

PROYECTO DE ECOLOGÍA EMOCIONAL
COLEGIO CERRO DE LA CRUZ/CORTES.

ME QUIERO PARA PODER
QUERERTE

DIA 30 ENERO / DÍA ESCOLAR NO VIOLENCIA

ACTIVIDAD 1: **LA RELACIÓN CON NOSOTROS MISMOS.** El objetivo de la actividad es ayudar al alumnado a conocerse.

MÚSICA PARA EL CENTRAMIENTO (Sugerencias)

<https://www.youtube.com/watch?v=5ZgISozP9Us>

<https://www.youtube.com/watch?v=HnhjRCEnIFo>

<https://www.youtube.com/watch?v=oEkQfrjbo7E>

<https://www.youtube.com/watch?v=hlWiI4xVXKY&t=23s>

<https://www.youtube.com/watch?v=RBmsilX0DMA>

<https://www.youtube.com/watch?v=4wYCet9rtEo>

- Centramiento con actividades para Educación Infantil:

La pizzería (pág. 161)

Un instante de reposo (pág. 215)

A) TRABAJAR CON EL VÍDEO (Sugerencias)

<https://www.youtube.com/watch?v=IEIzucIRxn8>

<https://www.youtube.com/watch?v=52U4gT-hxIs>

https://www.youtube.com/watch?v=ls1wK9g_nzg

<https://www.youtube.com/watch?v=zhp2E6FL3kw>

<https://www.youtube.com/watch?v=XU3SlbNAZIo&feature=youtu.be>

<https://www.youtube.com/watch?v=JzI6ttYersA>

Los vídeos pueden trabajarse cómo se considere oportuno. Desde el equipo impulsor os proponemos unas sugerencias pero el profesor/a que está con el alumnado cada día es el que mejor lo conoce y sabe cómo trabajar.

SUGERENCIAS:

- TIEMPO PARA EXPRESARSE. Dejar que el alumnado exprese qué ha sentido, qué le ha gustado, qué no le ha gustado.... lo que quieran comentar
- PREGUNTAS DESPERTADOR. Lanzar preguntas para ayudarles a entender el vídeo. A modo de ejemplo: ¿Por qué rechaza a la mosca? ¿Cuanto más se resiste he intenta acabar con la mosca ocurre que...?

LA PERSONA PACÍFICA no rehuye el conflicto y los problemas, sino que los enfrenta, sin agredir ni lesionar a los demás o a sí misma. Es alguien con autocontrol de sus emociones. Identifica sus emociones, las interpreta y sabe dar una salida adaptándose a la situación. La paz no es ausencia de guerra o conflicto, es ser capaz de seguir en calma aunque exista ese conflicto.

- POSTURAS DE YOGA QUE AYUDAN A PERMANECER EN CALMA EN SITUACIONES COMPLICADAS. Noemí pasará por las clases para enseñarnos y compartir con el profesorado y el alumnado (si os interesa hablad con ella para fijar día y hora)
- Se puede empezar a construir **las cajitas de las emociones** y trabajar con ellas durante el curso

ACTIVIDAD 2. LA RELACIÓN CON LOS DEMÁS. PALABRAS PUENTE. El objetivo de la actividad es que comprendan que las palabras no son inocentes, tienen una gran carga emocional. Existen las PALABRAS DARDOS (VIOLENCIA) : ignorar, tratar con desdén, culpabilizar, criticar, chantaje emocional, silencio, gritos... ante ellas somos capaces de ser una semilla de paz, sonriendo, dando las gracias, escuchando, ofreciendo, aportando puntos de vista diferentes...

A) El alumnado de 6º de Primaria os va a proporcionar tres corazones, dos blancos y uno rojo hechos en cartulina. Cuando lo lleven a vuestra aula van a explicar la actividad. Esta actividad se puede realizar durante todo el curso en el aula. Porfa, haced fotos al alumnado de 6º explicando la actividad. Gracias.

*Para Educación Infantil puede resultar interesante las actividades:

- Regalar palabras bonitas (pág. 83)

– Sesión de risoterapia (pág. 149)

B) Construimos entre el grupo (profes/alumnado) la **ESCALERA PUENTE**. Cada clase va a elaborar un cartel o varios con una palabra para colocarlo en el frontal de la escalera de esa forma las iremos leyendo al subir. Ejemplos de palabras; NANKURUNAISA, RESILIENCIA, ACEPTACIÓN... Colocaremos un cuadro en la sala de profesores para que cada persona pueda escribir la palabra que elige para hacer con el alumnado y evitar repeticiones. El tamaño lo marca la escalera, os dejaremos cartulinas preparadas en el rincón de Ecología Emocional (sala de profesores) para que podáis elaborar el cartel. Una vez realizado se hará una foto con parte del alumnado (con todos es complicado porque debemos respetar las distancias) y se dejará el cartel en el rincón de Ecología Emocional. Los especialistas pueden elegir con qué clase lo hacen. Una misma clase puede elegir varias palabras. Sería enriquecedor que apareciesen palabras en los diferentes idiomas que se trabaja en el cole. **El último día para entregar los carteles será el 27 de enero.**

EJEMPLO



RESILIENCIA

ACTIVIDAD 3. **LA RELACIÓN CON EL MUNDO**, El objetivo de la actividad es que comprendan que pequeños grupos pueden contribuir a cambiar el mundo y que somos capaces de ser semillas de paz que germinan, por ello, vamos a realizar un trabajo en equipo...¡Vamos a hacer arte, HAPPENING! Para ello, vamos a utilizar la paloma que aparece en la puerta del edificio de Primaria. Elaboraremos carteles sencillos y los iremos pegando en la paloma. **EL ÚLTIMO DÍA PARA COLOCAR PALABRAS EN LA PALOMA ES EL 25 DE ENERO.**

EJEMPLO



CANCIÓN DEL PROYECTO:

<https://www.youtube.com/watch?v=n9ppwF6h1sc>

Cada alumno/a hará sus manos en cartulina de diferentes colores y con ellas, el equipo impulsor, cubriremos las COMETAS que ondearán desde nuestras ventanas. Las cometas las colocaremos, el equipo impulsor, el día 29 de enero.

Durante la última semana de enero se escuchará la canción a la entrada.

VÍDEO DEL PROYECTO

Vamos a hacer un vídeo que recoja las actividades que estamos realizando. Porfa, haced fotos divertidas con el cartel de las escaleras, con las manos, todo lo que se os ocurra está bien... Con estas fotos y la música de fondo de la canción del proyecto formaremos el vídeo. Recordad las medidas que debemos tomar, número reducido de alumnado por foto, mascarillas, cero contacto, distancias....

PEGATINAS

El 29 os entregaremos unas pegatinas (el modelo aparece más abajo) para que el alumnado las coloque en su agenda como recuerdo de la actividad.

#CERRO/NOVIOLENCIA

VIVAN LAS MANOS DE COLORES

(Happening)

LETRA

Si alguien se ríe de lo que haces, y si se burlan de tus sueños,
no hagas ni caso y se tú mismo, para gustos los colores.
Si eres feliz con lo que haces, y no haces daño a los demás,
debes sentirte orgulloso, un valiente de verdad.

Vivan las manos de colores, vivan los gestos con valores,
aplausos para los valientes, viva la vida de colores.
Vivan las manos de colores, vivan los gestos con valores,
aplausos para los valientes, viva la vida de colores.

Si ves que el frío te congela, y alrededor sólo hay tinieblas,
prueba a buscar en tu corazón, el color está muy cerca.

Vivan las manos de colores, vivan los gestos con valores,
aplausos para los valientes, viva la vida de colores.
Vivan las manos de colores, vivan los gestos con valores,
aplausos para los valientes, viva la vida de colores.

Vivan las manos de colores, vivan los gestos con valores,
aplausos para los valientes, viva la vida de colores.
Vivan las manos de colores, vivan los gestos con valores,
aplausos para los valientes, viva la vida de colores.



