, los niños ingresan a sus clases concentrados, tranquilos y con un sentido de pertenencia. Como explica Becky Bailey (2000), el objetivo del tiempo en círculo es "reunirse como grupo, conectarse entre sí... desconectar la respuesta al estrés y comprometerse a pasar un gran día aprendiendo y cuidándonos unos a otros".

Palabras agradables	ii
Juegos de emociones	ii
juego de apretón de manos	iii
Cuentas de emoción	iii

Estaciones y trabajo en grupos pequeños

Pulseras de la amistad	iv
Teatro de lectura	v
Clasificación y escritura de emociones	v
Caja de muñecas de papel	vi
Dibujos para colorear de marionetas	vi
Caja de palabras agradables	vii
Caja de arte de emociones	vii
Conexiones de literatura	xiii-ix

Materiales

- ☐ Tarjetas palabras amables

Preparación

Haga que los estudiantes se sienten en círculo. Empareje a los estudiantes y entregue a cada pareja una tarjeta de Palabras amables.

Palabras agradables

Actividad: Indique a los estudiantes que miren a su pareja, hagan contacto visual y se turnen para decirse palabras amables con voces fuertes y claras.

Modificación para prelectores: Los prelectores pueden hacer declaraciones amables entre sí sin usar las tarjetas, ya sea pensando en declaraciones por sí mismos o con indicaciones del maestro.

Nota: Esta es una gran actividad para comenzar el día. Haga que los niños se saluden y se digan frases como "Hoy va a ser un gran día" o "Estoy muy feliz de verte hoy". Esto ayuda a sus habilidades para hablar y comienza el día de todos de una manera positiva.

Materiales

- ☐ Tarjetas de emociones
- ☐ Contenedor o caja

Preparación

Corta las tarjetas de emociones y colócalas en un contenedor o caja. Pídeles a los alumnos que se sienten en círculo.

Juegos de emociones

Actividad: Selecciona un alumno para elegir una tarjeta de la cesta. Sin mostrarle la tarjeta a nadie, el alumno representa la emoción indicada allí. No se pueden utilizar palabras- solo expresiones faciales y lenguaje corporal. La primera persona en adivinar correctamente puede elegir la próxima emoción para el juego de personificación.

Materiales

- ☐ Reproductor de música
- ☐ Canción que sea alegre y divertida

Preparación

Elige una canción que sea divertida y alegre, y prepárala en el reproductor de música. Pídeles a los alumnos que se paren en círculo.

Juego de apretón de manos

Actividad: Cuando comienza la canción, los alumnos caminan alrededor y apretan las manos de los compañeros que puedan (asegúrate de que los alumnos utilicen el apretón de manos correcto, estableciendo contacto visual; demuéstalo previo a la actividad si es necesario). Pausa la canción de manera periódica. Cuando la música se detiene, los alumnos se congelan y no mueven un músculo ni hacen ruido. Cuando la música comienza de nuevo, los alumnos reanudan el apretón de manos. Continúa reproduciendo y pausando la canción hasta que termine.

Materiales

- ☐ 2 vasos o pequeños contenedores.
- ☐ Palitos de madera

Preparación

Escribe el nombre de cada alumno sobre el palito de madera. Coloca los palitos en uno de los vasos.

Cuentas de emoción

Actividad: Cada mañana, elige dos o tres nombres del vaso, y permíteles a esos alumnos decir algo que quieran compartir con la clase. A medida que los alumnos cuenten estas historias, anímalos a incluir descripciones de las emociones que sintieron. Después de elegir el nombre, coloca ese palito en un vaso separado para asegurarte que todos los niños tengan la posibilidad de compartir antes de comenzar nuevamente con todos los nombres.

Nota: Se pueden utilizar pequeños pedazos de papel en lugar de palitos.

Materials

- ❑ 1 trozo de hilo (lo suficientemente grande para la pulsera) para cada alumno.
- ❑ 2 o 3 cajas de cuentas de colores.

Preparación

Pídeles a los alumnos que se sienten en círculo. En el medio del círculo, coloca recipientes de cuentas coloridas. Deja 1 trozo de hilo (lo suficientemente grande para la pulsera) en frente de cada alumno.

Pulseras de la amistad

Actividad: En esta actividad, los alumnos practican diciéndose palabras agradables entre sí. A medida que se dicen palabras agradables, intercambian perlas de colores como una demostración de amabilidad. Los alumnos quedan con la pulsera de la amistad que muestra una colorida representación de las palabras agradables que se les dijeron. La actividad se podría adaptar para que sea un proyecto a largo plazo en el cual los alumnos continúan intercambiando las perlas coloridas cuando son amables entre sí.

Identifica a un alumno para que ser receptor. Dale tiempo a los otros alumnos para pensar en las palabras agradables para decirle al receptor. Los alumnos levantarán las manos para compartir sus palabras, hablándole directamente al receptor, y entregándole una perla colorida. Después de que cinco o seis alumnos han ofrecido sus palabras agradables, muévete alrededor del círculo hasta que cada niño tenga una posibilidad de ser receptor. (Si hay más de cinco o seis alumnos que quieren compartir sus palabras con el receptor, recuérdales que pueden continuar haciéndolo durante el día; deja las perlas donde los alumnos puedan tomarlas fácilmente para dárselas entre sí).

Si los alumnos tienen dificultad para pensar en qué decir, puedes utilizar las siguientes sugerencias como instrucciones:

- ¿Qué es lo que notaron lindo o interesante sobre el compañero de clase hoy?
- ¿En qué es bueno este compañero?
- ¿Qué es lo que te gusta hacer con este compañero?
- ¿Cómo te ha ayudado este compañero hoy o esta semana?

Materials

- ☐ Guiones del teatro de lectura
- ☐ Personajes pequeños montados sobre palitos de madera

Preparación

Haz copias de los Guiones del teatro de lectura, y coloca en un caja o recipiente con los marionetas.

Teatro de lectura

Actividad: Pídeles a los alumnos que lean los Guiones del teatro de lectura entre sí y los representen con los títeres.

Extensión opcional: Pídeles a los grupos que practiquen los guiones por unos días y presenten representaciones a la clase.

Modificación para pre-lectores: La maestra, el adulto que los ayude o el alumno que lee pueden leer los guiones en voz alta mientras los pre-lectores utilizan los títeres para representar el guión.

Materials

- ☐ Tarjetas de emociones
- ☐ Bolsitas
- ☐ Papel para dibujar
- ☐ Crayones o marcadores

Preparación

Prepara varios conjuntos de las *Tarjetas de emociones*, y clasifícalos en bolsitas. Coloca los materiales en un recipiente.

Clasificación y escritura de emociones

Actividad: Los alumnos clasifican un conjunto de Tarjetas de emociones de diferentes maneras, como marcar grupos de "emociones que sentí/no sentí," "emociones que me gustan/no me gusta sentir," o "emociones que muestro/me guardo". Estas son solo sugerencias—los alumnos pueden ser libres para clasificar de manera que tenga sentido para ellos.

Luego, los alumnos eligen una Tarjeta de emoción y dibujan una foto o escriben algún momento en que se sintieron así.

Materiales

- ☐ La persona, fotocopiado en card stock
- ☐ papel de construcción
- ☐ Recortes de tela
- ☐ Tijeras
- ☐ Pegamento, cinta adhesiva y/o adhesivo para manualidades

Preparación

Coloque todos los materiales en la caja con los patrones de muñecas.

Caja de muñecas de papel

Actividad: Los alumnos decoran las muñecas de papel utilizando la tela y los materiales proporcionados. Pueden ser creativos, añadiendo ropa, pelo, caras y accesorios. Lo importante es que los alumnos cubran de manera adecuada todas las partes privadas, como se explicó en la Lección 3. Verifica para entender y realiza preguntas mientras observas el trabajo de los alumnos:

- ¿Por qué cubrimos esas partes del cuerpo?
- ¿Está bien para ustedes tocar las partes privadas de otra persona?
- ¿Está bien para alguien más tocarlos a ustedes en esas áreas que están cubiertas?
- ¿Qué puedes hacer si alguna vez alguien te toca y no te gusta?

Materiales

- ☐ Páginas del Personaje, fotocopiadas varias veces
- ☐ Crayones o marcadores
- ☐ Pegamento y otros materiales de artesanía (como recortes de ropa, papel, hilo), si lo desea.

Preparación

Fotocopia las páginas del Personaje y colócalas en un recipiente junto con los materiales decorativos.

Dibujos para colorear de marionetas

Actividad: Los alumnos eligen una página de Personaje. Con el apoyo que se necesita, indícales a los alumnos que cuenten una historia sobre un personaje. Pueden decorar el personaje para ilustrar la historia e incluir palabras o una oración que la resuma. Anima a los alumnos a discutir cómo se comportó este personaje durante la presentación y cómo se sienten acerca de este personaje basado en las presentaciones.

Materiales

- ☐ Papel
- ☐ Tarjetas de notas or
Tarjetas de palabras amables
- ☐ Pegamento
- ☐ Crayones o marcadores

Preparación

Dibuja caras en papel en blanco y arrúgalas formando bolas. Escriba palabras amables en tarjetas de notas o imprima y recorte tarjetas con palabras amables. Coloque todo en la caja.

Caja de palabras agradables

Actividad: Haga que cada estudiante elija una pelota arrugada del contenedor y un juego de Tarjetas de palabras amables o tarjetas de notas. Los estudiantes dicen las palabras amables en su cara arrugada y lentamente deshacen el papel con cada declaración amable. Después de que el papel esté aplanado y la cara sea visible, los estudiantes pueden decorar la cara y pegar las palabras amables en la cara o escribir sus propias palabras amables en la cara.

Modificación para prelectores: Piense en palabras amables que los estudiantes puedan decir en la cara antes de comenzar la actividad. Escriba las frases de la lluvia de ideas en una hoja de papel grande con una pequeña ilustración al lado de la frase para ayudar a los estudiantes a recordar lo que dice y coloque el cuadro en el recipiente.

Materiales

- ☐ A Terrible Thing Happened de M. Holmes
- ☐ Gráfico de emociones
- ☐ Crayones o marcadores
- ☐ Tijeras
- ☐ Papel de construcción o papel de color

Preparación

Coloca todos los materiales en el recipiente, y ubícalos en un lugar tranquilo del aula.

Caja de arte de emociones

Actividad: Lea en voz alta a la clase Algo terrible sucedió. Esto se puede hacer antes de la actividad. Habla sobre las emociones que podría estar sintiendo el personaje. Durante la actividad, pida a los estudiantes que utilicen los materiales para colorear para ilustrar las emociones que mencionaron durante la discusión. Las emociones

Conexiones de literatura

Holmes, M. M. (2000). A Terrible Thing Happened. Washington, DC: Magination Press.

Sherman presencia una cosa terrible. Intenta olvidarlo, pero lo corroe. Se pone agresivo, enojado, tiene dolores estomacales, las pesadillas lo molestan y está todo el tiempo preocupado. Finalmente habla con un adulto de confianza a cerca de sus sentimientos y comienza a solucionar los problemas. Este libro refuerza el mensaje de contar y continuar contando que se presenta a través de Stand Strong • Stay Safe. La historia nunca cuenta qué fue lo terrible que vio Sherman, haciendo esto pertinente para cualquier suceso traumático experimentado por los niños, como (pero no limitado a): accidentes, violencia escolar, violencia doméstica, violencia pandillera, desastres naturales y abuso. Los niños que han experimentado cualquier tipo de trauma se relacionarán con Sherman. Además, al leer este libro, los niños que no han experimentado sucesos traumáticos pueden comenzar a entender el comportamiento de los compañeros que pueden estar haciéndole frente al trauma. Los maestros pueden utilizar este libro para abrir discusiones sobre temas difíciles o abordar episodios de violencia que pueden afectar el clima de la clase.

Spelman, C. (1997). Your Body Belongs to You. Chicago, IL: Albert Whitman & Company.

Este libro habla sobre límites. Como el autor explica en la introducción, es importante respetar los deseos de los niños después de haber sido tocado para que aprendan que solo ellos pueden elegir que los toquen. El tema principal del libro es que a veces se siente bien que los toquen, y a veces no; y los niños pueden decidir cuánto contacto les parece bien. Señala un punto fundamental que es importante hablar con un adulto de confianza si alguien alguna vez intenta tocar tus partes privadas. Los niños que no se enfrentan al abuso sexual absorberán el punto sobre límites personales. Este libro refuerza el mensaje sobre permanecer seguro del abuso sexual presentado en Stand Strong • Stay Safe.

Sanders, J. (2011). Some Secrets Should Never Be Kept. Victoria, Australia: UpLoad.

Esta historia perfectamente ilustrada aborda el abuso sexual pero lo coloca en un contexto de libro de cuentos al que los niños pueden prestarle atención. En esta historia, Albert es sexualmente abusado ("con cosquillas y tocando sus partes privadas") por una persona que conoce y que le agrada. Él encuentra consuelo cuando finalmente le cuenta a su madre, quien le recuerda que "no se deben guardar algunos secretos". El libro está diseñado para apoyar un mensaje sobre límites personales y abrir un diálogo con los niños sobre lo que pueden hacer si alguien viola esos límites. Este libro se puede utilizar por los padres para ayudar a guiar las discusiones de permanecer seguros contra el abuso sexual o por maestros que necesitan una manera de hablar con los alumnos directamente sobre el tema.

Conexiones de literatura (cont.)

Saltz, G. (2005). Amazing You: Getting Smart About Your Private Parts. New York, NY: Dutton Children's Books.

Este es un libro divertido con información sencilla sobre las partes privadas del cuerpo y de dónde vienen los bebés. Se utilizan diagramas y vocabulario médicamente preciso para describir los sistemas reproductivos, el cual proporciona respuestas claras a preguntas que los niños jóvenes generalmente se hacen. Este libro se puede utilizar como un recurso en la clase o recomendado a los padres que buscan maneras de discutir las partes privadas con sus hijos.

Palmer, P., & Rama, S. (2011). The Mouse, the Monster, and Me. Weaverville, CA: Boulden Publishing.

El libro ofrece estrategias para enseñarles a los niños sobre las habilidades de asertividad. Con sus imágenes coloridas y las actividades interesantes, este libro ayuda a los niños a entender los conceptos y aplicarlos en la vida real. Enseña a los niños sobre sus fortalezas y poder, sus derechos y responsabilidades, poder pedir lo que quieren, decir "No", aceptar las críticas, dar y recibir cumplidos y ser uno mismo. Cuando los niños saben cómo ser firmes, pueden construir relaciones felices y desarrollar un autoconcepto positivo.