



Protegiéndote



Programa de Prevención Universal

Infantil – 4 años



Introducción

Este programa de prevención universal de las drogodependencias se centra en los principales factores psicosociales que se asocian con el inicio del consumo de drogas en el ámbito escolar.

El programa se dirige a todas las etapas educativas. En el caso del segundo curso del segundo ciclo de educación infantil, consta de ocho unidades didácticas, diseñadas para ser aplicadas a lo largo de diez sesiones en el aula, aunque dependiendo del estilo de trabajo del profesor/a, la participación del alumnado u otros factores contextuales, ciertas unidades pueden requerir alguna sesión adicional.

Para cada unidad didáctica, se indican un objetivo general y una serie de objetivos específicos, estos sirven de guía para el desarrollo de la unidad, y dentro de ellas se van enmarcando las distintas actividades propuestas. Además el profesor/a cuenta con información sobre aspectos teóricos sobre el contenido de cada unidad.

Finalmente, en cada actividad se recoge una breve introducción, su desarrollo y los materiales necesarios, una serie de aspectos sobre los que se hará hincapié a modo de "recuerda" y un apéndice que contiene los recursos necesarios para el desarrollo de algunas de las actividades.



Infantil – 4 años

Componentes	Unidades Didácticas	Actividades
 Actitudes positivas hacia la salud	1. Hábitos de descanso 2. Las “chuches”	1. La actividad física y el descanso 2. ¡Las “chuches” con moderación, y si son frutas, mejor!
 Control emocional	3. Los miedos 4. La expresión no verbal de las emociones	3. El bosque oscuro 4. Imito a mi profesor y así aprendo un montón/Imito a mi profesora y así aprendo a todas horas
 Habilidades de interacción social	5. Normas de convivencia 6. Sentimiento de pertenencia a grupos sociales	5. El juego de las normas 6. Pertenezco/no pertenezco
 Solución de problemas y toma de decisiones	7. Aprendiendo a valorar las consecuencias de compartir	7. El mono Carolo 8. Mi bolsa de chuches
 Hábitos implicados en el aprendizaje escolar	8. Desarrollo de la memoria auditiva	9. Los animales que salen de mi boca 10. A mi memoria le gusta que repita esta lista



Objetivo general

- Iniciar a los niños/as en la práctica de hábitos de descanso apropiados en el medio educativo.

Objetivos específicos

- Asociar situaciones de gran actividad física, con la posterior necesidad de descanso para recuperarse de la fatiga.
- Practicar con los alumnos/as ciclos de respiración como instrumento para facilitar el proceso de recuperación de la fatiga.

Claves para el profesorado

- ▶ El descanso entendido como el tiempo necesario para restablecer el equilibrio, reponiendo los nutrientes consumidos y permitiendo una distensión muscular y psíquica, es un elemento clave en la vida humana, especialmente en los niños/as.
- ▶ Los hábitos de descanso inapropiados pueden provocar, entre otras consecuencias, alteraciones comportamentales, problemas de aprendizaje, memoria, concentración y un rendimiento académico por debajo de sus capacidades. Este hecho puede propiciar un fracaso escolar prematuro.
- ▶ La prevención de la fatiga (desequilibrio entre la actividad y el descanso) es un factor importante, ya que puede interferir en los procesos de aprendizaje y en la relación social del niño/a.
- ▶ Es aconsejable organizar espacios y tiempos en el horario de la jornada escolar, de modo que se alternen períodos de actividad (en esta edad los niños/as necesitan mucha actividad física y un cambio constante de actividad) con períodos de descanso.
- ▶ Los maestros deben ayudar a los alumnos/as a tomar conciencia de lo que ocurre después de un ejercicio intenso y prolongado, creando hábitos de descanso que les ayude a recuperarse.
- ▶ El sueño es el medio clave para lograr el descanso. El organismo se recupera por la inhibición de la actividad muscular, la disminución de las necesidades de oxígeno, de nutrientes y del rendimiento de nuestros órganos.
- ▶ Los niños/as deben acostarse todos días a la misma hora, ya que de este modo el sueño es más reparador. Además han de dormir en estas edades en torno a 11 horas diarias, para lograr un descanso adecuado.



Actividad 1: “La actividad física y el descanso”

Con esta actividad se pretende que los alumnos identifiquen el cansancio físico con la necesidad de descanso y que practiquen una técnica de ciclo de relajación.

La actividad se puede desarrollar en el aula o bien en el patio del colegio. Es aconsejable contar con colchonetas que permitan a los alumnos realizar un adecuado descanso, tras la actividad física que se va a proponer. Si esto no fuera posible, el ejercicio se llevará a cabo en el suelo.

Materiales

- Colchonetas (opcional).
- Ficha 1: La actividad física y el descanso (Guía del alumno).
- Pinturas de colores

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Pida a los niños/as que corran por el patio/aula del colegio durante varios minutos. Es necesario que perciban el cansancio físico.
2. Una vez logrado el objetivo, pídeles que observen cómo se encuentran. Para ello puede realizarles las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo late tu corazón?
 - ¿Cómo es tu respiración?

- ¿Estáis sudando?
- ¿Cómo sentís las piernas?
- ¿Tenéis sed?
- ¿Estáis cansados?

3. Una vez finalizada la ronda de preguntas, díales a todos que ahora van a descansar un rato para recuperarse del ejercicio que han hecho y que para favorecer el descanso se van a tumbar en las colchonetas o en su defecto, en el suelo, y van a empezar a relajarse respirando muy despacio, cogiendo aire por la nariz mientras usted cuenta hasta 5 muy despacio, y soltándolo poco a poco por la boca mientras de nuevo usted cuenta hasta 5 muy despacio.

Antes de la realización de este ejercicio de relajación, usted servirá de modelo para facilitar el aprendizaje de la técnica y una vez comprobado que los alumnos lo han entendido, lo llevará a cabo repitiendo esta serie de respiraciones hasta un máximo de 5 veces. Se dejará el aula con una luz tenue en la medida de lo posible, para facilitar la relajación. Es importante que permanezca junto a ellos para favorecer la sensación de seguridad.

4. Una vez acabadas las 5 series de respiración guiadas por el profesor, se les pedirá que permanezcan todavía unos segundos tumbados y en silencio, transcurridos los cuáles díales que vayan incorporándose de las colchonetas o del suelo muy despacio y se volverá a iluminar el aula.

Guía del profesor



5. Se hará una valoración conjunta de la experiencia, preguntándoles si se sienten más descansados que antes, si les gusta la sensación que tienen ahora.
6. Se les pedirá a los alumnos/as que observen la Ficha 1: “La actividad física y el descanso” de la Guía del alumno, mientras usted hace hincapié en las mensajes preventivos en torno a la que gira la actividad.

Recuerda

Para tener energía y encontrarnos con vitalidad para poder jugar y aprender cosas en el colegio, es necesario:

- Descansar siempre después de haber realizado una actividad física.
- Acostarse todos los días a la misma hora y dormir hasta 11 horas diarias, para que el sueño sea verdaderamente reparador.



2 Las "chuches"



Objetivo general

- Conocer la importancia de moderar el consumo de "chuches".

Objetivos específicos

- Conocer las consecuencias y riesgos del consumo de "chuches" en el estado general de salud.
- Informar a los niños/as de las ventajas del consumo de frutas, frente a los *snacks salados* u otras "chuches".

Claves para el profesorado

- ▶ En la etapa infantil, los niños/as muestran un especial interés por el consumo de "chuches", entendidas como el conjunto de **dulces** (preparados donde el azúcar es el componente principal) y **snacks salados**, alimentos a base de cereales, ricos en hidratos de carbono y grasas saturadas, con escaso o nulo aporte nutricional y que se "picotean" a cualquier hora del día.
- ▶ El consumo de chuches, especialmente cuando está descontrolado, tiende a producir inapetencia por su alto contenido calórico en grasas y azúcares.
- ▶ El consumo reiterado de este tipo de productos predispone a la aparición de obesidad y al aumento de lípidos sanguíneos, como es el caso del colesterol.
- ▶ Las frutas son una buena alternativa al consumo de dulces y snacks salados, ya que aportan componentes nutricionales saludables.

Guía del profesor



Actividad 2: ¡Las “chuches” con moderación y si son frutas mejor!

Con esta actividad se pretende que los alumnos conozcan la importancia de moderar el consumo de “chuches” frente al consumo de fruta.

La Ficha 2 presenta imágenes que representan chucherías y frutas y las consecuencias que puede acarrear el consumo para la salud.

Materiales

- Ficha 2: ¡Las “chuches”, con moderación y si son frutas mejor! (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Coménteles a los niños/as que a través de esta actividad van a pensar en las chuches y en las consecuencias que puede tener comer chuches en su salud. Es importante que les hable en torno a este tema procurando equilibrar los mensajes, ya que generalmente se trata de productos que los niños consumen habitualmente.
2. Indíqueles que tienen en la Ficha 2 de su Guía del alumno unas viñetas con imágenes y que nos vamos a fijar, en primer lugar, en el círculo de la chuche de la izquierda. Pregunte en voz alta a los alumnos ¿qué chuche veis que hay en el primer círculo? ¿os gustan las chuches? ¿qué podría pasar si nos las comiéramos todas de una vez?

En este momento de la actividad, se resaltarán los efectos nocivos inmediatos para la salud (dolor de tripa o ya no tendríamos hambre...), insistiendo en la idea de la importancia de comer las chuches con moderación.

3. Como segunda parte de la actividad se les pedirá a los alumnos/as que se fijen en el dibujo de la manzana que hay en el círculo de la derecha de la Ficha y se les preguntará si conocen este tipo de alimentos, si les gustan se introducirá la fruta como una sugerencia alternativa a las chuches, mucho más saludable, ya que además de su sabor, tienen unas características nutricionales que nos pueden ayudar a estar más atléticos y sanos.
4. Para finalizar la actividad se les pedirá a los alumnos/as que unan con una línea las imágenes que hay arriba de la Ficha 2 con las que les parece que están asociadas las imágenes que hay abajo.
5. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.

Recuerda

- Es importante que cuando comas chuches tengas en cuenta estas recomendaciones:
 - Procura tomarlas sólo en determinadas ocasiones especiales (Ej.: en la celebración del cumpleaños de un amigo) y siempre con moderación.
 - No tomar chuches antes de las comidas
 - Lavarse los dientes después de tomar chuches para evitar las caries dentales.
- Siempre que puedas, utiliza las frutas como una alternativa más saludable.



Objetivo general

- Ayudar a los niños/as a verbalizar y canalizar adecuadamente sus miedos.

Objetivos específicos

- Minimizar el impacto emocional desproporcionado de los miedos en aquellos niños/as que los experimenten.
- Transmitir seguridad ante los miedos más comunes en esta etapa evolutiva.

Claves para el profesorado

- ▶ El miedo puede cumplir una función adaptativa, ya que puede permitir a los niños/as evitar situaciones de peligro potencial. Sin embargo, algunos miedos pueden perjudicar el desarrollo de los niños/as cuando no obedecen a ninguna causa real de peligro potencial, es excesivamente intenso o bien se sobrevaloran sus consecuencias. Son miedos desadaptativos que interfieren en el afrontamiento de situaciones cotidianas.
- ▶ En los niños/as de 4-5 años es frecuente el miedo a los extraños, a los ruidos, a los monstruos, a personajes imaginarios, a los fantasmas o a la oscuridad. Es importante que hablen de ellos y conocer las razones que argumenta el niño/a acerca del miedo, porque le ayudará a enfrentarlo.
- ▶ El modelado es una técnica psicológica útil para eliminar miedos, especialmente cuando es otro niño/a de su misma edad el que ejecuta el comportamiento, por ejemplo, entrar en una habitación a oscuras.
- ▶ Si detecta algún miedo entre los alumnos/as es imprescindible transmitirles seguridad, tranquilidad y comprensión. Evitar ridiculizarles por sus miedos, especialmente delante de sus compañeros y felicitarles cuando hagan esfuerzos por superar los miedos, persuadiéndoles de que no se deben avergonzar por los temores que les surjan.
- ▶ Si se detectan miedos desproporcionados y persistentes, es imprescindible ponerlo en conocimiento de la familia con el objetivo de abordarlos de la manera más conveniente.



Actividad 3: El bosque oscuro

Con esta actividad se pretende que los alumnos/as verbalicen sus miedos y ayudarlos a poder afrontarlos de forma adecuada.

La actividad presenta una narración: **“El bosque oscuro”**, que leerá al grupo de alumnos/as con la mejor entonación posible. Es aconsejable leerlo previamente, para así poder familiarizarse con la entonación y la expresión de las emociones descritas.

Materiales

- Cuento: “El bosque oscuro” (Apéndice/Actividad 3).
- Pizarra.
- Ficha 3: Viñetas del cuento “El bosque oscuro” (Guía del alumno).
- Ficha 4 (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Dígales a los niños/as que les va a leer un cuento llamado: “El bosque oscuro” y que es muy importante que escuchen muy bien que les pasa a Marta y a Yolanda, las protagonistas de la historia. Puede escribir el título del cuento y los nombres de los personajes en la pizarra y decir a los alumnos que sigan el cuento mirando los dibujos de la Ficha 3 de la Guía del alumno.
2. Mientras lee el cuento, preste atención a la actitud de los alumnos/as ante los hechos que se narran en la historia y la experimentación de los sentimientos expresados por los mismos/as.
3. Tras la lectura del cuento, pregúnteles qué les ha parecido la historia y hable con ellos/as sobre el miedo. Para ello puede seguir el siguiente guión de preguntas:
 - ¿Cómo se llaman los personajes del cuento?
 - ¿A qué tiene miedo Yolanda?
 - ¿Qué hace su hermana mayor Marta para que se le pase el miedo?
 - ¿A qué tenéis miedo?
 - ¿Qué podemos hacer para superar el miedo?
4. Para finalizar la actividad se les pedirá a los alumnos que coloreen el castillo de la Ficha 4: “El bosque oscuro” de la Guía del alumno.
5. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.



Recuerda

Cuando tengas miedo ten en cuenta que:

- Todas las personas (pequeños y adultos) tenemos miedos, es algo normal y no nos debemos avergonzar por ello.
- Lo importante, es que hablemos de nuestros miedos con alguna persona mayor (padre, madre, profesor, hermano mayor..), para que nos tranquilicen y nos ayuden a enfrentarnos a ellos.



Apéndice: El bosque oscuro

Marta y Yolanda son 2 princesas que viven con sus padres, los reyes del Reino de la Tranquilidad, en un gran castillo.

Un día, Marta le propone a su hermana ir a jugar al bosque que hay fuera de las murallas y Yolanda decide acompañarla, porque siempre que están juntas lo pasan muy bien y se divierten mucho.

Tan entretenidas estaban, que no se dieron cuenta de que pronto iba a hacerse de noche. Yolanda que era la más pequeña de las dos hermanas, al darse cuenta de que estaba oscureciendo, empezó a ponerse nerviosa y a pedirle a su hermana que volvieran al castillo.

- Me da miedo. Esto no me gusta. Vámonos. –dice Yolanda una y otra vez.

Marta al ver a su hermana tan asustada, la cogió de la mano y empezó a tranquilizarla, diciéndola:

- No pasa nada Yolanda. Aquí no hay nadie...solo estamos las dos. Lo importante es que estamos juntas. Mira...¿sabes lo que vamos a hacer?...Vamos a cantar una canción y verás como te distraes y se te pasa el miedo.

Yolanda, aunque no estaba muy convencida, empezó a cantar con su hermana una canción que les gustaba mucho y, casi sin darse cuenta, estaban de nuevo en el castillo, felices, tranquilas y sin miedos.

4

La expresión no verbal de las emociones

**Objetivo general**

- Empezar a desarrollar en los alumnos/as la conciencia emocional.

Objetivos específicos

- Empezar a reconocer emociones a través de la imitación del modelo del profesor.
- Comenzar a relacionar algunas expresiones corporales con determinados comportamientos.

Claves para el profesorado

- ▶ La expresión emocional es el conjunto de conductas observables, tanto verbales como no verbales, a través de las cuáles se ofrece información a los demás sobre nuestro estado de ánimo, cumpliendo una importante función en las relaciones interpersonales que se establecen con los otros.
- ▶ La expresión corporal es uno de los medios por los que se manifiesta la emoción. En los niños/as de 4-5 años es imprescindible potenciar el reconocimiento de las expresiones corporales, como parte del proceso de logro de la conciencia emocional.
- ▶ Para reconocer adecuadamente las emociones de los demás y las propias es imprescindible atender a los aspectos *no verbales* de la comunicación, siendo la expresión facial y el tono de voz con el que se habla, los que más información aportan acerca del estado emocional en el que se encuentra la persona.
- ▶ El *modelado* es una técnica psicológica útil para enseñar los aspectos *no verbales* de la manifestación de las emociones.



Actividad 4:

Imito a mi profesor y así aprendo un montón, imito a mi profesora y así aprendo a todas horas

Con esta actividad se pretende que los alumnos/as reconozcan e imiten la expresión no verbal de emociones.

Para el adecuado desarrollo de la actividad es conveniente que antes de iniciar la misma, observe en un espejo las expresiones corporales que corresponden a las emociones que se trabajarán con el grupo (sorpresa, miedo, enfado y alegría), ya que será el modelo con el que contará el alumnado para tener un conocimiento adecuado de las mismas.

Materiales

- Pizarra.
- Ficha 5 (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Diga los niños/as que van a jugar a ser imitadores y explíqueles que usted va a ser el modelo y que ellos tendrán que imitarle.

2. Comience con una expresión de sorpresa pero no les comunique qué emoción expresa. Puede utilizar expresiones como la interjección "¡Oh!" para la sorpresa. Después dígasles a los niños/as que lo repitan.

3. Una vez que compruebe que todos han sido capaces de ejecutarlo, pregúnteles qué sentimiento creen que es y cuando lo identifiquen y lo mencionen de forma expresa, pídeles que piensen en qué cosas han podido ocurrir para que usted haya tenido ese sentimiento y vaya escribiéndolas en la pizarra, a medida que las van mencionando en voz alta.

Si no se les ocurre ninguna opción, estimule su creatividad empezando a dar usted mismo algún ejemplo (Ej.: *me encuentro un regalo encima de mi cama*) y que todos digan *¡Oh, que será!*

4. Repita el mismo esquema de actuación con las restantes emociones.

Guía del profesor



5. Para finalizar la actividad se les pedirá a los alumnos/as que unan las imágenes que hay en el margen izquierdo de la Ficha 5 de la Guía del alumno con la expresión corporal adecuada que le corresponde en el margen derecho.
6. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.

Recuerda

- Lo que expresamos con nuestros gestos de la cara "dice" mucho de cómo nos sentimos.
- Te proponemos que te "entrenes" en este juego de la observación de los gestos:
 - Cuando estés en casa o con los amigos fijate en sus caras y verás cómo fijándote sólo en sus gestos, podrás adivinar por su expresión, si están contentos, enfadados, o tristes.
 - También puedes jugar a este juego en casa tú solo, haciendo "caras" y mirándote a un espejo.



5 Normas de convivencia



Objetivo general

- Conocer normas básicas de comportamiento en el aula.

Objetivos específicos

- Mostrar a los alumnos/as modelos de conducta, en donde el docente presenta normas de comportamiento correctas e incorrectas en el aula.
- Informar a los alumnos/as de las normas básicas de **comportamiento** en el aula sobre comunicación, respeto a los demás y limpieza.
- Asociar determinadas conductas sociales (adecuadas/inadecuadas) con sus consecuencias (positivas o negativas).

Claves para el profesorado

- ▶ El aula de infantil supone, en muchos casos, el primer lugar de socialización no-familiar de los pequeños. El contacto grupal con otros niños constituye el mejor contexto para ir introduciéndoles en los aspectos cotidianos de la convivencia escolar.
- ▶ En el encuentro con los deseos y necesidades de otros, tenemos la oportunidad de consensuar espacios comunes, en donde todos podamos ocupar un lugar y resultar funcionalmente útiles al grupo del que formamos parte. El grupo de iguales aporta al niño una preparación para adaptarse y relacionarse con los demás siguiendo las estrategias que regirán la vida adulta.
- ▶ Las normas de convivencia son pautas de relación que permiten que la sociedad pueda existir y que sus integrantes puedan convivir en armonía y tranquilidad. Por tanto, contribuyen al buen funcionamiento de las relaciones sociales y al bienestar común.
- ▶ Es preciso que los adultos asuman las normas de convivencia y desde el contexto educativo se estimule a los niños/as la asimilación de las mismas, mediante un ambiente afectuoso y transmisor de seguridad emocional.
- ▶ El aprendizaje de las normas es un proceso educativo, en el que se van incorporando progresivamente las reglas, que rigen la convivencia con los otros. Por medio del juego, el niño/a asimila e integra poco a poco las normas de convivencia social. Las normas básicas a desarrollar en la etapa infantil son: pautas de conducta, comunicación básica y respeto a los otros.
- ▶ Los alumnos/as de 4-5 años inician la etapa del *juego simbólico asociativo*, las interacciones se hacen más numerosas y, en el juego, el número de participantes aumenta hasta 4 ó 5 niños/as. Los deseos de los otros se comienzan a tener en cuenta y pueden participar en la elaboración de normas grupales, aunque las cambien constantemente. Utilizar el juego para incorporar normas de convivencia, es un elemento favorecedor de conductas sociales positivas.



Actividad 5: El juego de las normas

Con esta actividad se pretende que los alumnos/as conozcan normas básicas de comportamiento en el aula: de comunicación, respeto a los demás y de limpieza.

Antes de comenzar la actividad tenga preparados, la figura de una cara contenta de color verde y de una cara triste de color rojo, para 5 grupos de alumnos. Encontrará un modelo en la Ficha 6 de la Guía del alumno.

Materiales

- Ficha 6 (Guía del alumno).
- Representación de situaciones sociales (Apéndice/Actividad 5).
- Ficha 7: "El juego de las normas" (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Divida al grupo de alumnos/as en 5 grupos y entrégueles una cara sonriente y otra triste por grupo. Coménteles que usted va a representar, con mímica y con la ayuda de algunos objetos, diferentes situaciones.
2. Para cada una de las representaciones, tendrán que decidir en su grupo, si lo que acaba de hacer usted es adecuado o inadecuado. Para ello, les dejará unos minutos. Dígales que tendrán que levantar la cara alegre (contenta), si creen que lo que acaba de hacer está bien y la cara triste si está mal. Para que todos puedan participar es importante que se vaya rotando para levantar la cara.
3. Pregúnteles si tienen alguna duda. Si no es así, puede iniciar la primera representación. (Apéndice/Actividad 5).
4. Pídales que hablen entre ellos y lleguen a un acuerdo. Pasado un pequeño tiempo, dígales que levanten la cara que consideren adecuada a la situación representada.
5. Seleccione al primero de los grupos y pregunte por qué han decidido levantar esa cara. Hábleles sobre esa conducta, de lo apropiado/inapropiado de la misma y de las consecuencias que puede tener.
6. Continúe con el resto de situaciones, incorporando cada vez a un grupo diferente.
7. Para finalizar la actividad, pídales a los alumnos/as que rodeen de color verde las viñetas que representen las situaciones normativas (correctas) de la Ficha 7: "El juego de las normas" de la Guía del alumno.
8. Se cerrará la sesión colocando en el aula las normas de comportamiento trabajados en la sesión para que el profesor/a las pueda recordar a lo largo del curso.



Recuerda

Las normas sociales son fundamentales para poder convivir con los demás.

- No pegar a los compañeros/as.
- No tirar papeles u otras cosas al suelo.
- Dar las gracias cuando me dan un regalo.
- Pedir lo que necesite "por favor".

Apéndice: Representación de situaciones sociales

- Coge un papel y lo tira al suelo.
- Pide "*por favor*" ir al aseo.
- Se tumba en la mesa del profesor con una postura incorrecta.
- Da las "*gracias*" cuando un alumno que ha seleccionado previamente le da un obsequio.





Sentimiento de pertenencia a grupos sociales



Objetivo general

- Reforzar el sentimiento de pertenencia de los alumnos/as a determinados grupos sociales.

Objetivos específicos

- Reforzar la identificación con el grupo familiar y el grupo de clase.

Claves para el profesorado

- ▶ El grupo social es una agrupación de personas que interactúan entre sí compartiendo valores, normas y una meta social común.
- ▶ La conciencia de pertenencia a determinados grupos sociales se comienza a gestar en el medio escolar con la participación del entorno familiar. Cuando nos referimos a *conciencia de pertenencia a grupos sociales* estamos hablando de los grupos de referencia que los pequeños tienen: la propia familia (independientemente de su estructura), el aula de infantil que comparten, el colectivo de niños de su barrio con los que empiezan a jugar, etc.
- ▶ Los niños/as de 4 a 5 años comienzan a tomar conciencia de la pertenencia en la familia o en el colegio. Se relacionan mostrando aprecio e identificación con los elementos distintivos y rasgos propios de los grupos (roles, características de los miembros del grupo, intereses, valores, etc.).
- ▶ Las percepciones y valoraciones subjetivas (principios, creencias y valores educativos) del profesor suele ser, en estas edades, el elemento más importante a la hora de dirigir la atención del grupo escolar.
- ▶ Construyendo una buena estructura emocional en el aula, fomentando la comunicación y el entendimiento del grupo, reducirá los comportamientos agresivos y redirigirá la puntual concurrencia de conductas sociales negativas.



Actividad 6: Pertenezco/no pertenezco

Con esta actividad se pretende reforzar en los alumnos/as el sentimiento de pertenecer a su grupo familiar y el grupo del aula presentándoles imágenes positivas para que puedan ser asociadas a estos grupos.

En la Ficha 8 de la Guía del alumno aparecen una serie de imágenes de diferentes grupos sociales, entre ellos, el alumnado deberá identificar aquellos a los que pertenece.

Materiales

- Ficha 8: "Pertenezco/no pertenezco" (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Dígales a los alumnos/as que vamos a jugar a ¿quién es quién?.
2. Pídeles que se levanten cada vez que se encuentren identificados con lo que usted diga en voz alta: Ej.: que se levanten los niños, las niñas, los que tienen familia, los que son de 2º de infantil, los que son de la clase de la profesora/a, los que tienen amigos, etc.
3. Una vez introducida la actividad de este modo, se les pedirá que rodeen con un círculo aquellos grupos a los que pertenecen en la Ficha 8 de la Guía del alumno. Para ayudarles se puede ir introduciendo cada imagen preguntando una vez a cada

niño/a p. ej. ¿eres de tus padres? ¿eres de tus amigos? ¿eres del cole? ¿eres de las ovejas?.

4. Finalizada esta tarea por parte de los alumnos/as, se les dirá que levanten la mano los que han rodeado la primera de las imágenes. Pregunte a alguno de ellos por qué lo ha hecho. Saque una conclusión acerca de las verbalizaciones del niño/a en función de la respuesta ofrecida.
5. Repita el proceso con cada una de las imágenes.
6. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.

Recuerda

- Todas las personas pertenecemos a algún grupo (tenemos nuestra familia, nuestros amigos, nuestra clase...).
- En los grupos es importante que haya una buena comunicación y entendimiento entre las personas que forman parte del mismo.
- Hay que valorar y respetar a todos los grupos, aunque no pertenezcamos a ellos

7 Aprendiendo a valorar las consecuencias de compartir



Objetivo general

- Enseñar a los alumnos/as a analizar las consecuencias (positivas y negativas) de compartir.

Objetivos específicos

- Reforzar la valoración de alternativas de solución al problema de compartir.
- Destacar el número mayor de beneficios que se obtienen al compartir frente al menor número de no hacerlo.

Claves para el profesorado

- ▶ El conflicto es un componente más de la vida humana, cuya existencia es importante asumir y enfrentar. El contacto grupal que proporciona el medio educativo constituye un contexto privilegiado, para ir introduciendo a los niños/as en el proceso de resolución de conflictos.
- ▶ La toma de decisiones forma parte de la vida y es preciso conocer el proceso más adecuado para elegir alternativas eficaces con el menor coste emocional (personal y del contexto cercano) posible.
- ▶ La aplicación de una buena toma de decisiones, supone la consecución de objetivos planteados con antelación y el beneficio para el conjunto de las partes implicadas.
- ▶ Los niños/as de 4-5 años pueden comenzar a tomar decisiones sencillas de modo estructurado y pueden seguir desarrollando destrezas implicadas en un adecuado proceso de resolución de conflictos.
- ▶ Junto con la definición clara del problema y la puesta en práctica de una actitud creativa en busca de la solución, se trabaja el análisis de consecuencias frente a las alternativas de solución posibles.
- ▶ El proceso de resolución de conflictos/toma de decisiones (como ayuda esquemática para el profesor) sigue los siguientes pasos:
 - Definir claramente el problema/situación a solucionar.
 - Plantear el mayor número de alternativas de solución.
 - Valorar las consecuencias de cada una de las alternativas planteadas.
 - Elegir la mejor alternativa.
 - Aplicar la alternativa seleccionada.
 - Comprobar si los resultados cumplen lo esperado.



Actividad 7: El mono Carolo

Con esta actividad se pretende que los alumnos/as, apoyados por el profesor, ayuden a la toma de decisiones que ha de afrontar el mono *Carolo*, para resolver el conflicto que se le plantea.

Materiales

- Narración: "El mono *Carolo*" (Apéndice/Actividad 7).
- Pizarra.
- Ficha 9 (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Comente a los niños/as que necesita su apoyo para ayudar al mono *Carolo*. Léales la narración que se recoge en el Apéndice: El mono *Carolo*.
2. Una vez que ha expuesto a los niños la situación entre el *mono Carolo* y sus hermanos, pregúnteles cómo podrían ellos ayudar a resolver este problema. Puede seguir el siguiente esquema:
 - Pregunte *cuáles es el problema* que tienen el *mono Carolo* (definición clara y precisa del conflicto a resolver). En el supuesto de que los niños/as no sepan definirlo, será el profesor quién lo haga y lo escribirá en la pizarra: compartir o no compartir el plátano con sus hermanos ¿estáis de acuerdo?

- Hágalos saber que para ayudar al mono *Carolo* a tomar una buena decisión, vamos a pararnos todos juntos a pensar en los pros y los contras de las dos opciones. Escríbalas en la pizarra y analícelas con ellos de una forma sencilla, hasta que valoren como mejor elección aquella que más consecuencias positivas tenga: compartir el plátano con sus hermanos.

3. Para finalizar la actividad se les pedirá a los alumnos/as que colorean la Ficha 9 de la Guía del alumno.
4. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.

Recuerda

- Puedo decidir compartir o no.
- Puedo pararme a pensar en los pros y los contras de las opciones de compartir o no.
- Compartir tiene más ventajas que no hacerlo.

Apéndice: "El mono *Carolo*"

El mono *Carolo* tiene un plátano sólo.
Su hermano *Paco* quiere que le de un poco.
Y su hermana le pide que le de otro trozo.
¿Qué hará el mono *Carolo*?

Guía del profesor



Actividad 8: Mi bolsa de chuches

En esta actividad, Jaime ha de tomar la decisión de compartir o no compartir con sus amigos la bolsa de *chuches* que le ha regalado su abuela.

Materiales

- Narración: “Mi bolsa de chuches” (Apéndice/Actividad 8).
- Pizarra.
- Ficha 10 (a y b): “Mi bolsa de chuches” (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Lea a los niños/as la situación sobre Jaime y sus amigos.
2. Parta del siguiente guión para lograr los objetivos planteados en la Unidad Didáctica:
 - Pregunte *cuál es la decisión* que tiene que tomar Jaime (definición clara y precisa del conflicto a resolver). En el supuesto que los niños/as no sepan definirlo, será usted quién lo haga y lo escribirá en la pizarra: compartir o no compartir las *chuches* con sus amigos ¿estáis de acuerdo?

- Recuérdeles (ya lo han hablado en la actividad anterior) que antes de tomar una decisión, es imprescindible valorar las consecuencias que puede tener.
- Hágales saber que para ayudar a Jaime a tomar una buena decisión, vamos a pararnos todos juntos a pensar en los pros y los contras de las dos opciones. El alumno puede ir viendo el desarrollo y las consecuencias de una u otra opción en las ilustraciones de la Ficha 10 (a y b). Escríbalas en la pizarra y analícelas con ellos siguiendo el mismo procedimiento que en la actividad anterior, hasta llegar a la conclusión de que la mejor opción será la que se presenta en las imágenes de la Ficha 10a de la Guía del alumno, la de compartir las *chuches* con David, Pedro, Blanca y Celia, para que todos estén contentos y sigan siendo buenos amigos.

3. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.

Recuerda

- La mejor opción es siempre la que más consecuencias positivas tiene para todos y esto supone compartir.
- Párate a pensar si compartes las *chuches*, los juguetes, los cuentos, etc., con tus amigos/as



Apéndice: Mi bolsa de *chuches*

La abuela de Jaime acaba de llegar al patio del colegio a recogerle. La abuela viene con una bolsa de *chuches* para su nieto. La bolsa lleva un chicle sin azúcar, un caramelo sin azúcar, un bombón, una bolsa de cacahuetes y una bolsa de patatas fritas.

Cuando los amigos de Jaime (David, Celia, Blanca y Pedro) ven la bolsa de *chuches*, van corriendo hacia él y le piden que les de un poco. David dice que quiere patatas. Celia que si le da el bombón. Blanca, que a ella le gustan mucho los cacahuetes y Pedro insiste que le de, por favor, unas patatas y unos cacahuetes.

Jaime mira su bolsa de *chuches*, aún sin abrir, y se queda pensando sin saber qué hacer ni qué decir. ¿Qué hará Jaime? ¿Compartirá su bolsa de *chuches* con sus amigos? ¿Será mejor comerla él sólo o no?





Objetivo general

- Desarrollar la memoria auditiva que permite captar la estructura del lenguaje (comprensión).

Objetivos específicos

- Desarrollar la capacidad para la discriminación auditiva de sonidos sencillos, a través de onomatopeyas de los sonidos de algunos animales.
- Desarrollar la capacidad para imitar los sonidos presentados.
- Ejercitar la memoria auditiva en base a sencillas asociaciones de objetos.

Claves para el profesorado

- ▶ La memoria es la capacidad mental que permite fijar, conservar y evocar información de situaciones que la persona percibe como pertenecientes al pasado. Se trata de un proceso cognitivo complejo que ha de entrenarse desde las etapas más tempranas.
- ▶ La memoria auditiva es un factor clave para el desarrollo de la comprensión auditiva, para el desarrollo del lenguaje oral y para el aprendizaje de la lecto-escritura. Todos estos elementos son fundamentales para el adecuado rendimiento escolar y para la prevención del fracaso escolar.
- ▶ En los niños/as de 4 a 5 años, continuamos fomentando hábitos para el adecuado aprendizaje educativo, centrados en este curso escolar, en las habilidades previas para lograr las apropiadas destrezas de lecto-escritura.
- ▶ En los niños/as de 4-5 años se debe comenzar a trabajar la memoria auditiva en un ambiente afectivo y lúdico con el fin de ayudarle a fijar la información correctamente.
- ▶ La onomatopeya es el uso de una palabra o, en ocasiones, un grupo de palabras cuya pronunciación imita el sonido de aquello que describe. Es muy importante conocer las onomatopeyas, porque forman parte de la comunicación entre las personas, y nos permiten obtener abundante información. Muchas onomatopeyas se refieren a los sonidos que hacen los animales y se utilizan con frecuencia en los cuentos.



Actividad 9: Los animales que salen de mi boca

Con esta actividad se pretende que los alumnos/as identifiquen e imiten sonidos de diferentes animales.

La actividad consiste en que el profesor/a lleve a clase grabados los sonidos de los animales propuestos más adelante, y que los alumnos/as descubran de qué animal se trata, para que posteriormente intenten también ellos reproducirlos. Se puede utilizar otra modalidad alternativa para la iniciación de la actividad: que sea el propio profesor/a quién realice estos sonidos o que algunos niños/as previamente hayan sido preparados para realizarlos.

Materiales

- Listado de sonidos a realizar (Apéndice/Actividad 9).
- Ficha 11: “Los animales que salen de mi boca” (Guía del alumno).
- Pinturas de colores.
- Pegatinas.

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Comente a los niños/as que usted va a realizar unos sonidos y que ellos tienen que descubrir qué animal los hace.
2. Una vez que lo han descubierto, pídale que repitan uno a uno el sonido a imitar.

3. Para finalizar la actividad se pedirá a los alumnos/as que pongan en la Ficha 11 de la Guía del alumno una pegatina sobre los animales que han escuchado.
4. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.

Recuerda

- Si se tiene una buena memoria es más fácil aprender.
- Para ejercitar la memoria es muy útil realizar ejercicios de identificación de sonidos y después tratar de imitarlos.
- Como sugerencia para practicar con tu memoria, puedes hacer este tipo de ejercicios, aprovechando cualquier momento del día en el que no estés haciendo nada especial, prestando atención a los sonidos que hay alrededor (un perro que ladra, un pájaro que canta...).

Apéndice: Sonidos a realizar

- Perro (*guau*)
- Gato (*miau*)
- Pájaro (*pío, pío*)
- Gallo (*kikirikí*)



Actividad 10: A mi memoria le gusta que repita esta lista

Con esta actividad se pretende que los alumnos/as ejerciten la memoria auditiva.

Para el desarrollo de esta actividad el profesor leerá el listado de palabras que se presenta en el Apéndice que los alumnos/as, después, tendrán que repetir.

Materiales

- Listado de palabras (Apéndice/Actividad 10).
- Ficha 12 (Guía del alumno).

Desarrollo de la Actividad

Las **instrucciones** para desarrollar la actividad correctamente son las siguientes:

1. Dígales a los niños/as que les va a leer varias palabras que tendrán que recordar en el mismo orden.
2. Seleccione a un alumno/a y léale las primeras tres palabras. Pídale que las repita en el mismo orden y refuerce el esfuerzo realizado para retener la información.

3. Continúe con el siguiente alumno/a, siguiendo el mismo procedimiento que con el anterior. Cuando haya terminado con todos los grupos de palabras, vuelva a empezar desde el inicio, para que todos los alumnos/as puedan participar en la tarea.
4. Para finalizar la actividad se les pedirá a los alumnos/as que intenten memorizar la serie de imágenes que hay en la Ficha 12 de la Guía del alumno y que luego las repitan en voz alta.
5. Se cerrará la sesión haciendo hincapié en los mensajes preventivos en torno a los que gira la actividad.



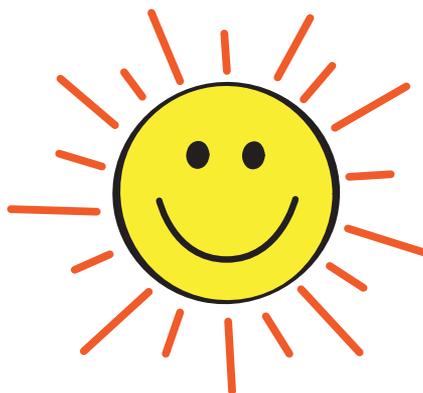
Recuerda

- Para memorizar con éxito tengo que prestar atención a la información que me dan.
- Para ejercitar la memoria auditiva, es muy útil realizar ejercicios de repetición de cosas que me dicen o que oigo alrededor.
- Como sugerencia para practicar con tu memoria, puedes hacer este tipo de ejercicios en casa o jugando con sus amigos.



Apéndice: Listado de palabras

- Silla, mesa, sofá
- Perro, burro, vaca
- Teléfono, ordenador y televisión
- Blanco, amarillo y rojo
- Marcos, Juana y María



Recogemos a continuación las ideas principales trabajadas en el Programa de Prevención Universal de 2º de Educación Infantil:

- ▶ **Actividad física y descanso:** *“Hay que descansar siempre después de haber hecho deporte.”*
- ▶ **El consumo moderado de las “chuches”:** *“Cuando tomes chuches en ocasiones especiales, como la celebración de un cumpleaños, no tomes muchas.”*
- ▶ **Los miedos:** *“Cuando tengas miedo, cuéntaselo a un adulto para que te ayude.”*
- ▶ **Normas de convivencia:** *“Hay que mantener limpio el colegio, no tires papeles y otras cosas al suelo.”*
- ▶ **Renunciar y compartir:** *“Cuando se comparten las cosas con los demás se ganan amigos y se pasa mejor, porque todos están más contentos.”*
- ▶ **Memoria auditiva:** *“Me divierto un montón cuando imito el sonido de mis amigos los animales.”*

Al final de la Guía del Alumno encontrará imágenes que se pueden asociar a las ideas principales trabajadas y que pueden colocarse en la clase para poder recordarlas durante todo el curso escolar.



www.madrid.org