

Viceministerio de Servicios Técnicos y Pedagógicos
Dirección General de Currículo

Hablemos de *Salud Emocional*

Nivel Primario y Nivel Secundario



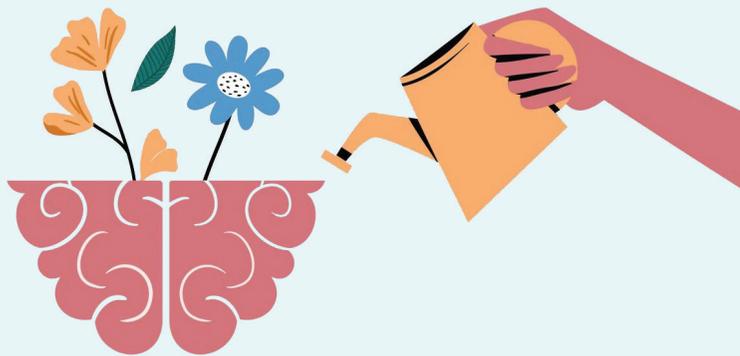
Santo Domingo, enero de 2023



Viceministerio de Servicios Técnicos y Pedagógicos
Dirección General de Currículo

Hablemos de salud emocional

Nivel Primario y Nivel Secundario



Santo Domingo, República Dominicana
Enero 2023

Título:

Hablemos de salud emocional

Producción:

Edell Escalante

Encargado Área de Ciencias Sociales.

Revisión:

Eileen Ramírez de Cabral

Dirección General de Currículo.

Corrección de estilo:

Dirección General de Currículo

Diseño y diagramación:

Félix Rinaldi Gómez Peguero

Diseñador

Dirección de Medios Educativos





AUTORIDADES

Luis Abinader

Presidente de la República

Raquel Peña

Vicepresidenta de la República

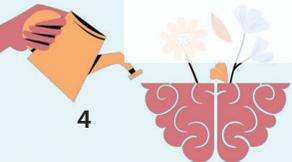
Ángel Hernández Castillo

Ministro de Educación

Ancell Scheker Mendoza

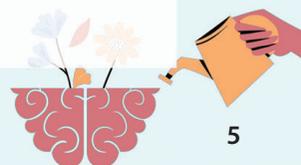
Viceministra de Servicios Técnicos y Pedagógicos





Índice

1. Presentación	06
2. Actores involucrados en la propuesta de desarrollo de la salud emocional en la Escuela.	08
3. Rol del personal docente, orientadores y orientadoras.	09
4. Salud emocional, Enfoques curriculares y Competencias Fundamentales del Currículo Dominicano	10
5. Orientaciones metodológicas para el trabajo del fascículo: “Hablemos de salud emocional”.	13
Nivel Primario	15
6. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Primario.	17
6.2. Conexión de la estrategia de salud emocional con los Ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Primario.	17
7. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Primario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.	22
8. Anexos Nivel Primario.	46
Nivel Secundario	49
9. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Secundario.	51
9.2 Conexión de la estrategia de salud emocional con los Ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Secundario.	51
10. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Secundario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.	55
11. Anexos Nivel Secundario.	75
12. Bibliografía.	76



1. Presentación

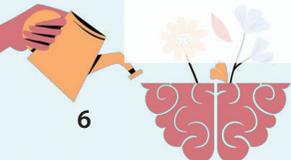
El presente fascículo *Hablemos de salud emocional* es de una importancia clave para la escuela dominicana enfocada en garantizar una educación integral de calidad en todo el estudiantado. La salud emocional es la capacidad que van adquiriendo a lo largo de toda la vida los-as estudiantes para resolver problemas del contexto, tomar decisiones asertivas, aprender a gestionar las emociones y los sentimientos y sobre todo para ser felices.

Una escuela que aprende y enseña a ser feliz es una escuela que disfruta con los estudiantes todos los procesos de crecimiento y desarrollo de las competencias enfocadas en el desarrollo de una sana autoestima, de una cultura de paz, de la solidaridad, el respeto, el sentido de compasión y de justicia. La escuela, al desarrollar la salud emocional de los-las estudiantes, apuesta a mostrar que lo más importante en la vida es alcanzar una vocación para la felicidad, eligiendo siempre como camino seguro las virtudes y no los vicios.

Este fascículo contiene unas orientaciones que son una especie de brújula con la que iniciaremos el camino para alcanzar la meta de potenciar el desarrollo de la salud emocional en cada escuela y en cada salón de clases. Es preciso gestionar un tiempo pedagógico en el que los-as estudiantes puedan expresar lo que sienten, lo que les emociona, aprendan a identificar estos sentimientos y emociones y sobre todo identifiquen a dónde le llevan y qué decisiones asertivas y oportunas tomar.

El documento presenta una serie de actividades organizadas en las siguientes temáticas con un sentido lógico para el desarrollo de las habilidades sociales y de la salud emocional:

- Autoconocimiento y autoestima.
- Identificación de emociones y empatía.
- Autocontrol y comunicación asertiva.
- Cooperación.
- Cultura de paz.



Estas temáticas, a su vez, están recuperadas a partir de los ejes transversales del Diseño Curricular Dominicano y conectan con el desarrollo curricular desde las áreas y las intenciones pedagógicas enmarcadas en el desarrollo de la salud emocional y las habilidades sociales de los-as estudiantes.

Aprovechemos el tiempo pedagógico de calidad que se presenta a partir de este fascículo dedicado a la salud emocional, a partir de la vida para engendrar más vida en toda la escuela y sobre todo: en cada uno de nuestros estudiantes.



2. Actores involucrados en la propuesta de desarrollo de la salud emocional en la escuela.

La escuela cuenta con una diversidad de actores que dinamizan su quehacer y que apoyan la gestión de los aprendizajes de los-as estudiantes. En este sentido, la propuesta Hablemos de salud emocional, cuenta con todos los actores y se dirige a cada uno de ellos, entendiendo que la escuela se encuentra

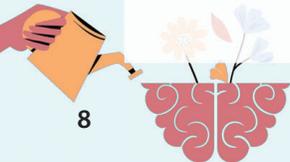


Figura 1: Diagrama de actores involucrados.

acompañada de familias y en un contexto comunitario, desde el cual enseñamos y desde el cual aprendemos a convivir con el otro. De modo que, entendemos la escuela como parte de un sistema (figura 1), en donde se establecen vínculos histórico-culturales que influyen de manera concreta en la vivencia de la salud emocional y en la formación de los valores que se proponen.

Es importante constatar que varios de los temas, estrategias y actividades que se proponen para ser trabajados en los salones de clases son también sugeridos

para que los estudiantes puedan abordarlos en sus casas con sus familias; y de esta forma, potenciar el trabajo ampliado con respecto al sistema integral que rodea al estudiantado del Nivel Primario y Secundario. Es de gran importancia, además, tener en cuenta que este trabajo podrá surtir efectos en la medida en que todos los actores puedan estar involucrados en el proceso. Por tanto, depende en gran medida de la gestión de los docentes, equipos de gestión y todo el personal del centro educativo, adquirir las competencias, la sensibilidad y la preocupación por cuidar este proceso pedagógico de alta calidad.



3. Rol del personal docente, orientadores y orientadoras

Por la naturaleza de este fascículo de salud emocional y el desarrollo de habilidades sociales para la vida, desde un enfoque en la formación humana e integral del estudiantado, se espera que los-as docentes y orientadores-as puedan acompañar estos procesos dentro de la escuela y en cada salón de clases. Es importante también, el seguimiento continuo a las tareas y actividades que se asignan para que los-as estudiantes trabajen con sus familias, y se puedan recuperar luego en el proceso formativo y retroalimentador en los salones de clases.

Se espera que el personal docente y los-as orientadores-as se muestren siempre solícitos a la hora de recabar las informaciones importantes que estas actividades y procesos puedan generar, no solo en el centro, sino dentro del contexto familiar y en la comunidad. Se pretende el abordaje sistemático y sistémico del mismo; y que al desarrollarse las actividades propuestas en el fascículo, el personal docente muestre siempre apertura, cercanía, comprensión en el tratamiento de las ideas, sentimientos y emociones del estudiantado.

Algunas indicaciones importantes a tener en cuenta para propiciar un abordaje exitoso de la salud emocional en los salones de clases:

- Propiciar un ambiente de cuidado, de respeto, de derechos y de solidaridad.
- Respetar las opiniones de todos y todas.
- Se considera al estudiante el sujeto principal de este abordaje integral de la sexualidad.
- Se propicia un ambiente de confianza para que los estudiantes puedan comunicarse entre ellos-as y con sus docentes y orientadores-as.
- Propiciar la participación, la posibilidad de lograr acuerdos y manejar los desacuerdos con sumo respeto ante situaciones que se presenten.
- Propiciar la libre expresión de ideas, sentimientos y emociones.

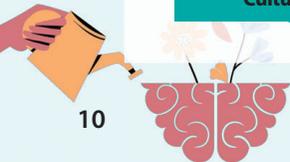
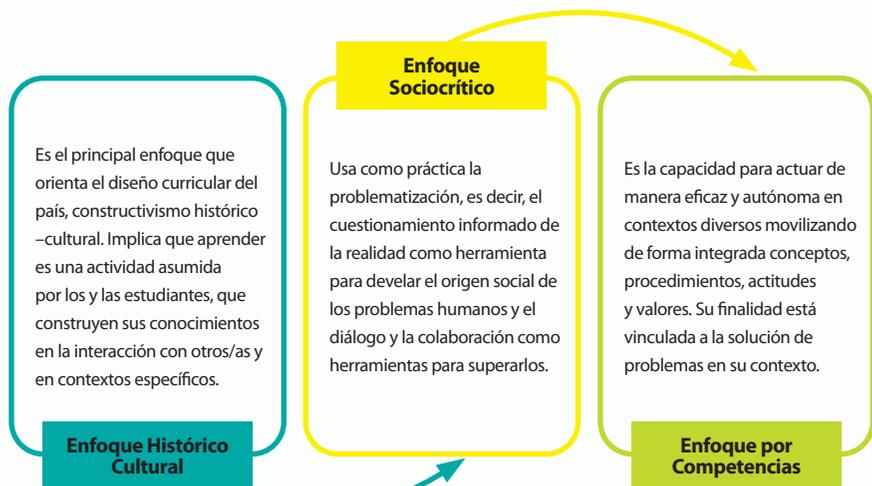


4. Salud emocional, Enfoques curriculares y Competencias Fundamentales del Currículo Dominicano

El Diseño Curricular Dominicano se fundamenta en tres enfoques curriculares que ofrecen sustento teórico-conceptual al desarrollo de la salud emocional en el estudiantado dominicano como se propone en este documento. Todas las actividades parten de un enfoque histórico-cultural, un enfoque socio crítico y el enfoque por competencias. Estos tienen como centro el aprendizaje del estudiantado, con sus saberes previos, sus necesidades y sus intereses.

De esta forma, aprender no es una copia de la realidad, sino un proceso de construcción del aprendizaje de manera personal y colectiva, en compañía de los demás estudiantes y del maestro-a u orientador-a. Es, además, una oportunidad para contribuir a la formación de una ciudadanía crítica, responsable y sensible ante los problemas sociales que descubre, intentando resolver estos por medio del diálogo, la cooperación, el conocimiento y las habilidades que posee. Finalmente, se espera que el estudiantado valore e incorpore estos aprendizajes como un tesoro especial para toda la vida.

El siguiente esquema explica el sentido de lo que se propone, a partir de los enfoques curriculares, para la salud emocional en el estudiantado dominicano:



En cuanto a las Competencias Fundamentales del Diseño Curricular, es importante notar cómo contribuyen de manera particular las siguientes competencias:

Ética y Ciudadana; Comunicativa; Pensamiento Lógico, Creativo y Crítico; Ambiental y de la Salud; además de la competencia Desarrollo Personal y Espiritual. Estas promueven el desarrollo de una ciudadanía que toma en cuenta la importancia de la salud emocional, fortaleciendo las habilidades socioemocionales, facilitando el que pueda cuestionarse, con sentido crítico, la realidad personal y colectiva. Es por esto que la Competencia Ética y Ciudadana, de la cual se sirve este documento, prepara al estudiantado para que:

(...) se relacione con las otras y los otros con respeto, justicia y equidad, en los ámbitos personal, social e institucional; cuestione con crítica las prácticas violatorias de los derechos humanos, el uso de la violencia en cualquier situación y transforme las relaciones y normas sociales sobre la base de los principios de la democracia participativa (Minerd, 2016 (a): 59).

De esta forma, es posible también el logro de esta ciudadanía crítica por medio de la Competencia Comunicativa que posibilita en el estudiantado la capacidad de dialogar, de comunicarse, de establecer relaciones y, sobre todo, de expresarse a partir de emociones, sentimientos y valores necesarios para el crecimiento humano integral:

La persona comprende y expresa ideas, sentimientos, valores culturales en distintas situaciones de comunicación, empleando diversos sistemas con la finalidad de afianzar su identidad, construir conocimientos, aprehender la realidad y establecer relaciones significativas con las demás personas (Minerd, 2016 (a): 73).

La Competencia Comunicativa también prepara al estudiantado para expresarse de manera crítica y, de esta forma, favorecer opiniones, juicios y actuaciones que permitan superar prejuicios y estereotipos que obstaculizan



el desarrollo de la vida y la sexualidad con mayor sentido. El pensamiento crítico de la Competencia Fundamental Pensamiento Lógico, Creativo y Crítico favorece:

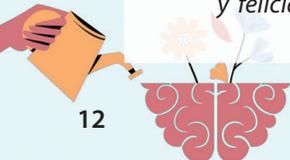
El pensamiento crítico permite cuestionar los fundamentos de las ideas propias y ajenas con el propósito de proporcionar mayores niveles de libertad y favorecer la construcción de una vida más humana. Su ejercicio exige analizar la veracidad de las informaciones en las que se basan las opiniones y juicios y comparar los diversos puntos de vista, considerando los intereses de las distintas personas que actúan y los contextos a los que pertenecen. Esta competencia es esencial para ayudar a superar prejuicios y estereotipos y centrarse en el examen de la validez de las ideas y opiniones (Minerd, 2016 (a): 79)

El pensamiento crítico favorece que la persona sea responsable de su salud integral entre la que se encuentra la salud emocional, con un enfoque sostenible necesario para el cuidado esencial de su propia vida, la de los demás y la salud del planeta en general:

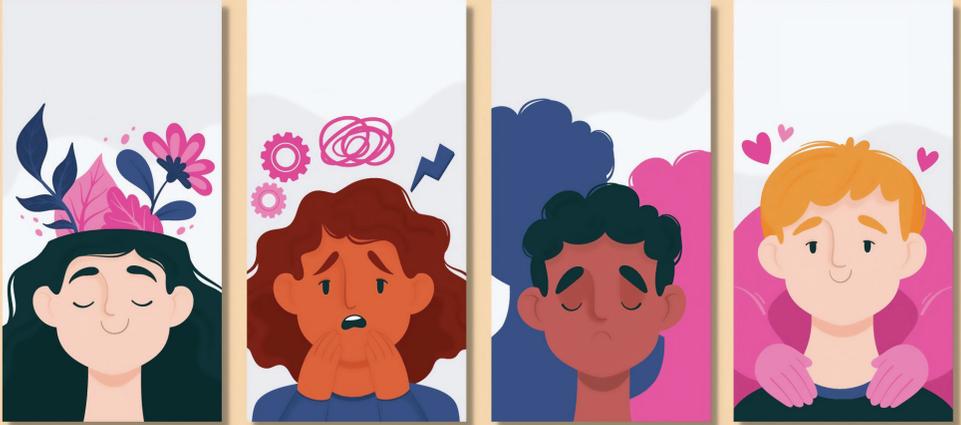
El mundo actual requiere de seres humanos plenamente conscientes de sus interacciones con el medio natural y social. La salud del ser humano, al igual que la de los demás seres vivos, está estrechamente relacionada con el ambiente donde se desarrollan. Es responsabilidad del ser humano cuidar su salud integral, la de todos los seres vivos, así como la de los sistemas que soportan la vida en nuestro planeta; al tiempo que practica hábitos de vida saludable, tendentes a garantizar la sostenibilidad ambiental y social en donde se desenvuelve (Minerd, 2016 (a): 93).

El desarrollo personal y espiritual del ser humano invita a la persona que actúe asertivamente como lo promueve esta competencia fundamental:

(...) confiando en sí misma, integrando su historia familiar y personal, sus sentimientos, cualidades, fortalezas y limitaciones en interrelación con los y las demás y con su entorno, construyendo, desde su ser espiritual, el sentido de su vida con vocación de plenitud y felicidad (Minerd, 2016 (a): 100).



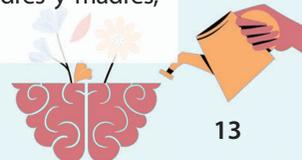
5. Orientaciones metodológicas para el trabajo del fascículo: "Hablemos de salud emocional".



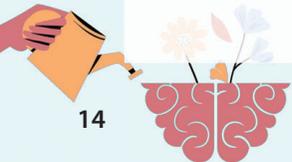
Las siguientes propuestas enmarcadas en el desarrollo de la salud emocional y las habilidades sociales, tienen la finalidad de ofrecer a los centros educativos estrategias que le permitan motivar la reflexión, el encuentro y la motivación por estas habilidades sociales que desarrollan a su vez la salud emocional del estudiantado. Todo esto, pautado desde la idea y la acción, de relación amigable, dialógica y respetuosa que promuevan una cultura de la paz, del cuidado de los demás y de la naturaleza que le circunda.

En tal sentido, se ofrece una colección de recursos para ser utilizados en diversas actividades del Centro Educativo, ya sea en el salón de clases, en los grupos pedagógicos de docentes, en las reuniones de las Asociaciones de Padres y Maestros (APMAES) y de los equipos de gestión. Acompañar los talleres supone un ejercicio de encuentro con los demás, por tanto, hay que lograr la conexión empática con los diferentes actores. Para las reuniones, se espera que el acompañante pueda seguir la siguiente ruta:

1. Estudiar previamente las dinámicas y juegos, sus intenciones pedagógicas, visualizando con qué actores de la escuela trabajarán: padres y madres, maestros-as, equipos de gestión, estudiantes.

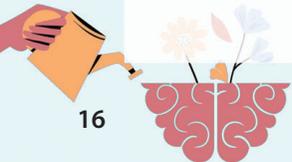


2. Preparar con antelación el material a utilizar y ubicar el espacio físico donde se desarrollará el taller. Este espacio debe estar ambientado con lemas alusivos al desarrollo y promoción de la salud emocional y las habilidades socioemocionales en cartulina o papelógrafo; además de contar con algunas imágenes alusivas a la Cultura de Paz y el buen trato.
3. Estudiar la metodología del taller desde cada uno de sus pasos para evitar improvisaciones en la ejecución de estos.
4. Recibir a los-as participantes con alegría, mostrarse cercano(a) y amigable.
5. Ejercitar la escucha y la acogida en el proceso de los talleres, más que ofrecer respuestas, para posibilitar que cada uno-a de los-as participantes pueda expresar sus sentimientos y emociones.
6. Propiciar un clima de respeto y acogida ante la opinión del otro y procurar el diálogo en todo momento.
7. Posibilitar la reflexión, el diálogo y la participación de los estudiantes, para provocar la resolución de problemas.
8. Retroalimentar, a partir de las experiencias compartidas, otros modos de desarrollo de la salud emocional.
9. Realizar cierres pedagógicos para motivar el compromiso de los estudiantes con lo reflexionado en cada encuentro.



Nivel Primario



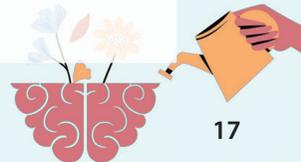


6. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Primario.

Las actividades que se proponen a continuación recuperan la importancia del aprendizaje enfocado en la salud emocional, en las habilidades socioemocionales, los derechos humanos, la solidaridad, la cooperación inteligente, la empatía, el autoconocimiento y la cultura de paz. Esta propuesta recoge los aspectos significativos del diseño curricular dominicano que trabaja los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales de la salud emocional, así como la visión de cuáles son aquellas capacidades que hay que empoderar a lo largo de la vida para lograr desarrollar un proyecto personal con sentido de propósito, enfocado en la salud emocional, en valores de preexistencia y en una toma de decisiones autónoma. De esta manera, se logrará una actitud crítica ante la vida.

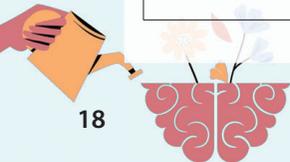
6.2. Conexión de la estrategia de salud emocional con los ejes transversales del Currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Primario.

Los ejes transversales atienden a las necesidades de la sociedad que son exigidas a la educación dominicana, mediante la adecuación y actualización continua, a partir de un trabajo conjunto escuela-comunidad. Responden a las demandas de las comunidades, incorporando al trabajo de la escuela, tópicos que en un momento determinado adquieren una importancia de primer orden, convirtiéndose en temáticas obligatorias para ser trabajadas en los centros educativos. Por su carácter articulador los ejes transversales son un punto de conexión y “pie de amigo” para comprender las diferentes actividades que se proponen.



Primer ciclo del Nivel Primario

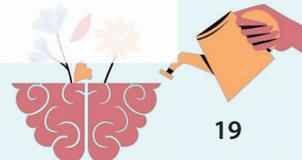
Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Escucha de diferentes conflictos que se presentan en su hogar o escuela, proponiendo cómo evitarlos según su capacidad.	Análisis sencillo de conflictos que escucha y lee, ya sea de manera convencional o no, que se presentan en contextos sociales (escuela, hogar, comunidad), proponen formas de mediación y/o posibles soluciones.	Elaboración y desarrollo de proyectos sencillos sobre mediación y resolución de conflictos personales, familiares, y del centro educativo, haciendo uso de la tipología textual apropiada, con miras al fortalecimiento de una convivencia pacífica, el respeto y cumplimiento de los derechos y deberes ciudadanos.
Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Actuación en su entorno cercano, utilizando el diálogo para lograr consenso y la convivencia pacífica.	Actuación en su entorno cercano, utilizando el diálogo para lograr consenso y la convivencia pacífica	Presentación de proyectos sencillos sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos y en la convivencia pacífica.
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Conciencia de la importancia de los aportes de científico en la sociedad. La ciencia como una actividad colaborativa y de comprensión de nuestro entorno. Seguridad, sociedad y ciencia.	Conciencia de la importancia de los aportes de científicos, profesionales en ciencias naturales y técnicos en la sociedad. Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica y de consenso basada en la experimentación y de la búsqueda de comprensión de nuestro entorno natural. Seguridad, sociedad y ciencia.	Conciencia de la importancia de los aportes de científicos e ingenieros en la sociedad. Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica, de continuos avances y de consenso, basada en la experimentación y la búsqueda de comprensión de nuestro entorno natural. Seguridad, sociedad y ciencia.



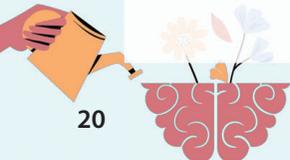
Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Identificación de normas que ayudan al bienestar personal, familiar y sociocultural. Identificación de normas que favorecen el bien personal, familiar y social en relatos de textos bíblicos.	Representación de juegos en los que se comparte amistosamente sin distinción. Socialización de valores que se cultivan a través del juego.	Representación de normas que favorecen la buena convivencia en la escuela, la familia y la comunidad. Dramatización de acciones que favorecen la buena convivencia en la escuela, la familia y otros ambientes socioculturales.

Segundo ciclo del Nivel Primario

Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	Caracterización de conflictos sociales que escucha y lee en distintos medios, proponiendo posibles soluciones, acordes con su conocimiento y nivel.	Investigación sobre conflictos que se presentan en diversos contextos sociales (escuela, hogar, comunidad), proponiendo formas de mediación y posibles soluciones a través de textos apropiados y el uso de recursos variados.	Desarrollo de proyectos sobre resolución de conflictos personales, familiares y del centro educativo, haciendo uso de la producción oral y escrita en el fortalecimiento de una convivencia pacífica, el respeto y cumplimiento de los derechos y deberes ciudadanos.



Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	Presentación de campañas escolares y comunitarias sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos, la convivencia pacífica y cultura de paz.	Integración a campañas escolares y comunitaria sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos, la convivencia pacífica y cultura de paz.	Defensa de campañas escolares y comunitarias sobre la importancia del diálogo y el consenso en la solución de conflictos, la convivencia pacífica y cultura de paz.
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos en la sociedad.</p> <p>La ciencia como una actividad colaborativa y de comprensión de nuestro entorno.</p> <p>Seguridad, sociedad y ciencia.</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos, profesionales en ciencias naturales y técnicos en la sociedad.</p> <p>Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica y de consenso, basada en la experimentación y búsqueda de comprensión de nuestro entorno natural.</p> <p>Seguridad, sociedad y ciencia.</p>	<p>Conciencia de la importancia de los aportes de científicos e ingenieros en la sociedad.</p> <p>Las ciencias naturales como una actividad colaborativa, crítica, de continuos avances y de consenso. basada en la experimentación y búsqueda de comprensión de nuestro entorno natural.</p> <p>Seguridad, sociedad y ciencia.</p>



Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	<p>Descripción y socialización de normas y costumbres en la familia, en la escuela y en la comunidad.</p> <p>Elaboración de normas de convivencia que promuevan la paz en sus diferentes contextos.</p> <p>Socialización de las normas o reglas de algunos juegos practicados en su entorno y la forma de relacionarse en ellos.</p>	<p>Dramatización en la que se visualicen las normas y leyes que se practican en la convivencia cotidiana, en la familia, la escuela y la comunidad.</p> <p>Presentación de proyecto sobre las principales normas de convivencia para relaciones armónicas con las demás personas.</p> <p>Organización de una mesa redonda donde se construya en equipo las normas para mejorar el comportamiento en el aula.</p>	<p>Investigación y elaboración de proyecto acerca de la igualdad del hombre y la mujer según la Declaración Universal de los Derechos Humanos.</p> <p>Organización de una mesa redonda donde se analice el trato hacia la mujer en la familia, en los medios de comunicación, los anuncios publicitarios y las canciones.</p>



7. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Primario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.

AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA

Nota para favorecer la comprensión:

Un aspecto esencial que construye la persona en base a su salud emocional es ese proceso reflexivo mediante el cual el estudiantado adquiere la conciencia de que es una persona en constante crecimiento y proceso transformador: “la persona está siendo”. Por tanto, el proceso de autoconocimiento se convierte en la base y el sustento de la autoestima, que es el autoconcepto, o sea aquellas cosas que siento y pienso de mi propia persona. Es por esto que en este apartado se trabajan una serie de actividad importantes que influyen en la autopercepción, la autoobservación, la valoración de sí mismos-as y la aceptación de su persona.

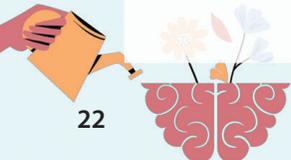
Actividad 1. ¿Quién soy yo? (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario)

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Materiales:

- Hojas de papel con las preguntas para el compartir
- Lápices.
- 1 botella.

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.



Descripción:

Se organizan los estudiantes en un círculo sentados en el suelo y se coloca una botella en el centro que la maestra, el maestro o el orientador-a hará girar. Cuando la botella apunte a uno de los estudiantes, este contestará a las siguientes preguntas:

1. Yo soy...
2. Lo que más me gusta hacer es...
3. El helado que más me gusta es...
4. Mi color preferido es...
5. Me gusta cuando juego a...
6. Lo que más me gusta de mis amigos es...
7. Lo que más me enfada es...
8. La asignatura que más me gusta es...
9. La ciudad que más me gusta de mi país es...
10. La fruta que más me gusta es...

Una vez que contestan las preguntas, se vuelve a girar la botella para que participe otro integrante del grupo. Al finalizar todas las participaciones, se les pide a algunos estudiantes que compartan aquellas ideas de sus compañeras que más le han gustado.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 2. Mi escudo personal. (Segundo ciclo del Nivel Primario)

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Materiales:

- 1 hoja de papel con el escudo impreso.
- Lápices.
- Lápices de colores, crayolas.

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

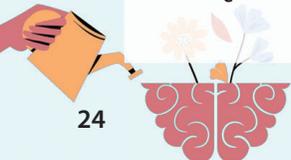
Descripción:

Esta actividad permite que los-as estudiantes puedan trabajar aquellas características personales que más les identifican de una manera creativa y lúdica, además de ampliar el conocimiento que se tiene de sí mismo y desarrollar de esta forma un sano y equilibrado autoconcepto, descubriendo sus potencialidades y fortalezas.

La persona que coordina la actividad, maestra-o u orientador-a, explica brevemente que los escudos son una representación gráfica que contienen dibujos, lemas, que identifican a familias, ciudades, etc. Esos lemas son las características esenciales de los pueblos y de sus habitantes. En este sentido, lo que esta actividad persigue es que cada uno de los estudiantes tome el esquema del escudo (Ver anexo 1 página:) y que en cada uno de los cuadrantes coloque aquellas frases, palabras, dibujos que los identifiquen, destacándolas con colores, formas y texturas, entre otros diseños. Una vez que finalicen, se presenta cada uno con su escudo y luego, estos escudos se exhibirán en una pared del salón de clases dedicada a las producciones del estudiantado.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 3. Las gafas positivas. (Segundo ciclo del Nivel Primario)

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Materiales:

- Gafas decoradas.

Descripción:

Pedimos a cada uno de los estudiantes colocarse en los ojos una gafas positivas y mágicas que no son unas gafas cualesquiera, sino que con ellas se puede ver lo bonito y positivo que hay a nuestro alrededor.

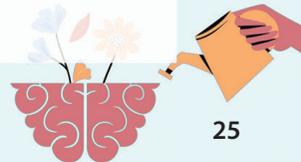
- Lo primero que harán es mirar a tres de sus compañeros y decir alguna cualidad o virtud que les gusta de ellos.
- Lo segundo es mirar a nuestro alrededor e identificar qué cosas podrían cambiar y hacerla más positiva... y la nombramos. Por ejemplo: Nuestra calle está muy linda y sembrada de árboles.
- Lo tercero es mirar en nuestra comunidad algo que tiene que cambiar y decirlo en positivo.

Cierre de la actividad:

Se sugiere que el maestro o la maestra tenga en cuenta aquellas cosas que el estudiante ha nombrado de sus alrededores y de su comunidad de manera positiva y que realmente necesitan un cambio. Se hace una especie de compromiso para poder realizar estas mejoras, en la medida de lo posible.

Preguntas para compartir:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 4. Mis fortalezas¹.

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Materiales:

- Hoja de papel
- Colores, lápices
- Cinta adhesiva.

Descripción:

El maestro o la maestra solicita a los estudiantes que piensen en aquellas cosas que saben hacer bien y que los hace sentirse seguros. Luego, reparte la hoja de papel para cada uno y se le pide que dibujen un árbol y le pongan una rama por cada cosa que saben hacer bien. En cada rama, escribir o dibujar las cosas para la que son muy buenos (en vez de un árbol puede ser un sol, una estrella, una flor o un dibujo libre en el que se pongan estas habilidades). Al terminar su dibujo, pedirles que lo peguen en el espacio de las producciones de los estudiantes en el salón de clases. Más adelante, se invitarán a todos a mirar sus trabajos y los de sus compañeros, tratando de encontrar en qué se parecen los unos de los otros para determinar quiénes son buenos en algo que otros no resultan ser tan buenos y cómo podrían ayudarse unos a otros.

Finalmente, reunirse en círculo y comentar:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?

¹ La siguiente actividad está tomada de: Escobedo, Luz María (2013). Aprender diferente. Editorial Pax México. Se adaptan algunos momentos a la realidad del contexto dominicano, sin alterar la intención pedagógica del autor del texto.



IDENTIFICACIÓN DE EMOCIONES Y EMPATÍA

Nota para favorecer la comprensión:

Una de las habilidades que más aporta a la salud emocional del estudiantado es potenciar la capacidad de compartir con los demás los propios sentimientos y emociones, tratando de encontrar ese punto de vista del otro que no necesariamente coincide con el nuestro. La empatía permite que, identificando las emociones y sentimientos de la otra persona, se cree una base para lograr la solidaridad y la cooperación entre todos-as.

Actividad 1. Pintar las emociones (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

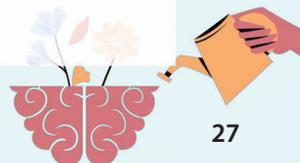
Materiales:

- Hojas de papel.
- Lápices de colores, crayolas, temperas.
- Radio (colocar música instrumental).

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Descripción:

Se coloca una música instrumental en el salón de clases y se les pide a los estudiantes que escuchen detenidamente la canción. En un segundo momento, los estudiantes acompañados-as por los maestros elaboran sus dibujos escuchando la canción. La idea es que todos puedan dibujar lo que la canción les inspira. Se trata de que puedan estar en contacto con su interior y a la vez, expresar sus emociones y sentimientos por medio de la creación artística. Para finalizar la actividad se propone colocar las producciones en el salón de clases, en algún lugar reservado para estas, a modo de galería de arte. Cada uno de los estudiantes irá a las producciones de sus compañeros para mirarlas y expresar también lo que la producción de sus compañeros les inspira.



Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?

Propiciar el diálogo a modo de metacognición del proceso vivenciado.

Actividad para realizar en la casa con la familia:

Dibujo simbólico. Pedirles a los estudiantes que hagan un dibujo de lo que ellos quieren en casa con sus padres y madres. Esto hará que dejen fluir su imaginación, a la vez que se concentran en la realización de la obra, cosa que permite redirigir la atención y reducir el nivel de estrés. Además de que sirve para relajarlos, contemplar el tipo de dibujo que realizan y sus características nos permite obtener pistas de las necesidades, deseos, miedos y vivencias que el niño o la niña no es capaz de explicar o sobre lo cual no se atreve a hablar.

Actividad 2. La mímica de las emociones. (Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 40 minutos.

Descripción:

El maestro o la maestra, orientador u orientadora invita a que los-as estudiantes representen mediante mímica aquellas emociones que conocen. El resto de los-as estudiantes dirá a qué emoción corresponde

Actividad para realizar en la casa con la familia:

Se orienta a los-as estudiantes que desarrollen la actividad realizada en el salón de clases con sus padres, madres, y otros familiares. Se trata de que puedan identificar las emociones en familia a partir de la participación de cada uno. Es importante que en esta actividad realizada en la casa los integrantes en el hogar puedan expresar:

¿Cómo se sintieron al realizar la actividad?



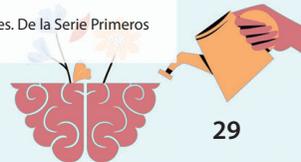
Actividad 3. Cuentos con emociones.

El maestro, la maestra, el orientador o la orientadora invita a los-as estudiantes a escuchar los cuentos y a reflexionar a partir de ellos. Una vez que han escuchado la historia, se debe propiciar el diálogo y la escritura a partir de esta. Además, se invitará a que los-as estudiantes escriban en el diario reflexivo las preguntas de reflexión a partir de la actividad realizada. De igual manera, se invita a los-as estudiantes a escribir un nuevo final y luego se leen estos distintos finales creados por los estudiantes en el salón de clases, propiciando que todos y todas puedan participar y comentar. Todos(as) tendrán la oportunidad de opinar qué le ha parecido el desenlace de la historia que ha creado su compañero o compañera.

Algunas orientaciones para el docente o el orientador, para llevar a cabo el cuentacuentos²:

- Seleccionar bien el texto que va a compartir.
- Realizar algunas lecturas previas del texto que le permitan apropiarse de las palabras, de las oportunidades que el mismo texto ofrece para propiciar estrategias, actividades y recursos para la lectura y la escritura con sus niños y niñas.
- Organizar el salón, propiciando que los lectores y las lectoras formen un círculo que faciliten verse los rostros y participar activamente.
- Tener en cuenta la ambientación del salón, utilizando la biblioteca móvil, las biblio-cajas, los exhibidores, las mesas, frases de animación a la lectura y otros mensajes que vayan acorde con la historia.
- Leer el texto en voz alta, cuidando la entonación y la fluidez de las palabras. La maestra o el maestro hace una lectura pausada, mostrando las ilustraciones del texto e invitando a la participación activa de las niñas y los niños desde la escucha y la observación atenta.
- Moderar los encuentros para llegar a acuerdos en un ambiente en el que se favorezca la actividad, propiciando actitudes como la escucha, el respeto a los turnos de palabra, entre otros.

² Las orientaciones están tomadas del texto: Círculos de lectura y escritura en el salón de clases. De la Serie Primeros Grados. Editorial Centro Cultural Poveda.



- Plantear preguntas que favorecen el pensamiento lógico, creativo y crítico de los estudiantes y que estimulen la participación de todos y todas.
- Organizar actividades complementarias que tengan relación con los procesos que se están trabajando en el salón de clases. Por ejemplo, encuentros con autores, visitas a exposiciones, asistencias colectivas al teatro y al cine, al mercado, al colmado, a la farmacia, a alguna de las instituciones de servicios de la comunidad, entre otras.

Algunas preguntas para la reflexión:

1. ¿Qué es lo que más te ha gustado de la historia?
2. ¿Quién crees que es el personaje principal de la misma?
3. ¿Qué te ha parecido el final de la historia?
4. Si tuvieras que cambiar el final de esta historia: ¿Qué escribirías?

Cierre de la actividad:

3. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
4. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?

Actividad para realizar en la casa con la familia:

Se invita al estudiantado a que elijan un cuento de los que han compartido en el salón de clases para compartir en la casa con sus familiares.

Se orienta a que encuentren un espacio en la casa para poder compartir este cuento. Puede ser el lugar más tranquilo de la casa:

La galería, debajo de una mata de frutas, el comedor, el patio.

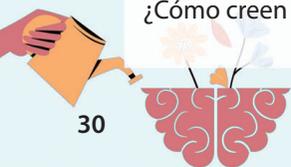
Se prepara la lectura y se invita a que todos-as estén atentos a lo que se va a compartir.

En la primera parte, se invita a que toda la familia observe la carátula del libro, la imagen y puedan pensar: de qué se tratará el cuento al contemplar su carátula.

Se comparte y luego se comienza a leer la historia.

Antes de llegar al final, se hace una parada y se invita a que piensen:

¿Cómo creen que acabará la historia?



Actividad 4: El lago encantado. (Primer ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Tiempo estimado para la actividad: 40 minutos.

Descripción:

Con una tiza se marca en el piso una silueta que simule un lago. Luego, se colocan algunos aros hechos de papel o plásticos como si fueran piedras donde pisar. Es así como se forma una especie de “lago encantado”, que todos los estudiantes deberán atravesar, caminando encima de las piedras. Si algún estudiante cae en el agua deberá esperar a que otro compañero o compañera le ofrezca un abrazo para volver a subir encima de las piedras por las cuales deberá continuar su trayecto iniciado.

Cierre de la actividad:

5. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
6. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?



AUTOCONTROL Y COMUNICACIÓN ASERTIVA

Nota conceptual para favorecer la comprensión:

La asertividad es la capacidad que desarrollan los seres humanos al aprender sobre sus derechos y autoafirmarlos con conciencia, sin permitir que los o las demás puedan quitarle su autonomía. Es una de las habilidades sociales que más se necesitan en este mundo de hoy y, sobre todo, en contextos en los que apostamos por defender la libertad de las personas. La asertividad es un atributo importante para tener la posibilidad de argumentar y ejercer la democracia. Es la capacidad de expresarse, de ser directos, sin herir, de actuar con franqueza y permitir que los demás también puedan actuar de la misma manera.

Si bien es cierto que nacemos con un determinado temperamento, también es cierto que los seres humanos formamos un carácter y este lo podemos modificar en base a aquellas decisiones, virtudes y valores que hemos ido conformando en nuestra vida. Es importante que maestros, maestras, orientadores y orientadoras formen en los estudiantes la capacidad de optar, de tomar decisiones en base a virtudes que forman el carácter del ser humano.

Actividad 1. Juegos de mesa.

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Materiales:

- Juegos de mesa.

Tiempo estimado para la actividad: 3 días, espaciados en el año escolar.

Descripción:

El autocontrol y la comunicación asertiva son herramientas que permiten autorregular nuestras emociones y comunicarnos efectivamente sin violentar ni irrespetar a los demás.

Los juegos de mesa ofrecen la oportunidad de enseñarle al estudiantado reglas, acuerdos y a escuchar tranquilamente. También, pueden enseñarle a repasar conceptos como los números, los colores o cualquier otro tema que pueda ser reforzado en casa. Por medio de los juegos de mesa, los niños tienen



la oportunidad de crear estrategias, organizar procesos y llevarlos a cabo. Las situaciones de pérdida en el juego son una oportunidad de reflexionar y conversar sobre la estrategia utilizada, analizando los pros y los contras y conocer el punto de vista de los demás jugadores.

Juegos que se pueden recomendar a los/las estudiantes:

1. Parchís.
2. Uno.
3. Ajedrez.
4. Damas.
5. Cubo Rubik.
6. Rompecabezas.

Cierre de la actividad:

4. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
5. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
6. ¿Qué aprendí de esta actividad?

Actividad 2. El buzón de las sorpresas y las emociones. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Materiales:

- Una caja decorada.

Tiempo estimado de duración de la actividad: un mes para llevar a cabo la misma con los resultados esperados.



Descripción:

La maestra o el maestro coloca una caja en el salón de clases y la designa como buzón de las sorpresas y las emociones. Todos los días, cada uno de los estudiantes escribirá a un compañero o compañera de clases resaltando alguna cualidad positiva de su compañero o compañera. Es importante que todos los mensajes que se envíen sean positivos y reflejen los mejores sentimientos y emociones de todos y todas.

Es importante que esta actividad dure un mes o más de un mes, siempre y cuando se aseguren de no dejar un solo día de animar a los estudiantes que escriban otorgando un espacio dentro del tiempo pedagógico para realizar la misma. Junto a los mensajes, se pueden dejar otros regalos tales como caramelos, chocolates, postales pequeñas, entre otros.

Cierre de la actividad.

Los estudiantes comparten a partir de las siguientes preguntas:

1. ¿Cuáles cualidades de las que te han compartido te gusta más? ¿Por qué?
2. ¿Cómo te sentiste durante este tiempo en el que recibiste mensajes?
3. ¿Qué fue lo que más te gustó de esta actividad?

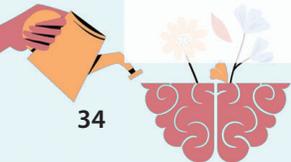
Nota: Se sugiere que esta actividad también se lleve a cabo en las casas de los estudiantes. El maestro o la maestra orienta que esta actividad se lleve a cabo en las casas y que cada uno de los integrantes del hogar, por espacio de una semana, envíe mensajes de apoyo, resaltando las cualidades positivas de sus miembros.

Luego se realiza un cierre de esta en la que cada uno se exprese a partir de las siguientes preguntas:

¿Cómo se sintió?

¿Cuál fue el mensaje que más le gustó? ¿Por qué?

De los mensajes enviados: ¿Cuál te tomó de sorpresa y por qué?



Actividad 3. Cosas buenas y malas. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Descripción:

Se organizan los estudiantes en círculo dentro del salón de clases. El maestro o la maestra se sienta en el centro y empieza a generar un ambiente de confianza y de cordialidad invitando a que cada uno de los estudiantes cuente algo bueno que le haya sucedido y luego cuente algo malo que le haya sucedido.

Una vez que han terminado, se les invita a compartir:

¿Qué sintieron frente a aquello bueno que les sucedió?

¿Qué sintieron frente a aquello malo que les sucedió?

¿Qué diferencias existe entre lo bueno que nos sucede y lo malo?

Nota: Es importante que los-as estudiantes aprendan a distinguir no solo los momentos malos que viven o los buenos, sino aquellas sensaciones, sentimientos y emociones que les provocan. Se procura que al mismo tiempo que identifican esas sensaciones, pensamientos y emociones, puedan pensarlas en clave de resolución de problemas, argumentando sobre las lecciones importantes que han ido aprendiendo para gestionar situaciones en la vida.

Cierre de la actividad:

5. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
6. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
7. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 4. Elijo aquel objeto que me identifica. (Segundo Ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Tiempo estimado de duración de la actividad: 2 horas.

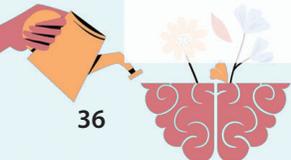
Descripción:

El maestro o la maestra prepara en el salón de clases un espacio donde colocará varios objetos previamente. Encima de esta mesa se coloca un cartel con el nombre del taller: "Elijo aquel objeto que me identifica". La idea es que cada uno de los-as estudiantes pueda observar por espacio de tres minutos todos los objetos que hay encima de la mesa, y pueda luego elegir uno de ellos y responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué objeto he elegido? o ¿Cuáles objetos he elegido? (cada estudiante puede elegir hasta 2 objetos).
2. ¿En qué se parece este objeto a mí?
3. ¿Qué es lo que más me gusta de este objeto que he elegido?
4. ¿A qué me invita en lo adelante?

Una vez que todos han compartido el mensaje con el resto de los compañeros y compañeras se invita a cada uno de los-as estudiantes a que escriban en su diario reflexivo respuestas a las siguientes preguntas, a modo de cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 5. Saber escuchar: “El juego del mensaje”. (Primer Ciclo y Segundo Ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Tiempo estimado de duración de la actividad: 30 minutos.

Descripción:

Se conforma un grupo de varios jugadores que estarán en fila o hilera (uno junto a otro) o círculo. El primer jugador deberá enviar un mensaje, que pueden ser los siguientes:

- La paz se construye entre todos, todos los días, en la escuela, la familia y la comunidad.
- La paz es respetar a todos y colaborar para ser cada día mejores.

El mensaje debe ser susurrado a la persona junto a él, luego este tendrá que decir la misiva a la siguiente persona y así consecutivamente. La idea es enviar el mensaje de persona a persona hasta el otro extremo y el objetivo es que este mensaje llegue tal y como la primera persona lo envió.

Nota: Lo importante es que los-as estudiantes se diviertan a partir del juego; pero, además se reflexione acerca de la importancia de la escucha atenta y la comunicación.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



COOPERACIÓN

Nota conceptual para favorecer la comprensión:

La cooperación es una habilidad esencial para la vida y se puede definir como el acto o proceso de trabajar en conjunto para alcanzar un propósito común, o lograr un beneficio mutuo. La cooperación demuestra la capacidad para trabajar de manera efectiva y respetuosa con diversas personas o equipos, hacer compromisos, crear consensos para tomar decisiones, asumir responsabilidades compartidas en tareas colaborativas y valorar las opiniones y contribuciones individuales de otras personas, a partir de una fuerte identidad individual. (Unicef, 2022). Es importante tener en cuenta que esta cooperación debe ir también, no solo con los que están cerca, con los que son de nuestro “bando” o familia, sino que tiene que extenderse también a los lejanos, a los que no forman parte de nuestras culturas. La cooperación inteligente va siempre más allá.

Actividad 1. Sosteniendo el globo. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

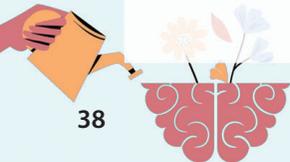
Materiales:

- Un globo.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

Descripción:

Se lanza un globo al aire con el objetivo de que no toque el suelo. Los estudiantes tendrán que organizarse en el espacio de tal forma que puedan evitarlo, pasándose el globo continuamente, evitando que se caiga.



Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?

Actividad 2. Llevando la pelota. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Una pelota.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

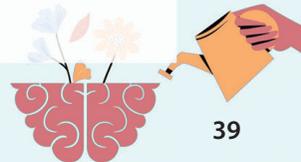
Descripción:

Los-as estudiantes se organizan por parejas. Se selecciona un recorrido con una salida y una meta. Tendrán que llevar un balón entre cada pareja, pero sin tocarlo con las manos. Por ejemplo, espalda con espalda, frente con frente, o lo que se les ocurra. Si el balón se les cae, tendrán que volver a la línea de salida.

Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 3. Pasar el aro. (Segundo ciclo del Nivel Primario)

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Un aro.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

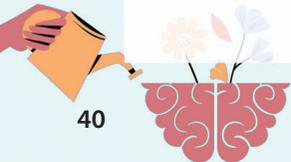
Descripción:

Se organizan los estudiantes en círculo tomados de las manos, con el objetivo de que el aro quede entre los brazos de dos de los niños del gran círculo. La idea es que todos tiene que ir pasando el aro de un estudiante a otro sin soltarse las manos, hasta que este de la vuelta completa y llegue al lugar de donde salió.

Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 4. La silla musical cooperativa. (Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Sillas. (Una silla menos que el total de participantes).

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

Descripción:

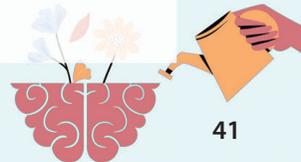
Colocar sillas en círculo, teniendo en cuenta que el número total de sillas siempre debe ser una cifra menor que el número total de participantes. Se trata de colocar músicaailable, puede ser salsa, merengue entre otras, al parar de escuchar un fragmento de la canción, todos los integrantes del gran grupo se sentarán en las sillas.

Como es lógico, al faltar una silla, uno de los integrantes no conseguirá sentarse en una de ellas y la opción es que uno de los compañeros o una de las compañeras le invite a sentarse en un espacio a su lado en la misma silla y, de esta manera, no se queda nadie de pie. En cada ronda se irá retirando una silla de tal manera que vayan quedando menos en el juego.

Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



CULTURA DE PAZ

Nota conceptual para favorecer la comprensión:

La paz es importante en nuestro mundo actual. No se trata simplemente de hablar de cultura de paz. La cultura de paz no es un simple movimiento o una serie de actividades con un hilo conductor; sino, la promoción y vivencia internalizada de un conjunto de valores, actitudes y comportamientos que reflejan el respeto por la vida humana y el reconocimiento de la dignidad de las personas. Es un modo de estar en el mundo y de hacer historia, desde el procesamiento positivo de conflictos mediante el diálogo, los acuerdos, el respeto, la negociación entre personas y naciones, teniendo siempre presente los derechos humanos, la importancia de la justicia, la autonomía, la libertad, la igualdad y la solidaridad.

Actividad 1. La Telaraña. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

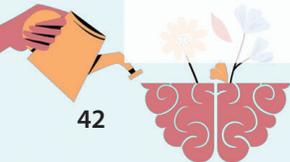
- Hilo de gangorra u otra cuerda fina.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 20 minutos

Descripción:

Debemos realizarla en un espacio amplio. Todos/as nos colocamos en círculo. El/la docente tiene el hilo de gangorra y comienza diciendo su nombre y se lo pasa a otra persona, la persona que toma el hilo debe decir su nombre y el del/la docente y pasarlo a otra persona, la persona que lo recibe debe decir su nombre y el de las dos personas anteriores y así sucesivamente hasta que todos/as hayan dicho su nombre y se haya creado una red.

Reflexión: ¿Cómo nos sentimos creando la red? ¿Fue difícil memorizar los nombres? ¿Por qué? ¿Qué simboliza que todos/as estemos tomando el mismo hilo y formando una sola red?



Actividad 2. Tejido de sueños. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

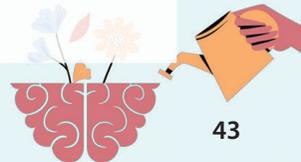
- Hoja de papel en blanco o a colores,
- Lápices de colores o crayola.

Descripción:

Se invita a los y las participantes a soñar la sociedad que desean. Se invita a plasmar esa sociedad en la hoja que se le ha entregado, ya sea escribiendo o con dibujos. Luego, se invita a compartir la sociedad de nuestros sueños y a colocar la hoja en el centro del salón. Después, se invita a tejer los sueños, esto es: a ver los elementos comunes que aparecen de la sociedad de los sueños. En la plenaria se intenta tejer una sociedad soñada por el grupo, de acuerdo con las características que han salido de las reflexiones individuales. Luego de ver la sociedad soñada del grupo, se invita a pensar cómo nos sentimos con esa sociedad y qué desafíos tenemos por delante para construirla.

Reflexión personal con la pregunta: ¿Qué tengo que cambiar yo para construir la sociedad de mis sueños de ahora en adelante?

Se afirman las características de esa sociedad que tienen que ver con la propuesta de cuidado y buen trato.



Actividad 3. Lápiz en botella. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Primario).

Definición: De manera cooperativa introduce el lápiz en la botella.

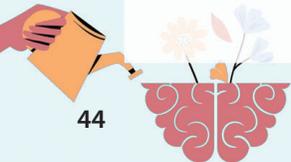
Materiales:

- Cuerda fina
- Lápiz
- Botella.

Descripción:

Se forma un círculo en el que entren todos-as los-las niño-as. Se entrega a cada uno-a un extremo de una cuerda. Por el otro extremo todas las cuerdas se amarran en el centro del círculo, y de ese centro colgará una pequeña cuerda al cual se amarrará un lápiz. Debajo del lápiz se coloca una botella. Los-as niños-as intentarán introducirlo en la botella coordinado los movimientos entre todos-as.

Variables: Se les pedirá sostener la cuerda de diversas formas (con las manos, con la boca, de espaldas, por entre las piernas, sin ver la botella, etc.).



Actividad 4. Aprendemos a escuchar. (Segundo ciclo del Nivel Primario).

Materiales:

- Hojas de colores.
- Pañuelos
- Imágenes tomadas de internet
- Lapiceros.

Descripción:

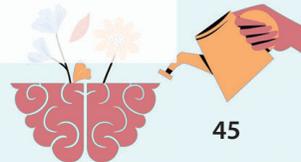
La persona facilitadora escribe sonidos emitidos por algún evento climatológico, animal o cosa en un papel, por ejemplo: lluvia, trueno, caballo, látigo, risa. Se requiere que una persona del grupo sea voluntaria para reproducir de qué sonido se trata. A partir de la reproducción del sonido por parte de la persona voluntaria, todos los demás deberán identificar el sonido.

Todos los participantes que estarán adivinando, tendrán los ojos vendados. Se solicitará a dos participantes hacer sonidos que interfieran y confundan a los demás que intentan adivinar. Los sonidos serán: ambulancia, caballo, látigo, viento y lluvia. La facilitadora explicará la actividad de la siguiente forma: esta persona voluntaria estará haciendo sonidos y ustedes deben adivinar lo que son con los ojos vendados. No se hace referencia a la interferencia que ocurrirá por parte de otros participantes.

Cierre de la actividad.

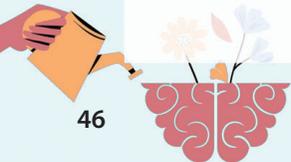
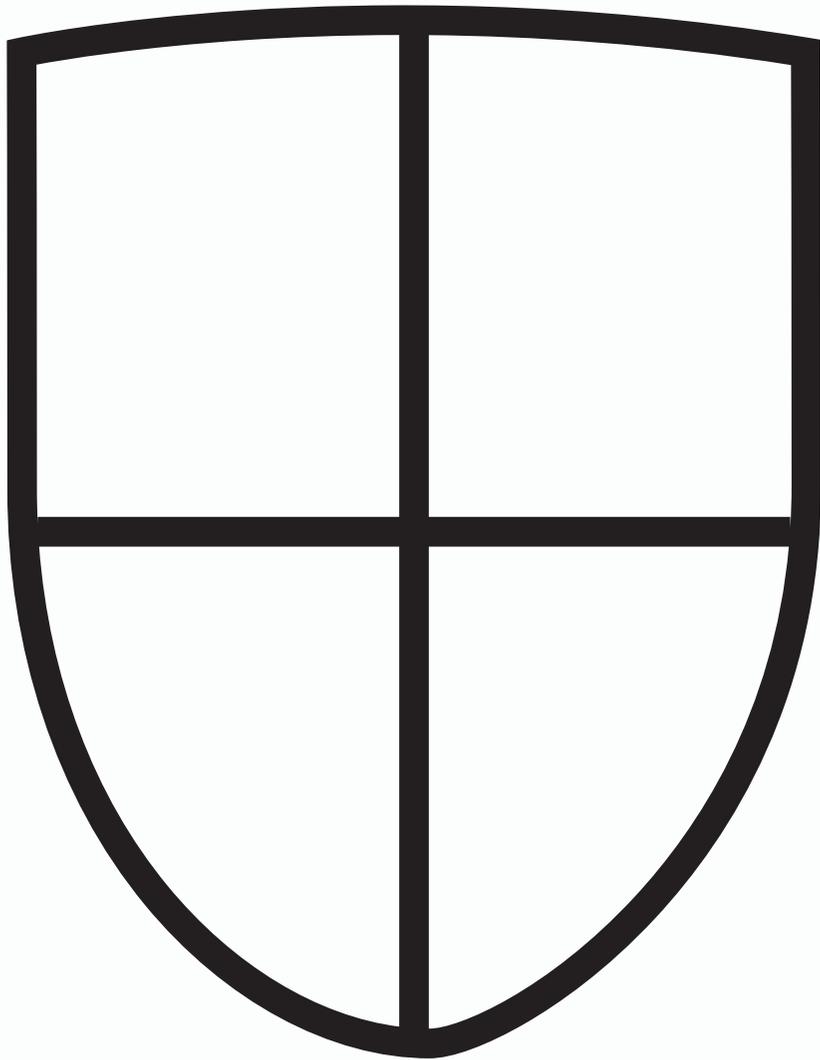
Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



8. Anexos Nivel Primario.

Anexo 1. Para el trabajo con el escudo personal.



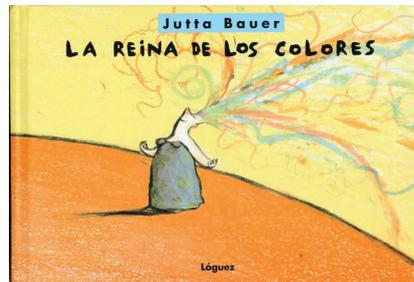
Anexo 2. Para el trabajo con los cuentos y las emociones.



Cuento 1: *Monstruo triste, monstruo feliz*¹, A. Miranda y Ed Emberley, Editorial Océano Travesía. Este llamativo e interactivo libro nos presenta a una serie de monstruos de distintos colores que nos explican cuáles son los eventos que los hacen sentir determinadas cosas. La idea es repasar una a una las emociones para facilitar a los niños el reconocimiento de cada una de ellas y así poder entenderse a sí mismos. Este libro viene además con

una colección de ingeniosas máscaras que representan los distintos estados de humor para poder jugar.

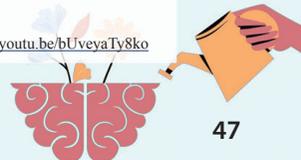
Cuento 2: *La reina de los colores*². Malwida nos presenta uno a uno los colores de su reino. Cada uno representa una emoción en particular. Las cosas se tornan caóticas cuando la reina pierde su temperamento y ya no puede controlar a los colores. Un relato sencillo y de magistrales trazos sobre la importancia del control de las emociones.



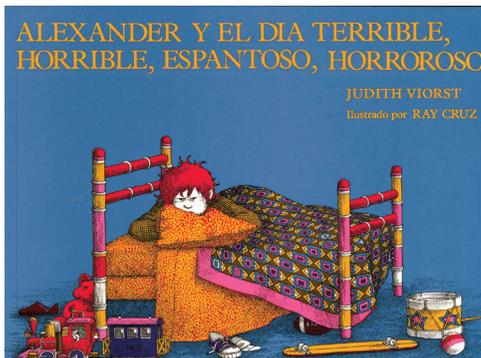
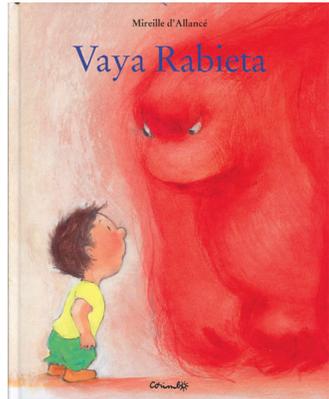
¹ Para descargar el cuento en PDF puede hacerlo a través del siguiente enlace:

<https://escuela03elnial.files.wordpress.com/2020/04/monstruo-triste-monstruo-feliz-ed-emberley.pdf>

² Si el cuento no está disponible en físico se puede acceder a un cuento en el siguiente enlace: <https://youtu.be/bUveyaTy8ko>



Cuento 3. *Vaya rabieta*³. Roberto ha tenido un día difícil y la gota que rebosa el vaso es el plato de espinaca que le sirven para el almuerzo. Furioso, Roberto siente que podría explotar, y sale de su boca un enorme monstruo rojo, quien comienza a destruir todo al su alrededor. Un cuento ideal para trabajar la frustración y el dominio de la ira en los niños pequeños (y los no tan niños).



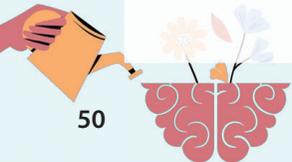
Cuento 4. *Alexander y el día terrible, horrible, espantoso, horroroso*⁴. Alexander tiene un pésimo día; a cada rato le ocurren nuevas desgracias, y esta mala suerte parece no parar. Este clásico de la literatura infantil es perfecto para explicar que todos podemos tener días en que nada sale bien, pero que esos días siempre llegan a su fin.

³ Para descargar el cuento en PDF puede hacerlo a través del siguiente enlace: <https://cpcorella.educacion.navarra.es/blogs/primero/files/2020/06/cuento-vaya-rabieta.pdf>

⁴ Si el cuento no está disponible en físico se puede acceder a un cuento en el siguiente enlace: <https://www.youtube.com/watch?v=12sQqdo16oI>

Nivel Secundario





9. Sugerencias de actividades orientadas al Nivel Secundario.

Las actividades que se proponen a continuación recuperan la importancia del aprendizaje enfocado en la salud emocional, en las habilidades socioemocionales, los derechos humanos, la solidaridad, la cooperación inteligente, la empatía, el autoconocimiento y la cultura de paz. Esta propuesta recoge los aspectos significativos del diseño curricular dominicano que trabaja los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales de la salud emocional, así como la visión de cuáles son aquellas capacidades que hay que empoderar a lo largo de la vida, para fortalecer su proyecto de vida enfocados en la salud emocional, valores de proexistencia y la toma de decisiones autónoma, desarrollando de esta manera una actitud crítica ante la vida.

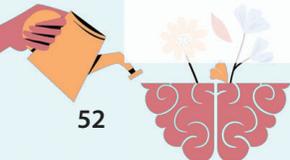
9.2 Conexión de la estrategia de salud emocional con los ejes transversales del currículo en el Primer y Segundo Ciclo del Nivel Secundario.

Los ejes transversales atienden a las necesidades de la sociedad que son exigidas a la educación dominicana, mediante la adecuación y actualización continua, a partir de un trabajo conjunto escuela-comunidad. Responden a las demandas de las comunidades, incorporando al trabajo de la escuela, tópicos que en un momento determinado adquieren una importancia de primer orden, convirtiéndose en temáticas obligatorias para ser trabajadas en los centros educativos. Por su carácter articulador, los Ejes Transversales son un punto de conexión y “pie de amigo” para comprender las diferentes actividades que se proponen.



Primer ciclo del Nivel Secundario

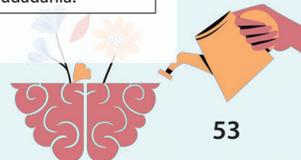
Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Uso de diferentes textos orales y escritos para caracterizar diferentes conflictos que se presentan en contextos sociales, proponiendo soluciones según su capacidad y nivel.	Presentación de análisis crítico de conflictos que se presentan en contextos sociales (escuela, hogar, comunidad, entre otros), haciendo uso de un género textual conveniente, en el que se proponen formas de mediación y/o posibles soluciones.	Elaboración y desarrollo de proyectos sobre mediación y resolución de conflictos sociales del país y el mundo, mediante textos apropiados, con miras a fortalecer la convivencia pacífica, los derechos y deberes ciudadanos.
Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Tipos de conflictos que inciden entre las personas. Derechos humanos.	Factores de los conflictos entre las personas. Ciudadano.	Resolución pacífica de conflictos. Democracia.
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	Seguridad, sociedad, tecnología y ciencia.	Industria, innovación, ciudadanía, sociedad y desarrollo científico y tecnológico vinculado con las ciencias de la vida. Cuestionamiento ético vinculado con Ciencias de la Vida.	Industria, innovación, ciudadanía, sociedad y desarrollo científico y tecnológico vinculado con la química y la Física.



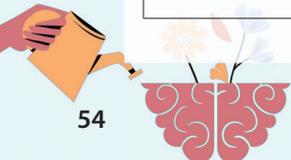
Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Primero	Segundo	Tercero
Ciudadanía y convivencia	<p>Presenta las características de la cultura de la vida según los valores cristianos y los Derechos Humanos.</p> <p>Realización de panel sobre la felicidad y las vivencias religiosas en la familia.</p> <p>Analiza las principales dificultades que viven los adolescentes en su desarrollo y en sus relaciones sociales y familiares.</p>	<p>Plantea los elementos culturales y valores fundamentales de la familia dominicana.</p> <p>Identificación y clasificación de los valores que se viven en su familia, en la escuela y en su comunidad.</p> <p>Argumentación sobre el respeto a la vida y a la dignidad de la persona a partir de la Declaración Universal de los Derechos Humanos y de la Constitución Dominicana.</p>	<p>Análisis de las dificultades que vive en su entorno familiar y grupal y aplica criterios para su resolución.</p> <p>Propicia un clima de armonía en la relación con sus padres, madres, tutores/as y familiares.</p> <p>Examina y enumera los distintos problemas que afectan a la familia en la sociedad de hoy.</p>

Segundo ciclo del Nivel Secundario

Lengua Española			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	<p>Utilización de textos variados en la caracterización de conflictos que se presentan en entornos donde se desenvuelve (escuela, hogar, comunidad, entre otros), ofreciendo propuestas de solución según su nivel y capacidad.</p>	<p>Análisis crítico de conflictos que se presentan en contextos sociales (escuela, hogar, comunidad, entre otros), haciendo uso de textos convenientes, proponiendo proyectos de mediación con miras a solucionarlos.</p>	<p>Presentación de proyectos sobre mediación y resolución de conflictos sociales (personal, familiar, comunitario, del país y el mundo), haciendo uso de la tipología textual apropiada (diálogos, análisis, otros), ofreciendo conclusiones y recomendaciones relacionadas con la convivencia pacífica, el respeto y cumplimiento de los derechos y deberes de la ciudadanía.</p>



Ciencias Sociales			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	<p>Análisis de tipos de conflictos que inciden entre las personas.</p> <p>Realización de campaña sobre los Derechos Humanos.</p> <p>Identidad y relaciones interculturales.</p>	<p>Factores de los conflictos entre las personas.</p> <p>Ciudadanía</p> <p>Identidad y relaciones interculturales.</p>	<p>Resolución pacífica de conflictos.</p> <p>Democracia.</p> <p>Análisis de los factores que afecta, en el presente, la identidad y las relaciones interculturales.</p>
Ciencias de la Naturaleza			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	Seguridad	Industria	Comunicación.
Formación Integral Humana y Religiosa			
Ejes transversales	Grados		
	Cuarto	Quinto	Sexto
Ciudadanía y convivencia	<p>Describe la importancia de construir relaciones de paz y de respeto ante situaciones personales, familiares, sociales, culturales y religiosas.</p> <p>Relaciones de paz, respeto y cuidado con todo lo creado.</p>	<p>Debate sobre experiencias familiares de violencia y experiencias de complementariedad entre el hombre y la mujer.</p> <p>Elaboración y socialización de un decálogo sobre la igualdad entre hombres y mujeres.</p> <p>Investigación y socialización de los beneficios y perjuicios que genera la tecnología de la información y la comunicación en la convivencia familiar.</p>	<p>- Integra valores y actitudes del cristianismo en la resolución de problemas, el fomento de su realización personal y el crecimiento comunitario a situaciones conflictivas.</p>



10. Actividades propuestas para los ciclos del Nivel Secundario articuladas con las intenciones de los ejes transversales.

AUTOCONOCIMIENTO Y AUTOESTIMA

Nota conceptual para favorecer la comprensión:

Un aspecto esencial que construye la persona en base a su salud emocional es ese proceso reflexivo mediante el cual el estudiantado adquiere la conciencia de que es una persona en constante crecimiento y proceso transformador: “la persona está siendo”. Por tanto, el proceso de autoconocimiento se convierte en la base y el sustento de la autoestima, que es el autoconcepto, o sea aquellas cosas que siento y pienso de mi propia persona. Es por esto que en este apartado se trabajan una serie de actividades importantes que influyen en la autopercepción, autoobservación, la valoración de sí mismos-as y la aceptación de su persona.

Actividad 1. Nuestra presentación ante los demás¹. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Material:

- 1 hoja de papel
- Lápices.
- Lápices de colores, crayolas.
- 1 foto pequeña de los estudiantes (impresa).
- Pegamento.

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

¹ La siguiente actividad está tomada de: Trianes Torres & Fernández-Figueras (2001). Aprender a ser personas y a convivir. Editorial Desclée de Brouwer. Se adaptan algunos momentos a la realidad del contexto dominicano, sin alterar la intención pedagógica del autor del texto.



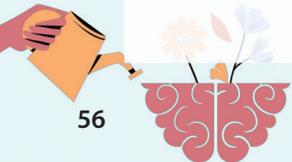
Descripción:

Se solicita a los estudiantes que peguen en el centro de una hoja de papel, su foto. Luego, se les invita a que dividan la hoja en 4 partes, quedando la fotografía en el centro de los cuadrantes. En el cuadrante superior izquierdo se colocan algunas cualidades físicas personales, en el derecho se colocan aquellas cualidades que les gustaría alcanzar. En el inferior izquierdo se colocan aquellas virtudes y valores que tienen los estudiantes y en el inferior derecho aquellas virtudes y valores que les gustaría alcanzar.

Una vez que han terminado de elaborar su presentación.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 2. Dinámica de nuestro escudo personal. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Materiales:

- 1 hoja de papel con el escudo impreso.
- Lápices.
- Lápices de colores, crayolas.

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Descripción:

Esta actividad permite que los-as estudiantes puedan trabajar aquellas características personales que más les identifican de una manera creativa y lúdica, además de ampliar el conocimiento que se tiene de sí mismo y desarrollar de esta forma un sano y equilibrado autoconcepto, descubriendo sus potencialidades y fortalezas. La persona que coordina la actividad, maestra-o u orientador-a explica brevemente que los escudos son una representación gráfica que contienen dibujos, lemas, que identifican a familias, ciudades, etc. Esos lemas son las características esenciales de los pueblos y de sus habitantes. En este sentido, esta actividad lo que persigue es que cada uno de los estudiantes tome el esquema del escudo (Ver anexo 1 página:) y que en cada uno de los cuadrantes coloquen aquellas frases, palabras, dibujos que los identifiquen, destacándolas con colores, formas y texturas, entre otros. Una vez que finalicen, se presenta cada uno con su escudo y luego cada escudo se expone en una pared del salón de clases dedicada a las producciones del estudiantado.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 3. Mis fortalezas². (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Materiales:

- Hoja de papel
- Colores, lápices
- Cinta adhesiva.

Descripción:

El maestro o la maestra solicita a los estudiantes que piensen en aquellas cosas que saben hacer bien y que los hacen sentirse seguros. Luego, reparte una hoja de papel a cada uno y le pide que dibujen un árbol y le pongan una rama por cada cosa que saben hacer bien. En cada rama, escribir o dibujar las cosas para la que son muy buenos (en vez de un árbol puede ser un sol, una estrella, una flor o un dibujo libre en el que se pongan estas habilidades).

Al terminar su dibujo, se les pide que lo peguen en el espacio de las producciones de los estudiantes en el salón de clases y se invitan a todos a mirar sus propios trabajos y los de sus compañeros, tratando de encontrar en qué se parecen unos y otros. De esta forma, podrán determinar quiénes son buenos en algo que otros no lo son y cómo pueden ayudarse entre ellos.

Finalmente, reunirse en círculo y comentar:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?

² La siguiente actividad está tomada de: Escobedo, Luz María (2013). *Aprender diferente*. Editorial Pax México. Se adaptan algunos momentos a la realidad del contexto dominicano, sin alterar la intención pedagógica del autor del texto.



IDENTIFICACIÓN DE EMOCIONES Y EMPATÍA

Nota conceptual para favorecer la comprensión:

Una de las habilidades que más aporta a la salud emocional del estudiantado es potenciar la capacidad de compartir con los otros sus propios sentimientos y emociones, tratando de encontrar el punto de vista del otro que no necesariamente coincide con el nuestro. La empatía permite, de este modo, identificar las emociones y sentimientos de la otra persona, creando una base para la solidaridad y la cooperación.

Actividad 1. Dinámica: la fotopalabra y las emociones. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Materiales:

- Fotos o recortes de revistas.

Descripción:

Se sugiere presentar varias fotos a todos los estudiantes o imágenes de recortes de revista. Se invita a cada participante a que elija dos. Por turno, cada alumno describe a los demás el significado que para ellos tienen las fotos que han escogido, qué les sugieren, qué valores y qué ideas se reflejan en las imágenes y cuál es el motivo de la elección.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 2. Dibujamos las emociones y sentimientos. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Materiales:

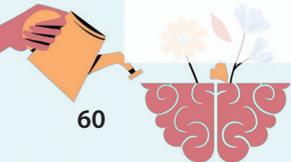
- Hojas de papel.
- Lápices de colores, crayolas.

Descripción:

Para casi todos los estudiantes, las palabras: ira, tristeza, enojo, alegría tienen un mismo significado, pero no todos sentimos lo mismo cuando las experimentamos en nuestro interior. Es por esto que se sugiere en esta actividad que cada uno pueda dibujar lo que siente frente a cada una de estas emociones y le coloque encima el nombre a su trabajo. Cuando estés dibujando, recuerda alguna situación que te haya hecho sentir ira, tristeza, enojo, alegría. Si puedes, al finalizar tu dibujo, preséntalo al resto de los compañeros y compañeras y comunica aquello que puedas, teniendo en cuenta lo que te ha aportado reconocerlo mediante esta actividad.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 3. Nudo humano. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

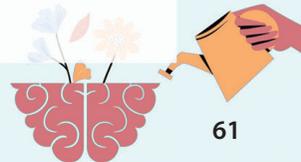
Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Descripción:

Se forman grupos de unas 10 personas y se ponen en círculo, hombro con hombro. Todas las personas tienen que extender los brazos hacia delante y tomar dos manos de algún compañero que no sean los que tienen a los lados. Así, formarán un nudo muy fuerte. La actividad para trabajar la empatía consiste en desatar el nudo sin soltarse las manos, poniéndose de acuerdo entre todos.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 4. El museo de cera. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 2 horas.

Descripción:

Se organizan los estudiantes en grupos de cinco (5) personas y se le asigna a cada uno una emoción, negativa o positiva, entre las que se encuentren:

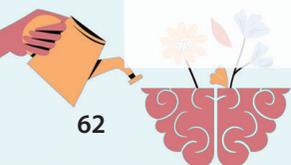
- Sorpresa.
- Timidez.
- Celos.
- Culpa.
- Pasión.
- Esperanza.
- Vergüenza.

En cada uno de los grupos se eligen tres escultores, que son los que van a esculpir la imagen de cada una de las emociones citadas anteriormente en una persona que elijan en cada uno de los grupos. El trabajo de los escultores es que las estatuas puedan reflejar con gestos o con posiciones concretas, la emoción que le ha tocado al grupo. Los demás grupos tendrán que adivinar la emoción que representa cada estatua de los otros grupos.

Cierre de la actividad.

Conversamos con todos los estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 5. Proyecto de aprendizaje – servicio. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Tiempo estimado para la actividad: 8 horas.

Descripción:

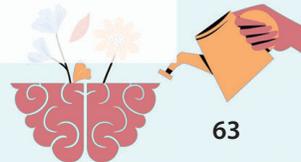
Se invita a los docentes y a los estudiantes a identificar alguna necesidad que tenga la comunidad para llevar a cabo una ayuda de servicio por parte de los estudiantes. La ayuda debe ser siempre alguna actividad que no ponga en riesgo a los estudiantes, con lo cual serán pequeños proyectos de ayuda que además de habilidades sociales y salud emocional, desarrollen en ellos y ellas la sensibilidad frente a necesidades de la sociedad.

Se planifica con los estudiantes las acciones que se llevarán a cabo: ¿Cómo lo van a hacer? ¿En qué horario se puede llevar a cabo esta ayuda? Una vez que finalice el proyecto se recoge, con ayuda de los-as estudiantes, sus impresiones con respecto a la experiencia vivida.

Cierre de la actividad.

Conversamos con todos los estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Nota conceptual para favorecer la comprensión:

La asertividad es la capacidad que desarrollan los seres humanos al aprender sobre sus derechos y autoafirmarlos con conciencia, sin permitir que los o las demás puedan quitarle su autonomía. Es una de las habilidades sociales que más se necesitan en este mundo de hoy y, sobre todo, en contextos en los que apostamos por defender la libertad de las personas. La asertividad es un atributo importante para tener la posibilidad de argumentar y ejercer la democracia. Es la capacidad de expresarse, de ser directos, sin herir, de actuar con franqueza y permitir que los demás también puedan actuar de la misma manera. Es la capacidad de expresarse, de ser directos, sin herir, de actuar con franqueza y permitiendo que los demás también puedan llevarlo a cabo. Si bien es cierto que nacemos con un determinado temperamento, también es cierto que los seres humanos formamos un carácter, y este lo podemos modificar en base a aquellas decisiones, aquellas virtudes y valores que decidimos vivir. Es importante que maestros, maestras, orientadores y orientadoras formen en los estudiantes la capacidad de optar, de tomar decisiones en base a virtudes que forman el carácter del ser humano.

Actividad 1. Juegos de mesa. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia*

Materiales:

- Juegos de mesa.

Tiempo estimado para la actividad: 3 días, espaciados en el año escolar.

Descripción:

El autocontrol y la comunicación asertiva son herramientas que permiten autorregular nuestras emociones y comunicarnos efectivamente sin violentar ni irrespetar a los demás.

Los juegos de mesa son una oportunidad de enseñarle al estudiantado reglas,



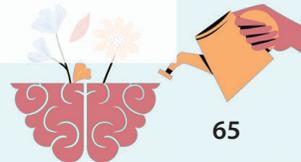
acuerdos y a escuchar tranquilamente. También, puede enseñarle a repasar conceptos como los números, los colores o cualquier otro tema que pueda reforzarse en la casa. Por medio de los juegos de mesa, los niños tienen la oportunidad de crear estrategias, organizar procesos y llevarlos a cabo. Las situaciones de pérdida en el juego son una oportunidad de reflexionar y conversar sobre la estrategia utilizada, analizando los pros y los contras y conocer el punto de vista de los demás jugadores.

Juegos que se pueden recomendar:

1. Parchís.
2. Uno.
3. Ajedrez.
4. Damas.
5. Cubo Rubik.
6. Rompecabezas.

Cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 2. Elijo aquel objeto que me identifica. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Tiempo estimado de duración de la actividad: 2 horas.

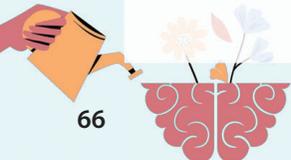
Descripción:

El maestro o la maestra prepara en el salón de clases un espacio donde colocará varios objetos previamente. Encima de esta mesa se coloca un cartel con el nombre del taller: "Elijo aquel objeto que me identifica". La idea es que cada uno de los-as estudiantes pueda observar, por espacio de tres minutos, todos los objetos que hay encima de la mesa y pueda, luego, elegir uno de ellos y responder a las siguientes preguntas:

1. ¿Qué objeto he elegido? o ¿Cuáles objetos he elegido? (cada estudiante puede elegir hasta 2 objetos).
2. ¿En qué se parece este objeto a mí?
3. ¿Qué es lo que más me gusta de este objeto que he elegido?
4. ¿A qué me invita en lo adelante?

Una vez que todos han compartido el mensaje con el resto de los compañeros y compañeras se invita a cada uno de los-as estudiantes a que escriban en su diario reflexivo, las respuestas a las siguientes preguntas, a modo de cierre de la actividad:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



COOPERACIÓN

Nota conceptual para favorecer la comprensión:

La cooperación es una habilidad esencial para la vida y se puede definir como el acto o proceso de trabajar en conjunto para alcanzar un propósito común, o lograr un beneficio mutuo. La cooperación demuestra la capacidad para trabajar de manera efectiva y respetuosa con diversas personas o equipos, hacer compromisos, crear consensos para tomar decisiones, asumir responsabilidades compartidas en tareas colaborativas y valorar las opiniones y contribuciones individuales de otras personas, a partir de una fuerte identidad individual (Unicef, 2022). Es importante tener en cuenta que esta cooperación debe ir también dirigida, no solo a los que están cerca, con los que son de nuestro “bando” o familia, sino que tiene que extenderse también a los lejanos, a los que no forman parte de nuestras culturas. La cooperación inteligente va siempre más allá.

Actividad 1. Sosteniendo el globo. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Un globo.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

Descripción:

Se lanza un globo al aire con el objetivo de que no toque el suelo. Los estudiantes tendrán que organizarse en el espacio de tal forma que puedan evitarlo, pasándose el globo continuamente, evitando que se caiga.



Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?

Actividad 2. Llevando la pelota. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Una pelota.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

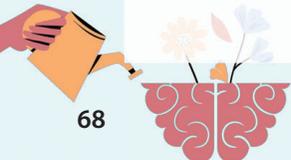
Descripción:

Los-as estudiantes se organizan por parejas. Se selecciona un recorrido con una salida y una meta. Tendrán que llevar un balón entre cada pareja, pero sin tocarlo con las manos. Por ejemplo, espalda con espalda, frente con frente, o lo que se les ocurra. Si el balón se les cae, tendrán que volver a la línea de salida.

Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 3. Pasar el aro. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Un aro.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

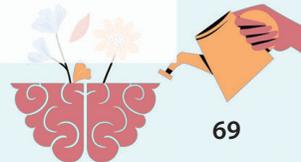
Descripción:

Se organizan los estudiantes en círculo tomados de las manos, con el objetivo de que el aro quede entre los brazos de dos de los niños del gran círculo. La idea es que todos tiene que ir pasando el aro de un estudiante a otro sin soltarse las manos, hasta que este de la vuelta completa y llegue al lugar de donde salió.

Cierre de la actividad:

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



Actividad 4. La silla musical cooperativa. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

- Sillas. (Una silla menos que el total de participantes).

Tiempo estimado de duración de la actividad: 40 minutos

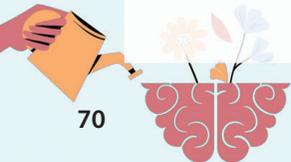
Descripción:

Colocar sillas en círculo, siempre restando una del total de estudiantes que participarán en la actividad. Se trata de colocar músicaailable, puede ser salsa, merengue entre otras, al parar de escuchar un fragmento de la canción, todos los integrantes del gran grupo se sentarán en las sillas. Como es lógico al faltar una silla, uno de los integrantes no conseguirá sentarse en una de ellas y la opción es que uno de los compañeros o una de las compañeras le invite a sentarse al lado en su silla, ofreciéndole un espacio, y de esta manera no se queda nadie de pie. En cada ronda se irá retirando una silla de tal manera que vayan quedando menos en el juego.

Cierre de la actividad.

Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



CULTURA DE PAZ

Nota para favorecer la comprensión:

La paz es importante en nuestro mundo actual. No se trata simplemente de hablar de cultura. La cultura de paz no es un simple movimiento o una serie de actividades con un hilo conductor; sino, la promoción y vivencia internalizada de un conjunto de valores, actitudes y comportamientos que reflejan el respeto por la vida humana y el reconocimiento de la dignidad de las personas. Es un modo de estar en el mundo y de hacer historia, desde el procesamiento positivo de conflictos mediante el diálogo, los acuerdos, el respeto, la negociación entre personas y naciones, teniendo siempre presente los derechos humanos, la importancia de la justicia, la autonomía, la libertad, la igualdad y la solidaridad.

Actividad 1. La Telaraña. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

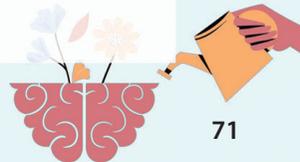
- Hilo de gangorra u otra cuerda fina.

Tiempo estimado de duración de la actividad: 20 minutos

Descripción:

Debemos realizarla en un espacio amplio. Todos/as nos colocamos en círculo. El/la docente tiene el hilo de gangorra y comienza diciendo su nombre y se lo pasa a otra persona, la persona que toma el hilo debe decir su nombre y el del/de la docente y pasarlo a otra persona, la persona que lo recibe debe decir su nombre y el de las dos personas anteriores y así sucesivamente hasta que todos/as hayan dicho su nombre y se haya creado una red.

Reflexión: ¿Cómo nos sentimos creando la red? ¿Fue difícil memorizar los nombres? ¿Por qué? ¿Qué simboliza que todos/as estemos tomando el mismo hilo y formando una sola red?



Actividad 2. Tejido de sueños. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Ejes transversales: *Desarrollo personal y profesional, Ciudadanía y convivencia.*

Materiales:

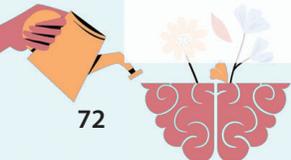
- Hoja de papel en blanco o a colores,
- Lápices de colores o crayola.

Descripción:

Se invita a los y las participantes a soñar la sociedad que desean. Se invita a plasmar esa sociedad en la hoja que se la ha entregado, ya sea escribiendo o con dibujos. Luego, se invita a compartir la sociedad de sus sueños y a colocar la hoja en el centro del salón. Después, se invita a tejer los sueños, esto es: a ver los elementos comunes que aparecen de la sociedad de los sueños. En la plenaria se intenta tejer una sociedad soñada por el grupo, de acuerdo con las características que han salido de las reflexiones individuales. Luego de ver la sociedad soñada del grupo, se invita a pensar cómo nos sentimos con esa sociedad y qué desafíos tenemos por delante para construirla.

Reflexión personal con la pregunta: ¿Qué tengo que cambiar yo para construir la sociedad de mis sueños de ahora en adelante?

Se afirman las características de esa sociedad que tienen que ver con la propuesta de cuidado y buen trato.



Actividad 3. Lápiz en botella. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Definición: De manera cooperativa introducir el lápiz en la botella.

Materiales:

- Cuerda fina
- Lápiz
- Botella.

Descripción:

Se forma un círculo en el que entren todos-as los-las niño-as. Se entrega a cada uno-a un extremo de una cuerda. Por el otro extremo todas las cuerdas se amarran en el centro del círculo, y de ese centro colgará una pequeña cuerda al cual se amarrará un lápiz. Debajo del lápiz se coloca una botella. Los-as niños-as intentarán introducir el lápiz en la botella coordinado sus movimientos entre todos-as.

Variables: Se les pedirá sostener la cuerda de diversas formas (con las manos, con la boca, de espaldas, por entre las piernas, sin ver la botella, etc.).

Actividad 4. Aprendemos a escuchar. (Primer ciclo y Segundo ciclo del Nivel Secundario).

Materiales:

- Hojas de colores.
- Pañuelos
- Imágenes tomadas de internet
- Lapiceros.

Descripción:

La persona facilitadora escribe sonidos emitidos por algún evento climatológico, animal o cosa en un papel, por ejemplo: lluvia, trueno, caballo, látigo, risa.

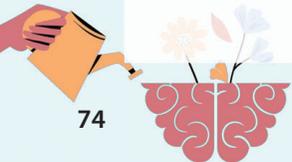


Se requiere que una persona del grupo sea voluntaria para reproducir de qué sonido se trata. A partir de la reproducción del sonido por parte de la persona voluntaria, todos los demás deberán identificar el sonido. Todos los participantes que estarán adivinando, tendrán los ojos vendados. Se solicitará a dos participantes hacer sonidos que interfieran y que confunda a los demás que intentan adivinar. Los sonidos serán: ambulancia, caballo, látigo, viento y lluvia. La facilitadora explicará la actividad de la siguiente forma: esta persona voluntaria estará haciendo sonidos y ustedes deben adivinar lo que son con los ojos vendados. No se hace referencia a la interferencia que ocurrirá por parte de otros participantes.

Cierre de la actividad.

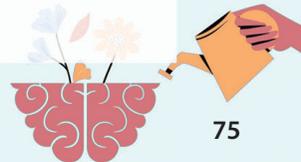
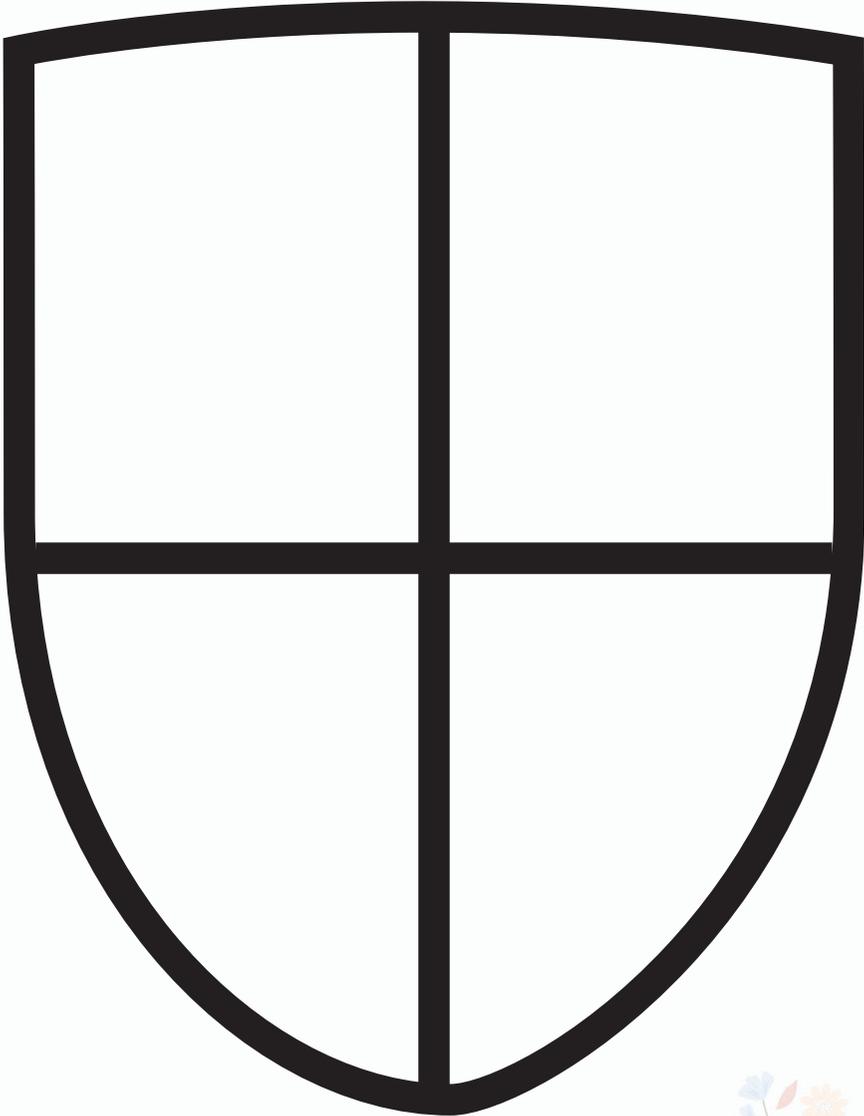
Una vez que termina la actividad, se comparte con los-as estudiantes:

1. ¿Cómo se sintieron en la actividad?
2. ¿Qué fue lo que más les gustó de la misma?
3. ¿Qué aprendí de esta actividad?



11. *Anexos Nivel Secundario.*

Anexo 1. Para el trabajo con el escudo personal.



12. Bibliografía

Arias, Carmen & Ortega, Abel. (2014). *Círculos de lectura y escritura en el salón de clases*. Centro Cultural Poveda, Inc.

Ceballos, Rita; Frías, Marcia & Lora, Isabel (2011) *Hagamos un trato por el buen trato. Campaña educativa que promueve una Cultura de Paz*. Santo Domingo: Centro Cultural Poveda.

Goleman, D. (1995). *La inteligencia emocional*. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.

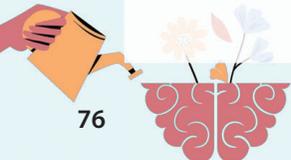
Minerd (2016 (a)) *Bases de la Revisión y Actualización Curricular*. Santo Domingo: Ministerio de Educación de la República Dominicana.

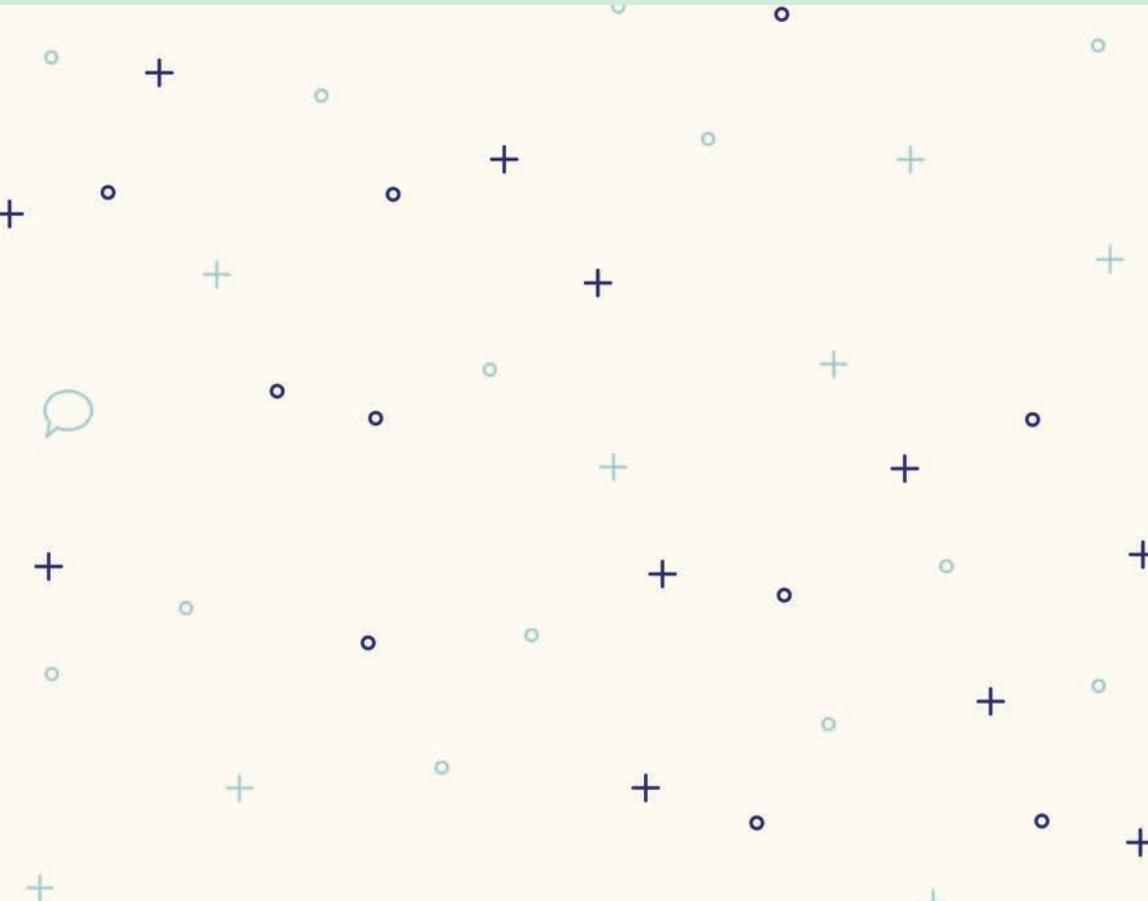
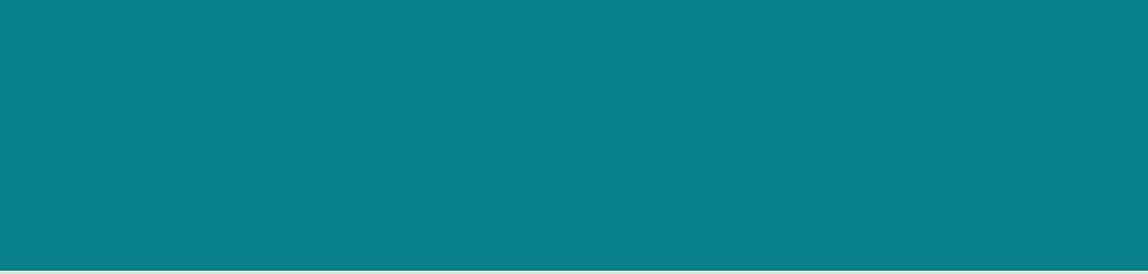
Minerd (2022 (b)) *Adecuación Curricular Nivel Primario*. Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2022 (c)) *Adecuación Curricular Nivel Secundario*. Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2016 (d)) *Construyendo la Paz en la Escuela: Cuidado y Buen Trato. Procesamiento Positivo del Conflicto*. Ministerio de Educación de la República Dominicana.

Minerd (2016 (e)) *Cultura de paz y Buen trato*. Ministerio de Educación de la República Dominicana.





Av. Máximo Gómez 2, Santo Domingo República Dominicana
TELÉFONO 809 688 9700 MINISTERIODEEDUCACION.GOB.DO