

RETO 6B: CÁMARA Y ACCIÓN



Christian Pardiñas

Andrea Sáez

Asier Sanchez

Índice

Contenido

1. Introducción	2
2. Contextualización	2
2.1. Trabajar los equipos	2
2.1.1. Técnicas de formación de grupos.....	2
2.1.2. Técnicas de dramatización	3
2.1.3. Dinámicas de grupos	4
2.2. Decidir en equipos	26
2.2.1. Técnicas de discusión	27
3. Trabajo como tutores	31
4. Conclusión	50
5. Bibliografía	50

1. Introducción

Somos un grupo de educadores que tenemos por delante un reto en el que debemos trabajar la mejora en el clima del aula infantil mediante técnicas de grupos en la cual están incluidas las técnicas de formación de grupos, técnicas de dramatización y las dinámicas. También, trabajaremos las técnicas de discusión o intercambio de información.

Además, realizaremos una simulación donde trabajaremos una dinámica de resolución de conflictos para toda la clase.

Por último, como tutores elaboraremos una serie de mandalas con sus respectivas reflexiones para trabajar el equilibrio emocional.

2. Contextualización

2.1. Trabajar los equipos

Para realizar diferentes técnicas de grupo debemos saber que un grupo y un equipo no es lo mismo. Debemos saber que un equipo es un grupo de dos o más personas que interactúan, discuten y piensan de forma coordinada y cooperativa, unidas con un objetivo común. Un grupo en sí mismo no necesariamente constituye un equipo. Son muchos los distintos componentes que forman un equipo como el gerente y agentes. También puede ser un conjunto de personas coordinadas y con una meta a cumplir, beneficiarse.

En cambio, un grupo es un conjunto de personas, de un tamaño y una estructura determinada, que persiguen unos objetivos comunes compartidos y satisfacen sus necesidades y tienen una percepción colectiva de unidad.

A lo largo que pasa el tiempo en los diferentes grupos surgen varias fases:

- Fase de orientación: consiste en la toma de contacto entre miembro
- Fase de establecimiento de normas: existe una comunicación más fluida
- Fase de eficiencia y cohesión grupal: existe una comunicación abierta
- Fase final: aparecen los objetivos del grupo alcanzados

2.1.1. Técnicas de formación de grupos

Para formar los diferentes grupos existen diferentes técnicas. Algunas de ellas son las siguientes.

Método Oxford

El método Oxford sirve para crear grupos de forma aleatoria. Es una manera de romper los subgrupos de siempre y provocar que se trabaje también con otras personas del grupo general.

Se realiza de la siguiente manera:

1. Se determina el número de grupos que se quieren formar.
2. Se forman los grupos, para ello se van numerando las personas que componen el gran número.
3. Cuando terminen de numerarse los miembros se han de unir los "unos" con los "unos", los "dos" con los "dos", así sucesivamente hasta que todos los números estén formados en grupos.

Método Collage

Con el método collage, se pueden crear grupos de pares, de impares, de tríos, de parejas, etc. Para crear grupos con esta técnica se seguirían los siguientes pasos:

1. Se elabora una imagen o una frase en un papel (dos del mismo)
2. Se cortan en tiras o en trozos, se doblan y se mezclan
3. La segunda imagen repetido se repartirá en las diferentes mesas o txokos
4. Todas las personas deben coger una mitad
5. Al cogerlo deberán buscar su mitad en las imágenes completas puestas en los txokos.

2.1.2. Técnicas de dramatización

Para saber comprender a los demás existen diferentes técnicas de dramatización.

Role playing

Consiste en representar un papel ante una situación o algo concreto de la vida real. Actúan siguiendo el rol que se les ha asignado e intentan interpretarlo de la manera más vivida y auténtica posible. Algunas de las ventajas:

- Permite experimentar situaciones en un clima de riesgo limitado, ya que no se trata de una situación real
- Los participantes son conscientes de sus actos y de sus consecuencias
- Se potencia la empatía
- Permite conocer actitudes propias ante situaciones que pueden influir en la vida personal y profesional
- Es muy útil para trabajar habilidades y contenidos actitudinales

La inversión de roles

Consiste en un reemplazo mutuo entre dos personas. Algunas de las ventajas:

- Una visión del mundo, de las personas, de las circunstancias y de los acontecimientos desde la posición opuesta
- Verse a sí mismo desde el punto de vista de los demás
- Mayor comprensión y flexibilidad ante los puntos de vista de las demás personas, de sus necesidades y de sus motivos.

Soliloquio

Es un monólogo, consiste en hablar sin un interlocutor real presente que escuche. Se utiliza para que los espectadores conozcan los sentimientos y pensamientos del personaje. Las ventajas son:

- Facilitar el reconocimiento y la toma de conciencia de los sentimientos y pensamientos de la persona que lo protagoniza
- Permite que el protagonista conozca el punto de vista de las otras personas sobre el mismo asunto.

2.1.3. Dinámicas de grupos

Después de haber explicado las dos técnicas de grupos más importantes, explicaremos como llevar a cabo diferentes dinámicas.

Para ello hay que saber que el dinamizador/a es aquel que brinda acompañamiento y apoyo en un proceso formativo. Por lo general ofrecen asistencia a los alumnos y actúan como mediadores entre ellos y los profesores.

Los dinamizadores tienen un papel muy importante en el desarrollo del espacio. Se encargan de gestionar correctamente el buen funcionamiento del espacio, sirven de soporte y orientación a los participantes y estimulan el trabajo colaborativo. Sus funciones son:

- Gestionar un grupo de participantes
- Promover y motivar la participación de los miembros
- Trasladar a su grupo la metodología de trabajo
- Asesorar o resolver dudas que se generen
- Convocar al grupo para realizar encuentros en el espacio físico
- Proporcionar herramientas y pautas de trabajo

Para ser un buen dinamizador/a debe de:

- Ser una persona justa y equitativa
- Ser responsable

- Ser una persona motivadora
- Ser empático
- Ser asertivo
- Tener facilidad para relacionarse y crear contactos humanos
- Ser organizado
- Tener control de las emociones
- Saber mantener la autoridad y decisión en los momentos adecuados
- Ser amable y flexible

Existen diferentes tipos de dinámicas que pueden llevar a cabo los dinamizadores/as

➤ Presentación

Nombre de la actividad	Buscando pareja												
Objetivos	Favorecer el primer contacto entre los miembros de un grupo nuevo. Romper el hielo												
Edad	5 años												
Desarrollo	El animador reparte entre el grupo diferentes objetos (caramelos, piezas geométricas...) cada persona debe buscar a su pareja y presentarse.												
Duración	Lo que se tarde en formar las parejas y en que los niños se presenten.												
Material	Objetos diferentes (caramelos de colores, figuras geométricas de diferentes formas...)												
Evaluación	<p>¿Ha favorecido el contacto entre los nuevos miembros del grupo?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>¿Ha roto el hielo en el aula?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>												
													
													

Nombre de la actividad	Gesto paranoico												
Objetivos	Conocer a los demás miembros del grupo. Desarrollar la memoria, tanto oral como gestual. Aprender a respetar el turno y a escuchar.												
Edad	5 años												
Desarrollo	Crear e imitar gestos. Cada persona tiene que decir su nombre y a continuación hacer un gesto. A continuación, el siguiente tiene que decir cómo se llamaba al anterior, y repetir su gesto. Él también dice su nombre y realizar un gesto distinto y así sucesivamente hasta la última persona. El último tiene que decir desde el primero, los nombres de cada persona y sus gestos.												
Duración	Esta actividad durara lo que tarden los niños en hacer un gesto todos y cada uno de ellos.												
Material	No se necesitan												
Evaluación	<p>¿Han conocido a las demás personas del grupo?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>¿Han aprendido a respetar el turno y escuchar?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>												
													
													

Nombre de la actividad	La telaraña
Objetivos	Aprender los nombres. Iniciar un pequeño conocimiento del grupo.
Edad	5 años
Desarrollo	Todas las personas formaran un círculo, luego se seleccionara alguna persona al azar y ella tomara el principio del

	<p>estambre o ovillo de lana y lanzara el resto de estambre a algún participante que el elija pero antes de lanzarlo deberá decir su nombre, pasatiempos, intereses esto dependerá de las características que se utilizaran en la presentación al lanzarlo el otro participante debe repetir la presentación de su compañero y la propia y lanzar el estambre, quedándose también con una parte de él hasta llegar al último participante y lograr formar una telaraña el dirigente o moderador tomara la decisión de deshacerla siguiendo el mismo desarrollo pero ahora mencionaran los participantes otro dato como algo positivo sobre la persona a la que le regresara el extremo del estambre y así se continua hasta llegar a la primera persona que tiene el inicio del estambre.</p>						
Duración	Esta actividad durara lo que tarde en pasar el ovillo de lana por todos los niños.						
Material	Un ovillo de lana.						
Evaluación	<p>¿Han aprendido los nombres del grupo?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	El protocolo
Objetivos	Enseñar a trabajar en equipo. Conseguir individuos socialmente eficaces.
Edad	5 años
Desarrollo	El primer paso consistirá en dividir el grupo en subgrupos. Cada subgrupo tendrá el mismo número de integrantes. Se dejará un máximo de diez minutos para que todos los subgrupos piensen e inventen el saludo a representar. Y finalmente cada subgrupo representará su saludo, y practicarán su saludo con los otros subgrupos.

Duración	Esta actividad durara lo que tarden en pensar el saludo y representarlo.						
Material	No se necesitan						
Evaluación	<p>¿Han aprendido a trabajar grupos?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Tierra
Objetivos	Aprender los nombres de los componentes del grupo. Estimular la precisión en los envíos, lo cual implica que se desarrolle o potencie la capacidad física y la coordinación óculo-manual.
Edad	5 años
Desarrollo	<p>Los jugadores se ponen de pie formando un círculo, menos uno que se queda en el centro con una pelota en la mano.</p> <p>Posteriormente el que se encuentra en el centro le tira la pelota a uno de los que se encuentran alrededor de él, por lo que el grupo deberá decir al unísono cual es el nombre del que tiene el balón, a la vez que el grupo deberá rodear a la persona que posea el balón.</p> <p>Si el grupo no conoce el nombre del miembro que posee el balón, éste tendrá que castigar al grupo de alguna manera: Andar en círculo, sentarse en el suelo, andar en círculo a cuatro patas... y decirle al grupo cuál es su nombre.</p> <p>Posteriormente se reanuda el juego colocándose otro miembro del grupo en el centro.</p>
Duración	45 minutos

Material	Espacios libres sin obstáculo y una pelota u otro objeto para lanzar.						
Evaluación	¿Han aprendido el nombre de los miembros del grupo? <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>						
							

➤ Conocimiento y confianza

Nombre de la actividad	Botella loca						
Objetivos	Generar conocimiento y confianza en el grupo						
Edad	5 años						
Desarrollo	Los niños y niñas se colocan en pequeños círculos hombro con hombro, mientras que uno de los participantes se coloca en el centro del círculo. Con los ojos cerrados y los pies atados, se deja caer y uno de los participantes del círculo, tiene que cogerlo y volverlo a lanzar hacia otro de los participantes.						
Duración	30 minutos						
Material	Vendas para los ojos y los pies						
Evaluación	¿Han generado conocimiento y confianza en el grupo? <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Salir del círculo
Objetivos	Desarrollar la confianza grupal
Edad	5 años
Desarrollo	Todos los niños y niñas del aula están posicionados en círculo cogidos de la mano. Mientras tanto, habrá una persona dentro del círculo que tiene que intentar salir, pero no lo tendrá fácil, pues los integrantes del círculo tendrán que impedir que la persona que esté en el

	medio no pase. Lo tendrá que hacer agachándose, juntándose unos con otros... pero todo sin mover los pies del suelo						
Duración	30 minutos						
Material	Ningún material						
Evaluación	<p>¿Se ha desarrollado la confianza del grupo?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Directos de orquesta						
Objetivos	Conocerse y coger confianza en grupo						
Edad	5 años						
Desarrollo	Uno de los niños y niñas tendrá que salir de la sala donde se encuentre la clase, de modo que los demás mientras la persona elegida se encuentra fuera, tendrán que elegir a un "director" que realice unos movimientos y toda la clase tendrá que imitarlo. Una vez que la persona que esta fuera del aula entra, tendrá que adivinar quien es el director, si lo hace, el director será el que tenga que salir la siguiente vez.						
Duración	30 minutos						
Material	No se necesitan						
Evaluación	<p>¿se han conocido y cogido confianza?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	El balancín
Objetivos	Desarrollar el conocimiento y la confianza de un grupo por medio de la relajación
Edad	5 años

Desarrollo	Los niños y las niñas se colocan por parejas y se tienen que colocar hacia atrás unidos por las muñecas y con los brazos rectos. Mientras una flexiona las rodillas, el otro se estira y al subir la otra persona las va doblando.						
Duración	30 minutos						
Material	No se necesitan						
Evaluación	¿han desarrollado el conocimiento y la confianza? <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	La estrella						
Objetivos	Generar confianza al grupo						
Edad	5 años						
Desarrollo	Se ponen todos los niños y niñas en un círculo agarrados de las manos y con los pies juntos mientras que se van numerando:1,2,1,2... Cuando el educador o educadora dice 1, los que tengan ese número tendrán que echar su cuerpo para delante sin mover los pies y los números hacia atrás. Cuando el numero cambia se tendrá que hacer a la inversa.						
Duración	30 minutos						
Material	Ningún material						
Evaluación	¿han generado confianza? <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table>						
							

➤ Emociones

Nombre de la actividad	Observa las emociones
Objetivos	Identificar y expresar los sentimientos de alegría, sorpresa, tristeza y miedo.
	5 años

Edad							
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Indique al niño que observe la ficha y pregúntele que ve en ella. 2. Motivar al niño para que describa lo que ve utilizando vocabulario apropiado relacionado con los sentimientos. 3. Ayude y motive al niño para que intente leer el enunciado de la actividad, léala con él. 4. Tras realizar la ficha, pídale al niño que coloree la carita de acuerdo a cómo crea que lo ha hecho. 						
Duración	30 minutos						
Material	Página impresa de la actividad. Lápiz. Ceras de colores. Gometx						
Evaluación	<p>¿Han identificado y expresado los sentimientos?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Reconocer diferentes sentimientos
Objetivos	Reconocer, expresar y transmitir tus propios sentimientos. Reconocimiento de sentimientos y emociones en uno mismo. Expresión plástica de sentimientos y emociones.
Edad	5 años
Desarrollo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Indique al niño que observe la ficha y pregúntele que ve en ella. 2. Motivar al niño para que describa lo que ve utilizando vocabulario apropiado relacionado con los sentimientos. 3. Ayude y motive al niño para que intente leer el enunciado de la actividad, léala con él. 4. Tras realizar la ficha, pídale al niño que coloree la carita de acuerdo con cómo crea que lo ha hecho.
Duración	45 minutos
Material	<ul style="list-style-type: none"> • Página impresa de la actividad. • Lápiz.

	<ul style="list-style-type: none"> • Ceras de colores. 						
Evaluación	<p>¿Han reconocido, expresado e identificado sus sentimientos?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

➤ Autoestima

➤ Nombre de la actividad	Reparto de estrellas						
Objetivos	Mejorar la autoestima						
Edad	5 años						
Desarrollo	Los niños y niñas se sientan en el suelo en forma de círculo y tienen que decir algo positivo de cada una de las personas que participen y a su vez se les entregaran una estrella de papel. Al finalizar el juego es importante que preguntemos qué es lo que más les ha gustado, lo que menos y cómo se han sentido a lo largo de la actividad.						
Duración	30 minutos						
Material	papel						
Evaluación	<p>¿se ha mejorado la autoestima?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Caja de los tesoros
Objetivos	Descubrir lo únicos y lo especiales que sois
Edad	5 años

Desarrollo	Dentro de una caja el educador o educadora meterá un espejo y se le pedirá a cada uno de los niños y niñas que abran la caja y miren que hay dentro de ella, pero no tienen que decir nada hasta que todos los niños y niñas del aula miren lo que hay dentro. Después de que todos los hayan mirado lo que hay se les preguntará que creen que los hace únicos y especiales.						
Duración	30 minutos						
Material	Una caja y un espejo						
Evaluación	<p>¿han descubierto lo únicos y lo especiales que son?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Hoy te enseño yo						
Objetivos	Fomentar la autoestima						
Edad	5 años						
Desarrollo	Esta actividad trata sobre que todos los niños y niñas tendrán que realizar unos mini talleres. Los pequeños y pequeñas serán los encargados de realizar estos talleres a su gusto. Mediante estos talleres podrán enseñar cómo se hace un truco de magia, como dar muchos toques a un balón sin que se caiga, etc.						
Duración	30 minutos						
Material	Los materiales que los niños y niñas necesiten para cada taller						
Evaluación	<p>¿Se ha fomentado la autoestima?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Las gafas positivas						
Objetivos	Fomentar la autoestima						
Edad	5 años						
Desarrollo	El educador o educadora pedirá a los niños y niñas que hagan el gesto de ponerse las gafas imaginarias y muy especiales. En los folios cada niño y niña pondrá su nombre y esos folios irán pasando por todos los niños y niñas del aula, donde cada uno y una tendrá que poner algo positivo que tiene la persona a la que corresponde el folio.						
Duración	30 minutos						
Material	Folios y pinturas o bolígrafos						
Evaluación	<p>¿Se ha fomentado la autoestima?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	La silla caliente						
Objetivos	Fomentar la autoestima						
Edad	5 años						
Desarrollo	Esta dinámica consiste en que se coloca un niño o una niña del aula en una silla mientras que los demás tienen que ir pasando por delante de dicha persona y tiene que ir diciéndole algo positivo que tenga o que le sugiera.						
Duración	30 minutos						
Material	Una silla						
Evaluación	<p>¿Se ha fomentado la autoestima?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

--	--

➤ Cohesión y colaboración

Nombre de la actividad	Pies atados						
Objetivos	Unir al grupo						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>El juego consiste en hacer parejas y atarles el tobillo izquierdo de una de ellas con el tobillo derecho de la otra para que tengan que ponerse de acuerdo para caminar.</p> <p>A medida que pasa el juego deberán ir atándose por parejas de forma que se consiga una fila de todo el grupo</p> <p>El educador/a deberá dar ordenes</p>						
Duración	Lo que se tarde en realizar la fila de todo el grupo						
Materiales	Cuerda						
Evaluación	<p>¿Se han unido en grupo?</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Todos en forma
Objetivos	Unir al grupo
Edad	5 años
Desarrollo	<p>En esta dinámica el educador/a debe realizar una serie de papelitos en los que aparezcan palabras escritas y dividir al grupo en 2 de forma que primero jueguen unos mientras animan los otros.</p> <p>Una vez se escoja el papel deberán entre todos realizar la palabra que está escrita.</p>
Duración	30 minutos
Materiales	Papeles con palabras

Evaluación	¿Se han unido en grupo?					
	<table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					
						

Nombre de la actividad	Todos en forma						
Objetivos	Unir al grupo						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>En esta dinámica el educador/a debe realizar una serie de papelitos en los que aparezcan palabras escritas y dividir al grupo en 2 de forma que primero jueguen unos mientras animan los otros.</p> <p>Una vez se escoja el papel deberán entre todos realizar la palabra que está escrita.</p>						
Duración	30 minutos						
Materiales	Papeles con palabras						
Evaluación	<p>¿Se han unido en grupo?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Nudo humano
Objetivos	Unir al grupo
Edad	5 años
Desarrollo	<p>Los niños/as deberán colocarse de pie y en círculo cogidos de las manos.</p> <p>Sin cambiar de posición y sin soltarse las manos deberán enredarse mientras suena la música.</p> <p>Cuando se pare la música, deberán volver al sitio en el que empezaron sin soltarse las manos de forma que se comuniquen y se ayuden entre todos.</p>

Duración	Hasta que consigan volver al círculo						
Materiales	No se necesitan						
Evaluación	¿Se han unido en grupo? <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad							
Objetivos	Unir al grupo						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>Dividiremos la clase en dos grupos y se pondrán en fila.</p> <p>El primero de la fila tendrá un recipiente y el último de la fila tendrá un recipiente lleno de agua y un vaso de plástico.</p> <p>El último de la fila llenará el vaso de plástico con agua y se lo pasarán colaborando en grupo de forma que llegue el primero de la fila lo más lleno posible. Una vez se eche un vaso de agua en el recipiente vacío este deberá llegar al último y volver a realizar todo el proceso hasta que uno de los dos grupos consiga tener más agua.</p>						
Duración	30 minutos						
Materiales	No se necesitan						
Evaluación	¿Se han unido en grupo? <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>						
							

- Favorecer comunicación asertiva

Nombre de la actividad	La caja de los sentimientos						
Objetivos	Estimular la creatividad Favorecer la comunicación asertiva						
Edad	5 años						
Desarrollo	Este juego consiste en tomar un lápiz, un papel y resolver diferentes situaciones entre todos los niños/as de modo que el protagonista de la historia pueda resolver todos los problemas, pero siempre de manera pacífica. Entre todos deberán realizar una historia de forma que entre todos consigan realizar una historia asertiva.						
Duración	30 minutos						
Materiales	No se necesitan						
Evaluación	¿Se han comunicado asertivamente? <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> <td style="text-align: center;"></td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	El debate
Objetivos	Aprender a hablar asertivamente
Edad	5 años
Desarrollo	El dinamizador/a realizará una pregunta a toda la clase que será '¿Qué 3 cosas salvarías si la casa tuya se fuera a caer?' y les dará una lista de 10 cosas de las que tienen que elegir 3. Se repartirán unos papeles de forma que cada niño/a deberá elegir 3. Cuando todos hayan escrito se les deberá decir que tienen que elegir 3 entre todos de modo que tienen que hablar todos juntos de forma asertiva para que consigan salvar 3 cosas.
Duración	30 minutos
Materiales	No se necesitan
Evaluación	¿Han logrado hablar asertivamente?

Nombre de la actividad	NO						
Objetivos	Hablar asertivamente con el resto						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>El dinamizador/a tendrá un cartel que ponga NO y los niños y las niñas deberán realizarle preguntas que se puedan responder con un Sí o un No de forma que el dinamizador/a deberá responder todo el tiempo que NO.</p> <p>Los niños y las niñas deberán saber porque ha dicho esa respuesta hablando con el dinamizador/a asertivamente.</p>						
Duración	30 minutos						
Materiales	Cartel que ponga NO						
Evaluación	<p>¿Han conseguido hablar asertivamente?</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%;">  </td> <td style="width: 33%;">  </td> <td style="width: 33%;">  </td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	¿Qué harías si...?
Objetivos	Aprender a comunicarse asertivamente
Edad	5 años
Desarrollo	El dinamizador/a preparará unas tarjetas en las que pondrá diferentes situaciones como por ejemplo ¿Qué harías si alguien se colara? Y el niño o niña deberá decir que haría en esas situación de modo que

	les enseñemos a llevar las situaciones de buena forma.						
Duración	30 minutos						
Materiales	Tarjetas con situaciones						
Evaluación	<p>¿Han aprendido a comunicarse de buena forma?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

➤ Resolución de conflictos

➤ Nombre de la actividad	Si escuchas la canción, encontrarás la solución
Objetivos	Descubrir la importancia de la ayuda de los demás en la búsqueda de soluciones.
Edad	5 años
Desarrollo	<p>Los niños y niñas se sentarán en un rincón de la clase. Se pedirá un voluntario/a para empezar el juego que saldrá del aula y los demás esconderán algo en algún lugar de la clase.</p> <p>Cuando entre le explicarán que algo suyo ha desaparecido, pero que todos/as le van a ayudar a encontrarlo a través de una canción.</p> <p>Con la música de la canción popular: "Tengo una muñeca vestida de azul" cantarán lo siguiente: "Tienes un problema, / nosotros tenemos la solución/ busca, busca, busca/ que te ayuda esta canción".</p> <p>Cuando el niño/a que busca esté alejado/a de lo que han escondido, los niños/as cantarán muy suave; a medida que se acerque cantarán más fuerte. Cuando esté muy cerca cantarán muy fuerte.</p> <p>Finalmente, cuando encuentre su objeto, le darán un aplauso y el niño/a dará las gracias al grupo por haberle ayudado</p>

Duración	30 minutos						
Materiales	Objeto que esconder						
Evaluación	<p>¿Han conseguido ayudar a solucionar el conflicto?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Crecer como globos						
Objetivos	Aprender una nueva forma de relajarse ante el conflicto. Conseguir calmarse mediante esta técnica						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>Los niños y las niñas deberán estar de pie y con los ojos cerrados. Les mandaremos que cojan todo el aire que puedan y estiren los brazos para arriba como si fueran un globo hinchándose. Una vez hayan realizado esto, les diremos que expulsen el aire y que se encojan hasta tocar el suelo con las manos como cuando un globo se deshincha. Repetiremos esto 3 veces.</p> <p>Una vez finalizada la dinámica les preguntaremos si creen que esto podría ayudarles para relajarse cuando tienen un problema.</p>						
Duración	15 minutos						
Materiales	No se necesitan						
Evaluación	<p>¿Han conseguido ayudar a solucionar el conflicto?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Con ayuda es mejor						
Objetivos	Crear en el aula el hábito de solucionar conflictos positiva y asertivamente.						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>Los niños y las niñas deberán estar sentado en círculo. El niño o niña que empiece deberá tirar un dado de emociones y dependiendo de cual salga tendrá que contar algo que le ha sucedido con esa emoción de modo que todos los demás compañeros/as ayuden a solucionar el problema que haya tenido.</p> <p>Finalmente, el niño/a tendrá la opción de realizar un dibujo de aquello que ha contado al resto de la clase.</p>						
Duración	30 minutos						
Materiales	Dado de emociones						
Evaluación	<p>¿se ha creado un hábito de solucionar conflictos?</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> <td><input type="text"/></td> </tr> </table>				<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
							
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>					

Nombre de la actividad	Salir del círculo
Objetivos	Aprender nuevas formas de resolver conflictos
Edad	5 años
Desarrollo	<p>Los niños y las niñas se pondrán en círculos y se les explicará que una persona será la presa y el resto tendrán que impedir que salga del círculo que ellos formarán agarrándose del brazo.</p> <p>El dinamizador/a pedirá un voluntario de forma que este quede fuera del aula.</p>

	Mientras tanto uno de los dinamizadores/as estará con el grupo grande y les indicará que la persona que está dentro del círculo únicamente podrá salir si lo pide verbalmente.						
Duración	30 minutos						
Materiales	No se necesitan						
Evaluación	<p>¿Han conseguido utilizar una nueva forma de solucionar el conflicto?</p> <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>						
							

Nombre de la actividad	Sin salir
Objetivos	Ayudar a resolver el conflicto en grupo
Edad	5 años
Desarrollo	<p>Se realizará con una cinta adhesiva dos líneas de forma que se cree un banco estrecho.</p> <p>Los niños y las niñas deberán ponerse en el banco de forma que el primero deberá ser el más o la más bajita y el último o última deberá ser la más alta.</p> <p>En este juego deberá colaborar la profesora o el profesor de forma que vaya diciendo el orden en el que se tienen que ir colocando los niños y las niñas.</p> <p>Estos deberán ir colocándose poco a poco sin salirse de las líneas y deberán ayudarse entre todos.</p>
Duración	30 minutos
Materiales	
Evaluación	¿Han conseguido ayudar a solucionar el conflicto?

Para continuar, la dinámica que realizaremos en clase es la siguiente:

Nombre de la actividad	Acercando posturas
Objetivos	Fomentar el respeto en el conflicto
Edad	18-24 años
Desarrollo	<p>En una sala se coloca una hoja con “SI” en una pared y otra con “NO” en la otra de enfrente.</p> <p>Se coloca al grupo en el medio y si les pide a los integrantes que una vez escuchen la siguiente frase, tienen que elegir el “SI” si están de acuerdo y tienen que moverse hacia la pared del “SI”. Y si no están de acuerdo tienen que moverse hacia la pared del “NO”. Ninguno puede quedarse en el medio, aunque no esté totalmente a favor o en contra de la frase anunciada, debe elegir.</p> <p>Se les pide a los miembros de cada grupo que pronuncien las razones de su elección. Hacerlo sin entrar en debate y escuchando detenidamente los argumentos de unos y de otros.</p> <p>Se le pide a los miembros del grupo de “NO” que por cada argumento que estén de acuerdo, que den un paso hacia el medio de la clase. Se pide lo mismo a los miembros del grupo de “SI”.</p> <p>Cada grupo intenta convencer al otro con nuevos argumentos y cada vez que un miembro se siente convencido, da un paso hacia el medio.</p> <p>La dinámica termina cuando no hay nuevos argumentos. Se procede a repetir la misma con otra frase conflictiva.</p>
Duración	30-45 minutos
Materiales	Dos cartulinas
Evaluación	¿Han mantenido las formas?

Además, también realizaremos una actividad para controlarse a la hora de resolver conflictos.

Nombre de la actividad	Salir del círculo						
Objetivos	Aprender nuevas formas de resolver conflictos						
Edad	5 años						
Desarrollo	<p>Los niños y las niñas se pondrán en círculos y se les explicará que una persona será la presa y el resto tendrán que impedir que salga del círculo que ellos formarán agarrándose del brazo.</p> <p>El dinamizador/a pedirá un voluntario de forma que este quede fuera del aula.</p> <p>Mientras tanto uno de los dinamizadores/as estará con el grupo grande y les indicará que la persona que está dentro del círculo únicamente podrá salir si lo pide verbalmente.</p>						
Duración	30 minutos						
Materiales	No se necesitan						
Evaluación	<p>¿Han conseguido utilizar una nueva forma de solucionar el conflicto?</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 33%;">  </td> <td style="width: 33%;">  </td> <td style="width: 33%;">  </td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> <td style="height: 20px;"></td> </tr> </table>						
							

2.2. Decidir en equipos

Para decidir en equipo debemos de tener en cuenta las diferentes técnicas de discusión que hay.

2.2.1. Técnicas de discusión

Panel

Reunión de un grupo de personas expertas que se reúnen ante el público para dialogar sobre un tema asignado y han de dar respuestas a las preguntas de los participantes. Desarrollo:

- El grupo de especialistas interviene de manera dialogada.
- El moderador recoge las preguntas escritas que formula la audiencia.
- Una pausa permite a los especialistas conocer las preguntas y preparar las respuestas.
- Comienza de nuevo la discusión, centrada sobre las preguntas.
- El moderador hace la síntesis final.

Simposio

- Se trata de un conjunto de charlas, discursos o exposiciones verbales.
- Presentadas por un equipo de especialistas sobre diferentes facetas de un tema, a fin de integrar una visión completa.
- Después de las exposiciones se puede entablar un pequeño debate.
- Se puede asignar un tiempo para aclarar dudas y preguntas.

Ventaja:

- Permite la presentación sistemática de información de manera ininterrumpida.
- Permite obtener información especializada sobre un tema visto desde distintas ópticas o disciplinas.

Técnica del riesgo

- Es una técnica basada en las estrategias de simulación.
- Su objetivo es reducir o eliminar riesgos y temores manifestándolos libremente.
- Pretende discriminar lo subjetivo de lo objetivo con el fin de eliminar temores infundados.

Desarrollo:

- En una pizarra se escriben los temores que cada uno de los miembros ante la nueva situación.
- Con base en la lista, se discuten los posibles riesgos que comporta cada temor comporta.

Estudio de casos

- Se trata de estudiar o analizar un caso concreto que puede tener varias soluciones o alternativas.

Su desarrollo sigue las fases siguientes:

- Fase preliminar. La persona que conduce la técnica presenta el caso.
- Fase de análisis. Se analizan los hechos objetivamente con la información obtenida.
- Fase de conceptualización. Se formulan, de manera consensuada, los principios concretos de acción aplicables.

Asamblea

La asamblea se compone de un auditorio y una mesa directiva encargada de presentar el material a dicho auditorio, quien, a su vez, lo recibe y se encarga de ponerlo en práctica de acuerdo con los objetivos de la reunión.

Otro grupo que participa en las asambleas son los proyectistas, cuya función es la de considerar todos los aspectos de los problemas y/o logística de la reunión antes que la mesa directiva y el auditorio participen directamente.

Para realizar esta técnica, podemos apreciar los siguientes pasos:

1. El grupo elige a una mesa directiva formada por expertos que presenta al auditorio el material específico.
2. Se elige a un moderador. El moderador no pertenece necesariamente a la mesa directiva.
3. El auditorio recibe la información de una manera activa. Esto da lugar a diferentes tipos de discusiones, debates, paneles...
4. Se obtienen conclusiones generales de los debates y discusiones.

Corrillo

Esta técnica se utiliza al inicio de un curso o programa para que los alumnos y alumnas se informen a cerca de sus necesidades, intereses, problemas, deseos y sugerencias. El periodo lectivo es bastante útil para la intervención. Para ejecutar esta actividad, hay que tener en cuenta los siguientes pasos:

1. Los alumnos se dividen en pequeños grupos.
2. La división puede hacerse arbitrariamente o de acuerdo con intereses específicos de los alumnos.
3. Cada grupo pequeño nombra un coordinador que debe mantener activa la discusión sobre el tema, dando oportunidad a que todos participen y nombra a un secretario que registrará las conclusiones.
4. Los grupos comienzan la discusión, exposición de ideas o presentación de nuevos proyectos, etc., por un tiempo previamente determinado.
5. Una vez transcurrido el tiempo marcado, el grupo vuelve a integrarse y expone el material obtenido o elaborado por los grupos.

Cuchicheo

La técnica del cuchicheo se emplea dividiendo al grupo en parejas y ellos tienen que tratar un tema en voz baja. Se puede decir que es una forma reducida de la técnica de Philips 66. Los pasos que se tienen que seguir en esta técnica se explican a continuación:

1. El educador o educadora explica que cada una de las personas puede dialogar con el compañero que esté a su lado, sin necesidad de levantarse.
2. El diálogo simultáneo, de dos o tres minutos, se hará en voz baja intercambiando ideas para llegar a una respuesta o propuesta que será informada al profesor por uno de los miembros de cada pareja.
3. De las respuestas u opiniones dadas por todas las parejas se extraerá la conclusión general o se tomarán las decisiones del caso.

Philips 66

Mediante esta técnica que es muy difundida en todos los niveles educativos para comentar o evaluar contenidos, sirve para profundizar en el conocimiento que posee cada alumno sobre un tema.

En cuanto al seguimiento que se aplica para esta técnica, vemos que el grupo se divide en otros 6 grupos y ellos tienen que debatir sobre un tema durante 6 minutos y al finalizar el tiempo todos ponen en común.

El grupo debe lanzar todas las ideas que se le ocurran en relación con el tema expuesto. A partir de las diversas opiniones se podrá llegar, mediante común acuerdo, a una solución o definición concreta.

Debate

El debate consiste en la comunicación directa entre dos o más personas y además expresan su opinión sobre un tema, una cuestión o un problema, previamente propuesto.

Los debatientes deben saber sobre el tema, debido a que el debate que vayan a realizar tiene que tener información, opiniones o puntos de vista actuales.

Para llevar a cabo la siguiente técnica, se deben tener en cuenta los siguientes pasos:

1. Deben elegirse dos debatientes conocedores del tema, pero además capaces de mantener un diálogo vivo e interesante. Es preferible que ambos posean puntos de vista distintos, aunque no contradictorios.
2. Antes del debate, frente al conjunto de la clase, los dialoguistas se pondrán de acuerdo sobre la estructura de este, harán un esquema flexible de desarrollo que incluya los aspectos por tratar, el tiempo, los subtemas, un cierto orden, etc. Podrán preparar material ilustrativo para

usar en el momento oportuno (diapositivas, filminas, láminas, power point, etc.)

3. Un alumno o alumna designado fungirá como organizador, introduce el tema por tratarse, presenta a los expertos y explica el procedimiento que debe seguirse. Cede la palabra a los debatientes.
4. El debate da comienzo y se desarrolla de acuerdo con el esquema previamente preparado, lo cual no significa que cada uno "recite su parte", sino que, por lo contrario, que se entable una conversación animada, flexible, a veces incisiva, y teniendo siempre en cuenta la expectativa del auditorio.
5. Los debatientes deben evitar toda retórica, actuar cooperativamente, mantener la ilación del tema, aportando proporcionadamente, sin olvidar que no se trata de una "entrevista" sino de un diálogo informativo con responsabilidad compartida.
6. La duración del debate será la prevista (por lo común alrededor de 30 minutos), y luego el organizador puede invitar al auditorio a que se hagan preguntas.
7. El educador o educadora guiarán al conjunto de la clase para llegar a conclusiones generales.

Brainstorming

La técnica brainstorming es una herramienta estratégica creativa para la búsqueda de ideas y la resolución de problemas.

Aunque no hace falta un motivo para poner en práctica la lluvia de ideas, este tipo de técnicas son muy recurrentes cuando en un negocio o dentro un equipo de trabajo surge la necesidad de:

- Analizar la causa de un problema.
- Plantear soluciones alternativas o innovadoras.
- Fomentar la creatividad grupal e individual.
- Resolver un problema latente.
- Combatir la monotonía.
- Generar un ambiente de trabajo libre de tensiones.
- Liberar la creatividad de los equipos.

Mesa redonda

Un grupo de expertos (pueden ser alumnos) sostienen puntos de vista divergentes o contradictorios sobre un mismo tema el cual exponen ante el grupo en forma sucesiva.

Principales usos:

Útil para dar a conocer a un grupo de alumnos los puntos de vista divergentes o contradictorios sobre un determinado tema o cuestión. La mesa redonda ha sido difundida ampliamente por la televisión, donde, por ejemplo, políticos de diversos partidos exponen sus puntos de vista contradictorios acerca de un hecho o medida de gobierno.

Ventajas:

- La confrontación de enfoques y puntos de vista permitirá al grupo obtener una información variada y ecuaníme sobre el asunto que se trate, evitándose así los enfoques parciales, unilaterales o tendenciosos, posibles en unipersonal.
- Propicia la capacidad de los alumnos para seleccionar y manejar la información.
- Desarrolla la expresión oral de los alumnos y su capacidad para argumentar sus puntos de vista.

Desventajas:

- No participan de igual manera todos los alumnos, por lo que es necesario apoyar el curso con otras técnicas didácticas.

3. Trabajo como tutores

Además, como tutores hemos trabajado el equilibrio emocional a través de las mandalas. A continuación, os mostraremos las mandalas elegidas por cada uno junto con la reflexión.

MANDALAS



Christian Pardiñas Calderón

1ºEDIN

MANDALAS

La palabra “**mándala**” proviene de la India del sánscrito. Traducida significa “**círculo**”, pero el significado del mándala va mucho más allá de un concepto geométrico. Representa totalidad, estructura, centro, unidad, equilibrio, búsqueda de paz, es una relación de hábitos que te pueden conducir a la construcción de un modelo de estructura organizada. Describiendo tanto las realidades materiales como no materiales, el mándala aparece en todos **los aspectos de la vida**: los círculos celestiales que llamamos Tierra, Sol y la Luna, así como círculos conceptuales de amigos, familia y comunidad.

Estos son los beneficios de los mandalas:

- 1.- Fomentan la atención y la concentración.
- 2.- Favorecen el desarrollo de la psicomotricidad fina de manos y dedos.
- 3.- Promueven el bienestar interior del niño, al centrarse en una actividad placentera como es el hecho de pintar.
- 4.- Favorecen su creatividad e imaginación.
- 5.- Reducen el estrés y la ansiedad.
- 6.- Ayudan a desarrollar la paciencia, el tesón, la perseverancia y la constancia.
- 7.- Permiten que trabajemos conceptos geométricos: círculos, triángulos, cuadrados, estrellas, ...
- 8.- Posibilitan que introduzcamos nuevo vocabulario, de colores, formas, tamaños o emociones.
- 9.- Propician el aumento de la autoestima, al permitir que el niño cree algo propio y único.
- 10.- Estimulan su sentido estético.

Este mandala lo comencé pintando desde dentro hacia fuera y me gusto cual fue el resultado de este mandala. Mientras pintaba este mandala, desconecte de todo y me centre en el dibujo.



Este mandala lo comencé pintando desde fuera hacia dentro y en este dibujo mi objetivo era hacer sombras por eso ponía el color claro y oscuro juntos para hacer sombras. Mientras pintaba este mandala, estuve bastante relajado.



Este mandala también lo he comenzado desde dentro hacia fuera, la parte que más me ha gustado ha sido cuando he pintado las hojas y me he relajado bastante al pintarla.



Este mandala lo comencé pintando desde fuera hacia dentro y me ha quedado muy oscuro porque ese día que lo pinte fue un día en el que no estaba muy bien emocionalmente.



Este mandala lo he comenzado pintando desde dentro hacia fuera porque lo que más me llamo la atención de este mandala fue la cara y lo he pintado con estos tres colores (amarillo, naranja claro y naranja oscuro) porque quería que se pareciese lo máximo posible a un león. Con este mandala me he estresado bastante porque es el más complicado que he pintado.



En este mandala comencé pintando el delfín y luego seguí por el mar y en el mar utilicé azul oscuro y claro para que se asimilase lo máximo posible a el mar y con este mandala también me estrese bastante porque fue el ultimo que pinte y ya estaba cansado de pintar.



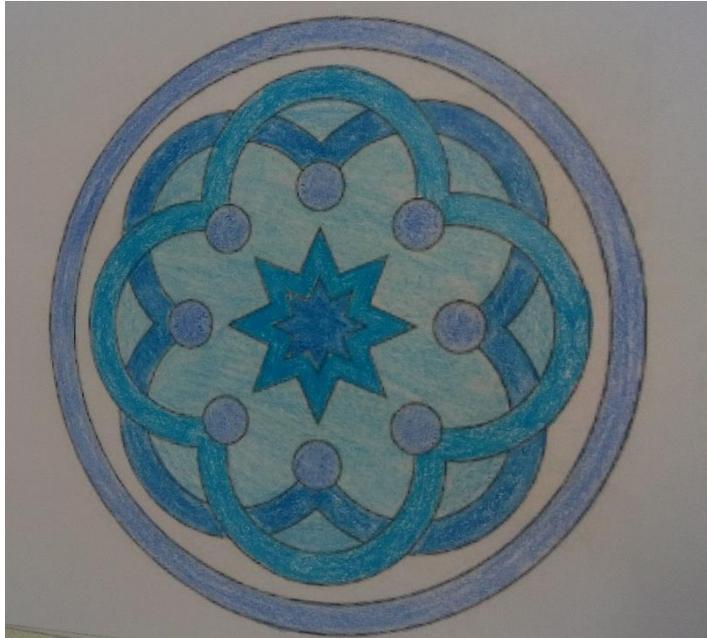
Este mandala fue el primero que dibuje y comencé pintándolo desde fuera hacia dentro y me costó bastante porque al empezar desde fuera me quede sin ideas al pintar la zona de dentro, pero me relajó bastante dibujarlo y lo empecé con ilusión ya que era el primero.



MANDALAS



Mandala es una estructura de diseños concéntricos que replican de alguna manera la composición fractal o repetitiva del Universo y de la naturaleza. Por ello, he realizado 7 de ellos para estimular la relajación y trabajar el equilibrio emocional.



Este fue mi primer mandala, se ve bien a la hora de las formas utilizadas. Quise reflejar que estaba relajada a través de diferentes tonos de azul. Me pareció muy sencillo y por eso decidí cambiar a la hora de realizar las siguientes.



En este mandala he querido reflejar a mi animal favorito resaltado en color rosa ya que es mi color favorito, seguido de verde y rojo que son los dos siguientes. Mientras he hecho este mandala me he sentido super agobiada ya que no he tenido uno de los mejores días y es por ello por lo cual, he reflejado en el lince el color clarito ya que he empezado el día bien pero por ciertos motivos lo he acabado un poco mal reflejándolo así alrededor.

He querido hacer un mandala de mi animal favorito porque creo que es un animal muy listo y con mucha fuerza y es algo con lo que me siento identificada.



En este mandala he querido reflejar casi todos los colores ya que me parece que juntando la mayoría de ellos se podría expresar bien la alegría. En este mandala también he querido reflejar que soy una persona muy ordenada por eso he intentado poner juntos los colores de los mismo tonos.

Haciendo esta mandala me he sentido muy agusto ya que me encontraba en un estado de animo muy bueno y lo he pintado con más ganas.



En este mandalas he querido reflejar la tranquilidad que sentia en ese momento y lo agusto que estaba conmigo misma utilizando colores tono pastel. Además, he querido realizar el mandala del búho que representa la buena suerte que es algo que yo necesito en mi día a día.



Este mandala es mi favorito ya que representa la mano de Fátima que representa buena suerte y lo he coloreado con dos de mis colores favoritos. Con el verde he querido reflejar la esperanza de conseguir cosas buenas en la vida y con el rojo he querido reflejar la fuerza que tengo que deseo tener en un futuro para todo lo que hago en la vida.

Pintando este mandala he estado reflexionando sobre diferentes aspectos de mi vida, así que puedo decir que este mandala me ha servido para reflexionar sobre mí.



Este mandala lo realicé en clase y creo que eso puede influir a la hora de pintarlo. Es bastante colorido porque fue un momento en el que me lo estaba pasando bien y estaba muy a gusto con los de clase.

Además, también he reflejado el orden con diferentes secuencias de colores y he incluido mi color favorito en una de las perlas interiores del dibujo.



Por último, en este mandala he querido reflejar un poco mi vida representada con mi inicial. En ella se pueden ver todo tipo de colores y tonos debido a que mi vida no es tan alegre como parece. Además, se puede ver bien que he utilizado colores oscuros porque no estaba pasando por un momento bueno y quedó reflejado.

Esta mandala la pinte en dos días para poder ver la diferencia de colores que utilizaría un día que estaba más alegre y se puede ver bien utilizando los colores más claritos.

MANDALAS



Como educador para trabajar el equilibrio emocional he realizado una serie de mandalas donde plasmaré sus respectivas reflexiones al lado de la foto de cada una de ellas. De esta manera sabré como me he sentido en el momento de realizar dichas mandalas.

Mandala 1



La emoción que he sentido al realizar esta mandala ha sido felicidad, pues después de tener un día complicado me ha servido como distracción. Asimismo, he elegido la forma de la tortuga ya que quería simbolizar la tranquilidad después de este día complicado. Además, debido a mi estado de ánimo, la mayoría de los colores son oscuros. Por último, cabe destacar que he realizado la mandala de fuera hacia dentro, lo que significa que he querido interiorizar mis emociones.

Mandala 2



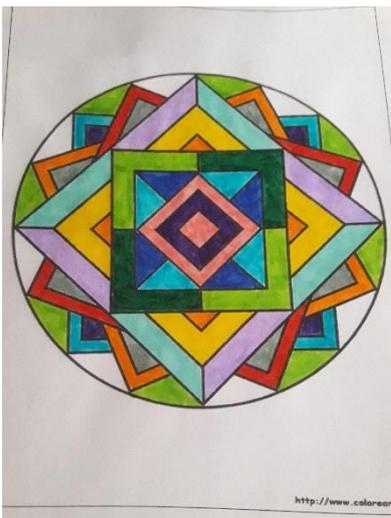
Esta mandala la he elaborado con colores vivos debido a mi estado de ánimo de ese momento, que era bueno. Además, lo que he sentido al pintar esta mandala ha sido tranquilidad, relajación y serenidad. Asimismo, he realizado la mandala de fuera hacia dentro, lo cual significa que he querido interiorizar mis emociones.

Mandala 3



Para hacer esta manda he utilizado diferentes colores, tanto oscuros como claritos, tanto llamativos como más desapercibidos, y esto es debido al desequilibrio emocional del momento. Mi estado de ánimo no era malo, pero tampoco estaba del todo bien. Lo que he sentido al realizar la mandala ha sido desconexión de la realidad y relajación. Asimismo, tengo que destacar que he pintado la mandala de dentro hacia fuera queriendo exteriorizar mis emociones.

Mandala 4



En cuanto a esta mandala puedo decir que por lo general he utilizado colores vivos y llamativos, pues cuando lo hice me sentía bien, alegre. La emoción que he sentido mientras realizaba la mandaba era felicidad y tranquilidad. Por último, he de decir que he elaborado esta manda de dentro hacia fuera queriendo exteriorizar mis emociones.

Mandala 5



Siguiendo con esta mandala, puedo decir que me pareció una mandala original y bonita. He utilizado colores vivos y claros para realizarla, ya que a parte de que los colores oscuros para esta mandala quedan mal, yo me sentía bien al realizar la mandala. Además, la emoción que he sentido al hacer la mandala ha sido relajación y tranquilidad. Asimismo, he realizado esta mandala de dentro hacia fuera, lo que quiere decir que he querido exteriorizar mis emociones.

Mandala 6



Esta mandala es mi favorita, me parece que es preciosa y original. Para pintarla he utilizado diversos colores, aunque predominan los llamativos y alegres. Al pintarla me he sentido muy bien, ya que como he dicho me gusta mucho esta mandala. Además, al realizar esta mandala he sentido felicidad, tranquilidad y relajación. Por último, tengo que decir que he hecho la mandala de fuera hacia dentro, lo cual quiere decir que he querido interiorizar mis emociones.

Mandala 7



Por último, he hecho esta mandala con forma de caballito de mar, ya que me aprecia más compleja que las demás y quería variar un poco el modelo de la mandala. Al realizarla he sentido estrés y malestar, pues era la última y además tenía huecos demasiado pequeños y poco visibles. Por ello, he usado tanta variedad de colores, debido a la inseguridad y al estrés que tenía al realizar la mandala. Para finalizar, he de decir que he realizado la mandala de fuera hacia dentro, queriendo interiorizar mis emociones.

4. Conclusión

Como conclusión a este reto debemos decir que nos ha parecido interesante debido a que hemos trabajado diferentes dinámicas que no sabíamos que existían. Además, también hemos conocido diferentes formas de formar los grupos.

Trabajar los mandalas nos ha parecido curioso debido a lo que transmiten y a como se representan.

Este reto tiene mucha importancia en educación infantil ya que, en un futuro tendrán que trabajar en grupos y colaborar entre todos. Además, tendrán que aprender a controlar o equilibrar sus emociones.

5. Bibliografía

Anónimo. Eumed.net. Recuperado el 7 de marzo de 2018 de <http://www.eumed.net/libros-gratis/2009b/558/LAS%20TECNICAS%20DE%20GRUPO.htm>

Anónimo. Centro de educación infantil Peñafort. Recuperado el 7 de marzo de 2018 de <http://educacioninfantilpenafort.es/el-trabajo-en-equipo-en-educacion-infantil/>

Díaz, Cova. Gestion.org. Recuperado el 7 de marzo de <https://www.gestion.org/trabajar-en-equipo/>

Maricela (2011). Técnicas grupales de aprendizaje. Recuperado el 7 de marzo de 2018 de <http://tecnicasgrupalesdelaprendizaje.blogspot.com.es/>

Alonso Santamaria, Marisa. GuiaInfantil.com. Recuperado el 7 de marzo de 2018 de <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/aprendizaje/ventajas-para-los-ninos-de-trabajar-en-grupo/>

Anónimo. Educapeques. Recuperado el 7 de marzo de 2018 de <https://www.educapeques.com/escuela-de-padres/role-playing-una-forma-divertida-de-aprender.html>

Anónimo. Animación sociocultural. Recuperado el 8 de marzo de 2018 de <https://animacionsociocultural.wordpress.com/2007/01/11/juegos-de-conocimiento-y-confianza/>

Anónimo. 2 profes en apuros. Recuperado el 8 de marzo de 2018 de <https://www.2profesenapuros.com/5-dinamicas-de-cohesion-grupal/>

Anónimo. Juegos y dinámicas de grupo. Recuperado el 9 de marzo de 2018 de <http://juegosydinamicasdegrupo.blogspot.com.es/p/cohesion.html>

Anónimo. Auladeideas. Recuperado el 9 de marzo de 2018 de http://aulaideas.com/blog/tipo/juegos_presentacion/

Torres, Sara. GuiaInfantil.com. Recuperado el 9 de marzo de 2018 de <https://www.guiainfantil.com/articulos/educacion/autoestima/juegos-y-actividades-para-fomentar-la-autoestima-en-los-ninos/>

Anónimo. 2 profes en apuros. Recuperado el 9 de marzo de 2018 de <https://www.2profesenapuros.com/5-dinamicas-de-cohesion-grupal/http://juegosydinamicasdegrupo.blogspot.com.es/p/cohesion.html>

Sevillano, Elena (2016). Recuperado el 10 de marzo de 2018 de https://elpais.com/economia/2016/03/17/actualidad/1458211539_319733.html

Anónimo (2014). Las dinámicas de Ro. Recuperado el 12 de marzo de 2018 de <http://habilidadesro.blogspot.com.es/2014/03/el-metodo-oxford.html>