

Guía para el docente
Educación primaria





Programa Nacional
de Convivencia Escolar



Guía para el docente
Educación primaria



PNCE

Guía para el docente. Quinto grado. Educación primaria del Programa Nacional de Convivencia Escolar fue elaborado por la Dirección General de Desarrollo de la Gestión Educativa de la Subsecretaría de Educación Básica de la Secretaría de Educación Pública.

Secretario de Educación Pública

Aurelio Nuño Mayer

Subsecretario de Educación Básica

Javier Treviño Cantú

Dirección General de Desarrollo de la Gestión Educativa

Directora General de Materiales Educativos

Aurora Almudena Saavedra Solá

**Secretario Técnico del Consejo Directivo Nacional
de La Escuela al Centro**

Pedro Velasco Sodi

Coordinación general académica

Lorena Alejandra Flores Plata

Esther Oldak Finkler

Autora

Esther Oldak Finkler

Coautora

Lorena Alejandra Flores Plata

Colaboradores

María del Carmen Campillo Pedrón

David Israel Correa Arellano

Antonio Lojero Ruaro

Jorge Antonio Aguilar Ramírez

María Leticia Martínez Hernández

Virginia Tenorio Sil

Ilustración

Víctor Eduardo Sandoval Ibáñez

Portada

Moisés García González

Primera edición, 2016

Segunda edición, 2017 (ciclo escolar 2017-2018)

D. R. ©Secretaría de Educación Pública, 2017

Argentina 28, Centro,

06020, Ciudad de México

ISBN: 978-607-623-841-7

Impreso en México

DISTRIBUCIÓN GRATUITA-PROHIBIDA SU VENTA

En los materiales dirigidos a las educadoras, las maestras, los maestros, las madres y los padres de familia de educación preescolar, primaria y secundaria, la Secretaría de Educación Pública (SEP) emplea los términos: niño(s), adolescente(s), jóvenes, alumno(s), educadora(s), maestro(s), profesor(es), docente(s) y padres de familia aludiendo a ambos géneros, con la finalidad de facilitar la lectura. Sin embargo, este criterio editorial no demerita los compromisos que la SEP asume en cada una de las acciones encaminadas a consolidar la equidad de género.

Presentación

Esta guía forma parte de los materiales del Programa Nacional de Convivencia Escolar (PNCE) y constituye una de las acciones que el Gobierno de la República, a través de la Secretaría de Educación Pública, ha impulsado para concretar el compromiso 46 en el marco de la “Política nacional para una escuela libre de acoso escolar”, con el interés de propiciar que en todas las escuelas del país se generen ambientes de convivencia armónicos, inclusivos y pacíficos, que incidan en la enseñanza y el aprendizaje, a fin de que niñas, niños y adolescentes desarrollen habilidades sociales y emocionales, en beneficio de su crecimiento integral.

La Secretaría de Educación Pública impulsa un sistema básico de mejora educativa, en el cual la convivencia escolar es primordial. El PNCE contribuye a alcanzar esa prioridad, ofreciendo a las escuelas una nueva herramienta para la formación de los alumnos.

La labor del docente es fundamental para que los estudiantes de quinto grado de educación primaria desarrollen sus habilidades sociales y emocionales y, en específico, para que aprovechen las actividades del *Cuaderno de actividades para el alumno*.

Esta guía les ayudará en su labor de promover en los alumnos el fortalecimiento de la autoestima, el manejo de las emociones de manera respetuosa, el aprecio por la diversidad, el respeto a las reglas, el establecimiento de acuerdos, la resolución pacífica de conflictos y la participación de las familias en la creación de ambientes escolares que contribuyan a una convivencia armónica, inclusiva y pacífica, fortaleciendo con ello el desarrollo integral de los alumnos.

Este material del PNCE contribuye a la consolidación de una escuela libre de violencia, una alianza entre docentes, alumnos, familias, autoridades locales y federales que garantice el cuidado, la protección de niñas, niños y adolescentes. Esperamos que sea de utilidad para su ejercicio docente.

Índice

Introducción	7
Estructura del material	9
I. Autoestima. Me conozco y me quiero como soy	10
II. Reconozco y manejo mis emociones	20
III. Convivo con los demás y los respeto	32
IV. Las reglas: acuerdos de convivencia	44
V. Manejo y resolución de conflictos	55
VI. Todas las familias son importantes	66
Glosario	75
Bibliografía	76

Introducción

Estimado docente:

Esta guía brinda orientación didáctica en torno a las diversas temáticas que integran el *Cuaderno de actividades para el alumno* del Programa Nacional de Convivencia Escolar (PNCE) y ofrece sugerencias dirigidas a fortalecer la convivencia escolar y el desarrollo integral de los alumnos de quinto grado de primaria.

Mediante herramientas metodológicas para el tratamiento práctico de los temas, el docente podrá contribuir al fortalecimiento de la autoestima de los alumnos y apoyarlos para que desarrollen sus habilidades tanto sociales como emocionales, de manera que participen en la construcción democrática de las reglas y privilegien el diálogo, la mediación y los acuerdos para solucionar conflictos de forma asertiva.

La guía también promueve que las familias se involucren como promotoras de los lazos de convivencia en el hogar y los transfieran al ámbito escolar. Esto posibilita la convivencia armónica, inclusiva y pacífica en la escuela, así como el fortalecimiento emocional del alumno mediante la educación en valores.

Por ello es importante que usted aborde los seis temas del Cuaderno de actividades para el alumno en el orden en que aparecen, durante una hora a la semana en un periodo de seis meses.

La participación del docente en el desarrollo de las actividades tiene dos funciones complementarias: guiar y facilitar. La primera significa mantener la postura de promover y fortalecer actitudes, conocimientos y valores para el logro de los propósitos; la segunda demanda incluir a los alumnos en las actividades, respetando las diferentes formas de aprender, sin querer unificar el modo en que cada alumno vive su experiencia, pues cada uno es distinto.

Antes de iniciar cada sesión, le recomendamos analizar todas las actividades y considerar el tiempo necesario para llevarlas a cabo y lograr los propósitos esperados. Tome en cuenta lo siguiente:

- Al inicio explique el propósito de cada actividad. Así los alumnos tendrán conocimiento de lo que aprenderán y orientarán su participación hacia el logro de la meta.

- Establezca normas que den confianza a los alumnos para participar, como evitar interrupciones, burlas o críticas hacia quienes expresen su opinión, y creen un ambiente de seguridad para favorecer la autoestima y el respeto a las diferentes formas de pensar en el grupo.
- Recupere las experiencias que el alumno ha tenido en torno a las diferentes temáticas, siempre que sea posible y pertinente.

En ocasiones, las actividades tocan temas sensibles y personales; si las identifica muestre comprensión y empatía hacia el alumno para evitar los juicios. A los alumnos más emotivos, no les pregunte frente al grupo lo que les pasa, sino bríndeles tiempo en privado para hablar con ellos, si fuera necesario, canalícelos hacia el área de apoyo psicológico correspondiente.

Previo al inicio de cada actividad, cerciórese de que el grupo esté en disposición de atender las instrucciones. Si se encuentra inquieto, realice ejercicios de relajación y respiración, y con firmeza, amabilidad y paciencia, promueva el respeto a las reglas establecidas en el grupo.

Revise que cuenta con el material necesario, de preferencia de reúso, para el desarrollo de las actividades, el cual debe adaptarse al contexto y la disponibilidad de cada escuela.

Por último lo invitamos a entrar al sitio: <www.gob.mx/escuelalibredeacos>, donde podrá consultar diversos materiales y herramientas útiles que lo ayudarán en la implementación del PNCE.

Estructura del material

A continuación le presentamos la manera en que se organiza este material.

Al iniciar cada tema encontrará:

- Número y título del tema que se abordará.
- Propósito del tema. Se enuncian conocimientos, habilidades, valores y actitudes que se busca desarrollar o fortalecer en el alumno.
- Ilustración que representa el contenido del tema.
- Frase o pensamiento corto relacionado con el tema.

El desarrollo de las sesiones incluye:

- Número y título de la sesión.
- Texto breve que señala la intención formativa de la sesión, los conocimientos, las habilidades y los valores que se busca desarrollar o fortalecer en los alumnos.
- Infórmate. Texto que introduce al tema y presenta datos relevantes.
- Material de trabajo. Recursos necesarios para desarrollar las actividades.
- Sesiones. Orientaciones por medio de secuencias didácticas dirigidas al docente para desarrollar las actividades que realiza el alumno.
 - **En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!** Actividades de inicio para recuperar los aprendizajes, las opiniones y las experiencias previas de los alumnos.
 - **¡Manos a la obra!** Actividades que trabajan los temas de la sesión para promover conocimientos, habilidades, actitudes y trabajo colaborativo.
 - **Colorín colorado... ¡Hemos terminado!** Actividades de cierre para que los alumnos reflexionen y elaboren sus conclusiones.
 - **¿Qué aprendí?** Autoevaluación que busca favorecer la reflexión en los alumnos acerca de lo aprendido en el tema.

I. Autoestima. Me conozco y me quiero como soy

Propósito del tema

El alumno reconocerá la importancia de tener metas a corto y largo plazo.



La autoestima es la reputación que adquirimos de nosotros mismos.

Nathaniel Branden

Sesión 1 Mis logros

El alumno reconocerá los logros que ha obtenido como una forma de fortalecer su autoestima.

Infórmate

El establecimiento de metas personales es una herramienta que permite motivar y mejorar la calidad de vida. Al fijar objetivos la persona se enfoca en lo que desea, de manera específica. Una meta significa hacer algo que cuesta trabajo o bien que implica un reto. Si se quiere un cambio se debe aceptar ese hecho y prepararse para lograrlo.

Tener una imagen clara y específica de un objetivo contribuye a elevar el grado de autoestima, es decir, se logran mayores niveles de éxito en todos los aspectos de la vida.

Enseñar a los alumnos a lograr sus metas les mostrará que son capaces de conseguir todo lo que se propongan; una vez que los niños valoren sus habilidades y capacidades, las podrán usar a su favor para ser exitosos.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Invite a sus alumnos a reflexionar sobre los cambios que se han manifestado en ellos; para lo cual pida que cierren los ojos y traten de recordar cómo eran cuando iniciaron su primaria, las cosas que no sabían y las que han aprendido, así como la manera en que fueron alcanzando nuevas metas y cómo establecen otras más.
- Pida que, de manera individual, realicen la actividad señalada en el *Cuaderno de actividades para el alumno* y anoten en la tabla incluida cinco logros que han alcanzado hasta este momento, y cinco metas que les gustaría lograr.
- Solicite voluntarios para que los lean en voz alta.
- Reitere a sus alumnos que se den cuenta de que los logros fortalecen la autoestima y generan confianza en las personas.
- Oriente la actividad para que reconozcan el valor de cumplir sus logros.



¡Manos a la obra!

- Indique a los alumnos que escriban en las líneas que están a la derecha de la pirámide del *Cuaderno de actividades para el alumno* los logros que han tenido durante su trayectoria escolar; empezando desde la base hacia la punta; cada nivel representa un grado escolar; es decir, el primer nivel es 1° de primaria, el segundo nivel es 2° de primaria y así sucesivamente hasta llegar al grado actual.
- Reitere que deben reconocer sus logros y que eso los hace sentirse bien.
- Al terminar la actividad, pida que contesten de forma individual la siguiente pregunta.
 - ¿Cómo te sientes al reconocer los logros que has obtenido en tu crecimiento escolar?
¿Por qué?
- Apoye a los alumnos que tengan dificultades para reconocer sus logros.
- Invite a los alumnos a compartir los logros que escribieron en su pirámide y que comenten si les fue fácil cumplirlos. También hágalos notar que el sentimiento de satisfacción que tienen cuando cumplen las metas los fortalece.
- Oriéntelos para que realicen un debate acerca de por qué el tener logros ayuda a sentirse más seguro y fortalece la autoestima.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Reitere a los alumnos que tener logros ayuda a reforzar la autoestima y que es importante seguir adelante para conseguir nuevas metas.
- Solicite que, una vez reconocidos sus logros, seleccionen tres de ellos y los anoten en la tabla que se encuentra en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Cierre la sesión motivándolos a reflexionar sobre la importancia de reconocer los logros que han tenido, como una manera de fortalecer su autoestima.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Destaque la importancia del reconocimiento de los logros del alumno.

Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 2 Los caminos hacia mis metas

El alumno identificará diferentes caminos para el logro de sus metas.

Infórmate

Una **meta** es el fin u objetivo al que se dirige una acción o plan, un reto, algo que se desea lograr, que requiere un esfuerzo adicional y se consigue avanzando poco a poco. La base para lograr un objetivo incluye la planeación, conseguir avances (metas inmediatas) y tener alternativas para enfrentar los obstáculos.

De manera innata los seres humanos poseen estrategias para resolver problemas y con ello cumplir metas, por ejemplo: evaluar la situación por resolver o plan a lograr, plantear posibilidades para abordar esa situación, decidir una opción y obtener un resultado. Sin embargo, estos pasos deben ser revisados y explicados de forma desglosada para evaluar las ventajas de su aplicación en la vida.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Indique al grupo que complete la tabla de su *Cuaderno de actividades para el alumno* con una meta que les haya sido difícil lograr. Señalarán los obstáculos que enfrentaron y las acciones que tuvieron que realizar para alcanzar su meta.
- Explique a los alumnos que siempre hay alternativas para lograr un objetivo. Una vez que se concluya la actividad, solicite que compartan sus respuestas.



¡Manos a la obra!

- Explique que deben escribir en la tabla incluida en el *Cuaderno de actividades para el alumno* una meta que desean alcanzar este año y comenten los posibles obstáculos que se pueden encontrar, así como las acciones que tienen que realizar para alcanzarla.
- A partir de la tabla que elaboraron, pida a los alumnos que tracen el camino a seguir para alcanzar sus metas.
- Pida a los alumnos que dibujen lo que se les indica en los recuadros que se encuentran en la montaña para alcanzar su meta.
- Durante la actividad, solicite a los alumnos que piensen en varios caminos que les ayuden a librar los obstáculos y comente que siempre hay alternativas, unas fáciles y otras más complejas, pero que todas contribuyen al logro de las metas.
- Motívelos a ver los obstáculos como oportunidades para dar su mejor esfuerzo y alcanzar su objetivo.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Reflexione con los alumnos acerca de que existen diferentes caminos para lograr sus metas.
- Solicite que compartan sus respuestas y luego piensen qué otros contratiempos pueden tener sus compañeros en el camino hacia la meta, qué alternativa tienen y, de ser necesario, a quién pueden recurrir para lograrla.

- Pida al grupo que reflexione sobre las preguntas que están en su *Cuaderno de actividades para el alumno* y las respondan.
- Reitere que buscar nuevos caminos para lograr sus objetivos es una práctica importante, ya que fortalece la perseverancia y eventualmente los llevará a tener logros en su vida.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motívelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive la reflexión acerca de la importancia de tener alternativas para el logro de las metas.

Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 3 Si quiero, puedo mejorar

El alumno reconocerá en qué puede mejorar para alcanzar sus metas.

Infórmate

Cuando se ayuda a un niño a establecer metas se le da una visión planificada del futuro; ya sea que quiera ahorrar para comprarse un juguete, ayudar a su familia o mejorar sus calificaciones. Definir objetivos es una práctica positiva que lo ayudará a tomar mejores decisiones y a solucionar problemas. Al reconocer que tiene diversas opciones para alcanzar una meta, decidirá cuáles utilizará y comenzará a gestarse la responsabilidad sobre las decisiones que toma y valorará sus esfuerzos y logros.

Para alcanzar los objetivos que se proponga es necesario que el alumno reconozca sus habilidades e identifique cuáles debe mejorar o desarrollar.

Material de trabajo

- *Cuaderno de actividades para el alumno*
- Lápiz
- Goma



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Solicite a los alumnos que escriban, en la tabla de su *Cuaderno de actividades para el alumno*, lo que hacen con facilidad y lo que se les dificulta.
- Pida a los alumnos que formen parejas para que comenten lo que escribieron en la tabla.
- Propicie el diálogo entre ellos para retroalimentarse sobre cómo pueden mejorar en aquello que se les dificulta hacer.
- Organice una discusión en grupo y guíela para que los alumnos identifiquen aquello que, en algún momento de su vida les costó trabajo y ya lo pueden hacer. Por ejemplo, andar en bicicleta o aprender a leer y a sumar.
- Haga hincapié en que a través de la práctica constante es posible mejorar en cualquier aspecto que se desea.



¡Manos a la obra!

- Guíe a los alumnos para que establezcan tres metas en las que consideren que deben mejorar, así como las acciones que tendrían que realizar para lograrlas y que las escriban en la tabla de su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Invítelos a reflexionar sobre cómo lograr sus objetivos y qué es necesario para mejorar sus habilidades.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Solicite que compartan sus metas con el grupo para que mediante una lluvia de ideas se propongan sugerencias con la finalidad de lograr sus objetivos.
- Pida a sus alumnos que pregunten a tres compañeros lo que necesitan mejorar para lograr alguna meta y lo escriban en los espacios de su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Reflexione con los alumnos sobre la importancia de practicar y ser perseverante para mejorar sus habilidades y alcanzar sus metas.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motívelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Platiquen por qué es importante mejorar las habilidades que conducen a sus objetivos. Después comente de manera positiva acerca de las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 4 Nuestros logros

El alumno reconocerá que al realizar una actividad en equipo, las habilidades de sus integrantes ayudan a lograr metas que los benefician a todos.

Infórmate

El trabajo en equipo es un esfuerzo coordinado de acciones y responsabilidades de un grupo de personas por una causa común, lograr la meta propuesta.

Es importante que los alumnos reconozcan que estas tareas son parte de la vida cotidiana, en la que muchas cosas que los rodean son resultado del trabajo en equipo. Cada integrante de éste lleva a cabo una función específica de acuerdo con su experiencia en un área determinada y que impacta en el proyecto. Sólo si cada uno cumple dicha función se concluirá la meta. Los alumnos deben aprender a trabajar de manera coordinada, a comunicarse de manera adecuada, tomar una actitud de respeto y compromiso para hacer uso de sus **habilidades** y alcanzar un objetivo común.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores
- Hojas de rotafolio
- Plumones de colores
- Goma
- Cinta adhesiva
- Hojas blancas



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Retome la información de las secciones “Infórmate” y “Glosario” y explique a sus alumnos el significado de los términos meta y habilidad.
- Ayude a formar equipos de cuatro integrantes; luego solicite que escriban en la columna izquierda de la tabla de su *Cuaderno de actividades para el alumno*, el nombre de cada integrante, y en la derecha, dos habilidades que tiene cada uno.
- Explique que todas las personas tienen habilidades y deben aprender a reconocer las propias.



¡Manos a la obra!

- Pida que, integrados en equipos, los niños se pongan de acuerdo para elaborar un periódico mural con el título “Mejoremos nuestra escuela” y en el que manifiesten cómo les gustaría que fuera ésta.
- Comente que en esta actividad es importante que todos participen sumando sus habilidades. Por ejemplo, que unos redacten, otros busquen información y unos más dibujen.
- Al final solicite que de manera individual reflexionen sobre las preguntas que están en su *Cuaderno de actividades para el alumno* y las respondan.
 - ¿Las habilidades con las que cada uno cooperó ayudaron a la elaboración del periódico mural?
 - ¿Qué habilidades identificaste en los demás?
 - ¿Cómo ayudan las habilidades que cada uno tiene para lograr la escuela que les gustaría?
- Pida a los alumnos que compartan las respuestas.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida que contesten las siguientes preguntas de su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Qué otras habilidades descubriste en tus compañeros?
 - ¿Por qué crees que el trabajo en equipo es importante para lograr metas comunes?
 - ¿Crees que haya habilidades mejores que otras? ¿Por qué?
- Solicite a algunos alumnos que compartan sus respuestas. Fomente la discusión acerca de la importancia de reconocer talentos en las demás personas, su relación con el trabajo en equipo y el logro de metas.
- Indíqueles que coloquen el periódico mural en la escuela o en un espacio que usted designe.
- Reflexione con los alumnos sobre la importancia de realizar actividades en equipo, ya que cuando cada uno de los integrantes participa con sus habilidades contribuye a lograr metas que benefician a todos.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

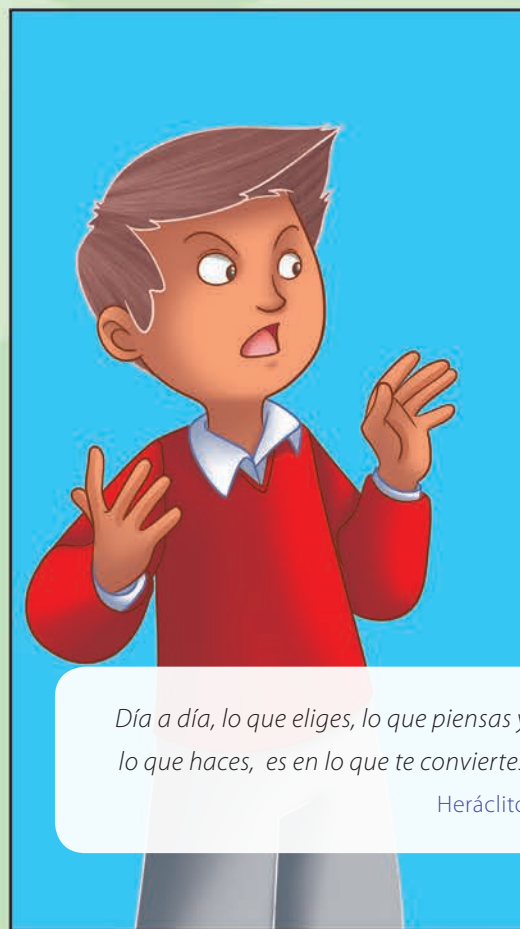
Motive a los alumnos a que reflexionen acerca de la importancia del trabajo en equipo para el logro de metas.

Complemente las ideas expuestas en las participaciones de los alumnos.

II. Reconozco y manejo mis emociones

Propósito del tema

Favorecer que el alumno reconozca las diferentes estrategias para expresar y regular lo que siente.



Día a día, lo que eliges, lo que piensas y lo que haces, es en lo que te conviertes.

Heráclito

Sesión 1 Descubro cómo expresar mis emociones

El alumno reconocerá diferentes formas asertivas para expresar sus emociones.

Infórmate

Las emociones son reacciones momentáneas que implican una respuesta corporal ante un estímulo del ambiente, pero también se generan con pensamientos. Por ejemplo, si recordamos que dejamos conectada la plancha sentimos miedo. Las emociones provocan cambios en el cuerpo como alteración del ritmo cardíaco y del tono de la piel, expresiones del rostro y de la voz; nos preparan para una respuesta urgente: el miedo para la huida, el enojo para la defensa; la tristeza por una pérdida y la alegría por un estímulo placentero.

Los sentimientos son descripciones subjetivas, verbales, de esa experiencia emocional; son posteriores a la propia emoción, duran más tiempo y tienen menos intensidad. Como cuando sufrimos la pérdida de un ser querido, al principio la tristeza puede ser abrumadora; posteriormente queda el sentimiento de pérdida que, incluso, puede manejarse con menos dificultad que el impacto de la emoción.

Expresar los sentimientos **asertivamente** es hacerlo sin dañar a sí mismo o a los demás. Esta herramienta forma parte de las competencias sociales y emocionales de las personas; en otros términos, es el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular de forma apropiada las situaciones y emociones que ocurren a diario.

Aprender a reconocer, expresar y regular los sentimientos son procesos que forman parte del desarrollo del ser humano, que le permitirán resolver las diferentes situaciones que se le presenten a lo largo de la vida.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Indique a los alumnos que observen las cuatro imágenes que se muestran en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Pida que anoten la emoción o sentimiento que se manifiesta en cada imagen y respondan la pregunta, ¿qué haces cuando te sientes así? La importancia es que el alumno reconozca los sentimientos mediante el lenguaje corporal e identifique las actitudes que los acompañan.
- Guíe a los alumnos durante el desarrollo de la actividad mediante los siguientes ejemplos: cuando estoy alegre brinco, cuando estoy triste me voy a llorar o me aíso, cuando estoy enojado grito.
- Pida que se integren en equipos de tres, que compartan sus trabajos y observen sus coincidencias.



¡Manos a la obra!

- Explique a los alumnos que deben imaginar la situación indicada en el *Cuaderno de actividades para el alumno* y contestar las preguntas.
- Ayúdelos a formar equipos de cinco integrantes para que discutan sus respuestas y contesten las siguientes preguntas del *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Todas las formas de expresarse son adecuadas? ¿Por qué?
 - ¿Qué opciones para manejar las emociones son mejores?
 - ¿Cómo le dirían de manera asertiva a otra persona que están enojados?
- Reitere a todo el grupo que no hay formas de sentir buenas o malas, que lo importante es ser asertivos al momento de reaccionar ante ellas.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Presente a los alumnos la lista de acciones que deben unir a las formas de expresión “Asertiva” y “No asertiva”; recuérdelos que la asertividad es una manera de expresar lo que sentimos con respeto y sin dañar a uno mismo o a los demás. Solicite que resuelvan el ejercicio correspondiente en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Invite a los alumnos a reflexionar sobre las distintas maneras de expresar asertivamente el enojo, la tristeza, la alegría y el miedo; a que las mencionen en una lluvia de ideas y las escriban en su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Cierre esta sesión reflexionando con el grupo sobre las diferentes formas para expresarse, y reitere que cuando expresamos nuestras emociones y sentimientos de manera asertiva favorecemos la convivencia.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motívelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por cada alumno.

Motive a los alumnos a reflexionar acerca de las diferentes maneras de expresar emociones y que la mejor es hacerlo asertivamente.

Sesión 2 Cada uno siente diferente

El alumno comprenderá que cada persona siente de manera diferente ante una misma circunstancia y todas las formas de sentir son válidas.

Infórmate

Todos los sentimientos tienen alguna función, permiten que la persona se relacione con los demás. Incluso los sentimientos más desagradables tienen funciones importantes en la adaptación social y el ajuste personal.¹

Los sentimientos se pueden analizar desde un modelo biopsicosocial formado por tres aspectos en interacción: el biológico, dado que los sentimientos cumplen una función adaptativa; el social, ya que facilitan la interacción interpersonal y controla las conductas de las personas; así como el psicológico, debido a que los sentimientos están cargados de energía emocional. Cada persona siente distinto a las demás ante una misma circunstancia o situación debido a que interpreta las emociones a partir de sus necesidades y de acuerdo con su desarrollo cultural, familiar y social. Por lo tanto, es importante hacerles notar a los alumnos que existen diferencias entre las formas de sentir, pero que todas ellas son válidas.

¹ Mariano Chóliz. *Psicología de la emoción: el proceso emocional*, 2005.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Solicite a los alumnos que observen las tres imágenes del *Cuaderno de actividades para el alumno* y solicite que escriban debajo de cada una de ellas, cómo se sentirían si estuvieran involucrados en esas situaciones.
- Invite a los alumnos a que compartan sus respuestas.
- Haga hincapié en que todos tienen maneras de sentir diferentes ante una misma situación.



¡Manos a la obra!

- Organice a los alumnos en parejas para la actividad.
- Presente las dos historias que deberán leer y solicite que respondan las preguntas que se plantean encerrando en un círculo sus respuestas.

Caso 1. Si tú fueras María, ¿qué tipo de emoción hubieras sentido en ese momento?

Caso 2. Si tú fueras Jorge, ¿qué hubieras sentido en ese momento?

- Fomente la participación del grupo para que compartan sus respuestas.
- Pida a los alumnos que elaboren en su cuaderno un cuadro en el cual registren la variedad de emociones que se expresaron.
- Hágales notar que cada uno tiene una manera distinta de sentir en cada caso, y que no están en un error, sino que cada persona, de acuerdo con el entorno donde se desarrolla y sus experiencias, piensa y siente diferente, pero que todas las formas son válidas.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los alumnos que respondan las preguntas de su *Cuaderno de actividades para el alumno* con base en las respuestas del ejercicio anterior para generar una discusión entre ellos.
 - Identifica tres formas de sentir diferentes a la tuya.
 - ¿Qué harías para respetar las formas de sentir de otros?
- Cierre la sesión comentando que cada quien siente distintas emociones ante una misma circunstancia y que es importante respetar esas maneras porque todas son válidas.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre las distintas maneras de sentir y que todas son válidas. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por cada alumno.

Sesión 3 ¿Cómo regulo mis emociones?

El alumno analizará las diferentes acciones para regular lo que siente y no lastimarse a sí mismo o a los demás.

Infórmate

La inteligencia emocional aporta un marco para educar la capacidad de adaptación social de las personas. Es el conjunto de habilidades que sirven para expresar y autorregular los sentimientos de la manera más adecuada. Dentro de este marco se mencionan cuatro habilidades básicas.²

- Percepción, evaluación y expresión de emociones. Se refiere al grado en que las personas son capaces de reconocer sus emociones, así como a la capacidad para comunicar adecuadamente los sentimientos y las necesidades asociadas a los mismos en el momento oportuno y de modo correcto.
- Asimilación o facilitación emocional. Es la habilidad para tener en cuenta los sentimientos cuando realizamos un proceso de toma de decisiones.
- Comprensión y análisis de las emociones. Implica saber etiquetar las emociones y reconocer en qué categoría se agrupan los sentimientos, así como conocer las causas que las generan y las consecuencias futuras de esas acciones.
- Regulación emocional. Es el manejo consciente de las emociones. Incluye la capacidad para aceptar los sentimientos tanto positivos como negativos, y además abarca la habilidad para regular las emociones moderando las negativas e intensificando las positivas, sin reprimir ni exagerar la información que comunican.

Si el alumno es capaz de reconocer lo que siente, estará en posibilidad de comunicarlo de manera asertiva. Sin embargo, no sólo se trata de expresar los sentimientos, sino de que lo hagan en el momento adecuado, con la persona correcta y de manera respetuosa, ya que en ocasiones se puede perder el control debido a la intensidad. Por ejemplo, es preferible que el enojo se exprese verbalmente con una persona que ayude a **reflexionar** y a tomar la mejor decisión para regular ese sentimiento antes de que se convierta en uno de mayor intensidad que quizá derive en violencia. Es importante utilizar las palabras correctas, cuidar el tono de voz (sin gritar) y buscar el momento adecuado para no expresar un sentimiento de manera incorrecta.

² Natalia Ramos. *Inteligencia emocional plena: Mindfulness y la gestión eficaz*, 2012.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Pida a algún alumno que lea los párrafos que están al inicio de la sesión.
- Explique a los alumnos que deben observar cuatro imágenes y unirlas con una línea al enunciado que corresponda: “Puede manejar sus emociones” o “Se le dificulta manejar sus emociones”.
- Solicite que compartan sus respuestas.
- Comente que regular lo que sienten evita conflictos y violencia, además de que fomenta la convivencia y el diálogo.



¡Manos a la obra!

- Pida a un alumno que lea la situación que se incluye en el *Cuaderno de actividades para el alumno*. Posteriormente solicite a los alumnos que, de forma individual, lean y marquen la casilla con una (✓), que corresponda con las acciones que los ayudarían a regular sus emociones.
- Promueva la participación del grupo para que comenten cuáles marcaron y qué otras diferentes conocen para regular las emociones, y anótelas en el pizarrón.
- Solicite a un alumno que lea las acciones escritas en el pizarrón. Mencione que estas estrategias están dirigidas a regular las emociones. Sin embargo, como cada persona es diferente, habrá a quienes les funcionen más y otras no, por lo que se pueden presentar diversas respuestas y todas ellas ayudarían a regular las emociones y a no reaccionar impulsivamente.
- Pida que cada alumno anote en el cuadro que está en el *Cuaderno de actividades para el alumno* las acciones que consideren que les puedan ayudar a regular sus emociones. Durante la actividad promueva la lluvia de ideas y que cada alumno escriba las estrategias que considere le van a funcionar.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los alumnos que escriban en el *Cuaderno de actividades para el alumno* algún evento en el que hayan perdido el control.
- Solicite que consideren las estrategias vistas durante la sesión y pida que vuelvan a escribir ese evento pero aplicando alguna de las acciones comentadas, y luego señalen cuáles habrían sido las consecuencias si hubieran actuado de manera asertiva.
- Cierre la sesión reflexionando sobre la importancia de aprender a regular las emociones para no lastimarse a uno mismo. Por ejemplo, explique a los alumnos que si se enojan con frecuencia y pierden el control, eventualmente afectarán su salud física y emocional; del mismo modo un arranque de ira puede llevarlos a actuar de tal manera que lastimen a otros, física o emocionalmente.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre reconocer la importancia de regular las emociones y sus consecuencias. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

El alumno reconocerá la importancia de la empatía en el manejo y la expresión de las emociones.

Infórmate

“De todas las competencias de la inteligencia emocional, la **empatía** es fundamental para comprender y apreciar los sentimientos de las demás personas.”³

En términos generales, percibir lo que otros sienten es empatía. En algunas ocasiones una persona dirá con palabras lo que está experimentando; sin embargo, lo revela por su tono de voz, su expresión facial y otras formas no verbales. La empatía requiere saber interpretar las emociones ajenas, percibir las preocupaciones o sentimientos de otros y responder a ellos.

El desarrollo de la empatía en los niños contribuye a tener mayor estabilidad emocional y conectar con los sentimientos ajenos tanto negativos como positivos; ayudar a comprender lo que piensan y sienten los demás; y a mejorar la adaptación social, al favorecer la cooperación y disminuir la violencia.

Una manera de reconocer los sentimientos es mediante las reacciones del cuerpo. Por ejemplo, cuando sentimos alegría lo manifestamos mediante la risa, la mirada se vuelve radiante y los gestos son armoniosos, de tal modo que otra persona puede leer nuestro lenguaje corporal y así saber cómo acercarse a nosotros de forma empática.

³Daniel Goleman. *La inteligencia emocional*, 2000.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores
- Plumones
- Cinta adhesiva
- Cartulinas

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Tenga a la mano la definición de empatía y, con ayuda de los alumnos, anótelas en una hoja de rotafolio o en una cartulina. Luego péguela en un lugar visible.
- Lea y pregunte qué es la empatía.
- Comente acerca del tema y permita que los alumnos expresen sus ideas para que el concepto se vuelva significativo para ellos.
- Pida que observen las cuatro imágenes en el *Cuaderno de actividades para el alumno* y encierren en un círculo las que muestran el significado de empatía.



¡Manos a la obra!

- Solicite a los alumnos que escriban historias cortas en las que se demuestre empatía entre los personajes. Es importante que les indique ejemplos para facilitar la elaboración de la historia, y les mencione cómo la empatía puede fortalecer los lazos de amistad y convivencia.
- Desarrollo de la actividad.
 - Paso 1. Ayúdelos a formar equipos (considere el tamaño del grupo).
 - Paso 2. Pida que nombren a un narrador.
 - Paso 3. Indique a los equipos que elaboren una historia corta en la que el personaje principal haya tenido alguno de los siguientes sentimientos: alegría, miedo, tristeza, vergüenza o enojo, y escriban el final con alguien que tenga una actitud de empatía con él.
 - Paso 4. El narrador designado de cada equipo debe pasar al frente a leer la historia.
 - Paso 5. Al terminar la dinámica, de forma individual, contestar las preguntas que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Por qué es útil la empatía?
 - ¿Cómo te sirve la empatía cuando alguien está triste o enojado?
 - Si estás triste y se acerca un amigo que es empático, ¿en qué te ayudaría?
- Reitere la importancia de la empatía al expresar las emociones y su contribución a la convivencia y al fortalecimiento de la autoestima.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los alumnos que lean las cinco frases que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno* y anoten una (✓) en las que se manifieste empatía.
- Ayúdelos a fortalecer el reconocimiento de la empatía por medio de frases asertivas.
- Reflexione con sus alumnos acerca de la importancia de la empatía para aprender a manejar y expresar las emociones de manera adecuada.
- Pida que escriban alguna anécdota al respecto en su *Cuaderno de actividades para el alumno* y que contesten las preguntas.
- Cierre la sesión reiterando que la empatía es una actitud que todos podemos desarrollar si la ponemos en práctica todos los días.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Invítelos a reflexionar sobre la importancia que tienen las actitudes empáticas para mejorar las relaciones con los demás. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

III. Convivo con los demás y los respeto

Propósito del tema

El alumno reconocerá las habilidades sociales que favorecen la convivencia.



*La paz es hija de la convivencia, de la educación y del diálogo.
El respeto a las culturas milenarias hace nacer la paz en el presente.*

Rigoberta Menchú

Sesión 1 No tan cerca

El alumno reconocerá la importancia del contacto visual y la distancia óptima como habilidades para la convivencia.

Infórmate

La **convivencia** es la relación que establecen dos personas o más, que coinciden en un tiempo y espacio determinados, y que se da de forma armoniosa, pacífica e inclusiva. Implica los momentos de la vida en común y la armonía que se busca en las relaciones de las personas, el conocimiento y respeto a la diversidad, la capacidad de entenderse, de valorar y aceptar las diferencias. La convivencia familiar es esencial para enseñar los valores que constituyen el núcleo de una formación ciudadana democrática y pacífica. Es necesario aprender a expresarse, a participar activamente y dialogar escuchando al otro; mantener un contacto visual durante el diálogo permite alertar nuestros sentidos y centrarlos en él, de esta forma la conversación se vuelve eficaz y fortalece la convivencia.

El caso del contacto visual sirve en diferentes situaciones; por un lado, como maestro es una herramienta aliada para mejorar la comunicación y el entendimiento con los alumnos; y, por otro es un elemento humano que ayuda a analizar y transmitir mensajes de aprecio y admiración.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Comente la importancia de mantener el contacto visual cuando estamos hablando con alguien, esta acción ayuda a escuchar mejor y a entender lo que nos están diciendo.
- Genere una lluvia de ideas y al final reflexione sobre cuál es la distancia óptima que requiere una persona para sentirse cómoda junto a otra durante una conversación.
- Solicite al grupo que observe las imágenes de su *Cuaderno de actividades para el alumno* y encierre en un círculo del color que elijan las que muestran contacto visual y con un círculo de otro color en las que se aprecie la distancia óptima entre las personas.



¡Manos a la obra!

- Ayude a los alumnos a formar parejas y con ellas dos hileras, colocados los niños frente a frente.
- Divida a las parejas en tres equipos y sepárelos de la siguiente manera:
 - En el primer equipo se separarán dos metros.
 - En el segundo equipo se separarán un metro.
 - En el tercer equipo se separarán 30 centímetros.
- Explique la actividad: un alumno de cada pareja mantiene contacto visual con su compañero durante un minuto, mientras el otro le cuenta lo que hizo el fin de semana anterior; después de que transcurra el minuto, el que escuchó manteniendo el contacto visual ahora le platicará a su pareja lo que hizo el fin de semana.
- Observe a los alumnos durante la dinámica y si alguien se siente incómodo, apóyelo para lograr la actividad; motívelos para que practiquen el contacto visual.
- Pida que la actividad la lleven a cabo respetando a sus compañeros, es decir, con atención e interés y sin interrumpir apresuradamente.
- Al final, dígales que regresen a sus lugares para que contesten, de forma individual, las preguntas que están en su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Cómo se sintieron con respecto a la distancia que conservaron con los compañeros?
 - ¿Se logró el contacto visual durante un minuto? ¿Por qué?
 - ¿Son necesarios la distancia óptima y el contacto visual durante una conversación?
- Pida a algunos alumnos que compartan sus respuestas con los demás y cómo se sintieron con la actividad. También que destaquen lo que experimentaron al estar a diferentes distancias.
- Solicite a los niños que reflexionen acerca del espacio óptimo y el contacto visual como habilidades sociales.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Solicite a los alumnos que respondan las preguntas de su *Cuaderno de actividades para el alumno* y después lean sus respuestas.
 - ¿Qué aprendiste sobre respetar la distancia óptima que deben establecer las personas?

- ¿En qué ayuda hacer contacto visual con las personas?
- ¿Cómo le pedirías a alguien que respete tu distancia óptima?
- Cierre la sesión reiterando la importancia de mantener el contacto visual y respetar la distancia óptima de las personas y cómo esto favorece la convivencia.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motívelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Invítelos a reflexionar sobre la importancia del contacto visual, la distancia óptima y de qué manera ayudan a la convivencia. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 2 Te escucho

El alumno reconocerá la importancia de escuchar con atención a las personas que le rodean.

Infórmate

Los seres humanos somos primordialmente sociales, la mayor parte de la vida conviven con otras personas, por lo que es importante aprender a comunicarse con los demás y actuar de manera adecuada en situaciones de convivencia. Ciertas habilidades de comunicación ayudan a mejorar las relaciones interpersonales, entre ellas la escucha activa.





Uno de los principios más importantes y difíciles en el proceso comunicativo es saber escuchar. Cuando falta comunicación o hay fallas durante ésta, se debe en gran medida a que no se sabe escuchar a los demás. Estamos pendientes la mayor parte del tiempo de los propios mensajes y no de lo que el interlocutor quiere decir.

La escucha activa se refiere a la habilidad de poner atención plena a los sentimientos, las ideas o los pensamientos que están inmersos en lo que la otra persona dice.

A continuación se indican algunos comportamientos que obstaculizan el diálogo, los alumnos deben identificarlos y evitarlos durante la práctica de la escucha activa:⁴

- Distraerse.
- Interrumpir al que habla.
- Juzgar.
- Ofrecer ayuda o soluciones prematuras.
- Rechazar lo que el otro esté sintiendo.
- Contar “tu historia” cuando el otro necesite hablar.
- Evitar el “síndrome del experto”, ya tiene las respuestas al problema de la otra persona, incluso antes de que le haya contado la mitad.

⁴ Ángel Marcuello. *Habilidades de comunicación. Técnicas para la comunicación eficaz*, 2013.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Pida a algún alumno que lea al grupo las instrucciones que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno*, al final pregunte si tienen alguna duda; de ser así, resuélvala.
- Indique que observen la tabla con las diferentes acciones; en la parte superior se señala: “Cuando alguien te habla...”; y tienen que marcar con palomita (✓), de acuerdo con su experiencia, lo que hacen cuando están escuchando a alguien.
- Invite a que compartan sus respuestas y comente que esas acciones llevan a una escucha activa, es decir, poner atención y mostrar respeto; además, se establece un diálogo cordial y se fomenta la convivencia.



¡Manos a la obra!

- Explique a los alumnos que harán una práctica de escucha activa.
- Ayúdelos a formar equipos de tres integrantes.
- Indique que cada integrante platicará a los otros dos lo que más le gusta hacer, para ello tendrá tres minutos. Mientras el compañero esté hablando, los otros deberán escuchar con atención. Marque el cambio a los tres minutos para que todos tengan la misma posibilidad de participar.
- Pida que recuerden las acciones que se utilizan para una escucha activa, las cuales se revisaron en la actividad anterior. Solicite que las lleven a cabo en este momento.
- Solicite que contesten las preguntas del cuadro en el *Cuaderno de actividades para el alumno*, referentes a lo que vivieron en la actividad.
- Pregunte cómo se sintieron; pida que comenten si fueron escuchados cuando estaban hablando, qué piensan al respecto y si hay algo que deban modificar para establecer mejor comunicación con los demás.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida que contesten las preguntas del *Cuaderno de actividades para el alumno* y genere una lluvia de ideas acerca de otras acciones para fortalecer la escucha activa.
 - ¿Por qué es importante escuchar con atención a los demás?
 - ¿Qué aspectos consideras que puedes mejorar para escuchar con atención?
 - ¿Quiénes te ponen más atención cuando hablas?
- Cierre esta sesión reflexionando con los alumnos acerca de la importancia de escuchar con atención a las personas que los rodean; además, invítelos a practicarlo.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre la importancia de la escucha activa y qué acciones ayudan a fortalecerla. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 3 Hago nuevos amigos

El alumno aplicará el diálogo como una forma de socializar y favorecer la convivencia.

Infórmate

Dentro de las habilidades de la inteligencia emocional está el **diálogo**, el cual fortalece las relaciones personales, aumenta la autoestima y favorece la convivencia. El diálogo debe ser asertivo; es decir, respetuoso, no violento y cordial para que no altere los derechos de los demás ni provoque menosprecio hacia uno mismo. Dialogar permite conocer a las personas, saber qué les agrada y desagrada, y previene o evita que ocurran conflictos provocados por la falta de comunicación. La escuela favorece el desarrollo de esta habilidad ya que es uno de los ámbitos principales donde los alumnos aprenden a comunicarse con otras personas. Es recomendable comentar a los alumnos que para iniciar una conversación se debe tener actitud amable y sincera, comenzar con algún saludo y para mantenerla mostrar interés y empatía hacia la otra persona.





Otras pautas que también debe incluir una conversación son: escuchar activamente, mantener un buen **espacio personal** y buscar intereses en común. Practicar el arte de la conversación con sus alumnos desarrollará en ellos su seguridad y serán personas confiadas, abiertas y sociables.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Explique la importancia de establecer un diálogo cordial al iniciar una conversación.
- Mencione a los alumnos que en su *Cuaderno de actividades para el alumno* hay cuatro imágenes que muestran a personas conversando.
- Pida que las observen, marquen con una (✓) las que consideren están llevando a cabo una conversación adecuada, las colorean y escriban en las líneas de abajo el porqué de su elección.
- Solicite a un voluntario para que comparta con el grupo sus respuestas.
- Pregunte abiertamente al grupo si está de acuerdo o hay algún alumno que difiera y por qué.



¡Manos a la obra!

- Pida a los alumnos que lean en silencio las instrucciones de la actividad, después pregunte si todos las entendieron y resuelva las dudas.
- Explique que esta actividad se divide en dos partes: en la primera tienen que unir con una línea del color que prefieran las actitudes que consideren les ayudan a iniciar o mantener una conversación y con otra de diferente color las actitudes que no les ayudan; en la segunda parte tienen que escribir una conversación en los globos de diálogo que se encuentran en su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Comente con sus alumnos las respuestas de cada uno de los ejercicios, haga hincapié de la importancia del diálogo cordial.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Repase con el grupo las características de una conversación adecuada o asertiva y los beneficios principales.
- Solicite a los alumnos que lean las preguntas que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno* y reflexionen antes de contestarlas.
 - ¿Qué se necesita para iniciar y mantener una conversación?
 - ¿Qué consejo le darías a alguien para iniciar una conversación?
 - Menciona algunas ideas de cómo podrías hacer nuevos amigos.
 - ¿Cuáles serían las características que debe tener un diálogo para iniciar una conversación?
- Invite a los niños a compartir sus respuestas con el grupo.
- Reitere que hay diferentes formas para iniciar una conversación y que si las sabemos utilizar se favorece la convivencia.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas a quienes muestren dificultades.

Invítelos a reflexionar sobre la importancia del diálogo y las formas adecuadas de iniciar y mantener una conversación. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 4 ¿Y si me rechazan?

El alumno aprenderá a manejar adecuadamente las situaciones de rechazo.

Infórmate

En la vida cotidiana las interacciones entre las personas incluyen la posibilidad de recibir un rechazo. Cuando sucede esta situación siempre tendrá un efecto sobre los involucrados, el rechazo puede ocurrir en cualquier contexto e incluso durante el desarrollo de hechos no relevantes.

Las personas que sienten miedo excesivo al rechazo, posiblemente no se atreven a hacer algo nuevo para evitar la experiencia desagradable, pero ponen en riesgo el logro de su objetivo porque no intentan llevarlo a cabo.

Si el alumno aprende a manejar las situaciones desagradables, el impacto en su autoestima será menor. La capacidad para afrontar el rechazo se puede lograr mediante el desarrollo de las siguientes habilidades:

1. *Ser sincero.* Si alguien se siente rechazado es necesario reconocerlo, aceptar que se siente dolor y no fingir lo contrario. Platicar con alguien ayuda a reducir el sentimiento de aislamiento, y al percibir que se tiene empatía con otra persona se motiva la expresión de los sentimientos. Reconocer cómo nos sentimos ayuda a superar emociones dolorosas.
2. *Ser positivo.* Cuando una persona se enfrenta a una emoción dolorosa, como el rechazo, se concentra en lo mal que se siente; sin embargo, al recordar que esta situación ya se ha vivido y que se puede reponer de ese dolor, le ayudará a tener una visión positiva del futuro.
3. *Examinar los pensamientos.* Un pensamiento negativo impide tener esperanza y creer en uno mismo. Por tanto, será necesario cambiar esos pensamientos a positivos para dejar de sentirse mal y volver a intentar hacer algo.
4. *Sacar provecho del rechazo.* El rechazo es una oportunidad para considerar si hay aspectos de la persona que se tienen que mejorar; si se enfoca de forma positiva puede ayudar a orientar las metas en una dirección que resulte adecuada para reconocer aptitudes, rasgos de personalidad y virtudes que definen a una persona.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores
- Cartulinas
- Cinta adhesiva
- Goma



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Reflexione con los alumnos sobre el rechazo y comente que es una situación por la que pasan todas las personas en diferentes contextos, en la escuela, el trabajo y la familia. Lo importante es aprender a manejarlo de manera adecuada.
- Invítelos a escribir en el cuadro que está en su *Cuaderno de actividades para el alumno* alguna ocasión en la que se hayan sentido rechazados.
- Obsérvelos y si nota a alguno que le cueste trabajo escribir o que esta actividad le genera un sentimiento que lo desestabilice, acérquese a él y apóyelo.
- Pida uno o varios voluntarios para que compartan su experiencia ante el grupo.
- Retome el concepto de empatía para llevar a cabo esta actividad y promueva un ambiente de confianza y respeto entre los alumnos para que puedan escucharse.



¡Manos a la obra!

- Indique a los alumnos que observen las 11 habilidades que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno*, de las cuales dos no ayudan a manejar adecuadamente el rechazo y las otras nueve sí.
- Pida que lean con atención las frases y subrayen, con el color que elijan, las que les pueden ayudar a manejar de manera adecuada el rechazo, y con otro color, las que creen que no.
- Genere una lluvia de ideas para que los alumnos mencionen otras habilidades que los ayuden a manejar el rechazo adecuadamente.
- Anote en el pizarrón las ideas que mencionen los alumnos.
- Solicite que anoten en el *Cuaderno de actividades para el alumno* sus propuestas.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Divida al grupo en equipos de cinco integrantes. Hable acerca del rechazo y cómo superarlo; inicie un debate sobre los sentimientos que tiene una persona cuando vive el rechazo.
- Anote en el pizarrón todos los sentimientos que vayan mencionando los alumnos.
- Solicite a los equipos que elaboren un cartel acerca de las estrategias y actitudes que los ayudan a superar el rechazo; el título puede ser, por ejemplo, “Estrategias que me ayudan a superar un rechazo”.
- Promueva que los equipos compartan el contenido de los carteles.
- Acompañe a los alumnos a colocar los carteles en el periódico mural de la escuela o solicite que se peguen en el salón.
- Solicite que, de manera individual, escriban en el *Cuaderno de actividades para el alumno* sus estrategias para superar el rechazo.
- Cierre la sesión con una reflexión sobre la importancia de aprender a manejar adecuadamente las situaciones de rechazo.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Invítelos a reflexionar sobre la importancia de aprender a manejar adecuadamente las situaciones de rechazo. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por cada alumno.

IV. Las reglas: acuerdos de convivencia

Propósito del tema

El alumno reconocerá el papel de la comunicación como una herramienta que le permite participar en la elaboración y seguimiento de reglas en su escuela.



Sesión 1 **Vamos a crear nuestros acuerdos**

El alumno reconocerá el papel de la comunicación en el establecimiento de acuerdos para la convivencia.

Infórmate

Una regla es un principio que se adopta para dirigir la conducta o la correcta realización de una acción o desarrollo de una actividad. Un **acuerdo** es la acción de determinar o resolver en conjunto o por mayoría de votos una solución que beneficie a las personas involucradas. La **comunicación asertiva**, durante la elaboración de acuerdos, permite que los involucrados aclaren sus diferencias para poder tomar decisiones o actuar en conjunto.

Un mundo sin reglas sería caótico, cada quien actuaría sin límites y los derechos de todas las personas estarían amenazados. En todos los ámbitos sociales como la escuela, la familia, la comunidad y los centros de diversión, por ejemplo, los acuerdos deben existir para el ejercicio libre de los derechos, en donde es importante no perjudicar a otras personas ni a uno mismo.

En el ámbito de la escuela es fundamental que los docentes enseñen a los alumnos a regular su conducta. Para ello los harán participar en el proceso de toma de decisiones. Esto conlleva a que comprendan la importancia de respetar, por convicción, las reglas y no para evitar la sanción correspondiente; que se involucren en el ejercicio del diálogo para que se apropien de las decisiones; que aprendan a analizar acuerdos carentes de sentido; y que tengan la capacidad de modificarlos para beneficio de todos.

La comunicación juega un papel importante para establecer acuerdos, ya que es la base para su construcción porque permite que todos escuchen y expresen sus opiniones y necesidades sin faltar al respeto.

Material de trabajo

- *Cuaderno de actividades para el alumno*
- Lápiz
- Lápices de colores
- Cartulinas



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Pregunte a los alumnos qué es para ellos un acuerdo. Organice una lluvia de ideas para que generen la definición, además haga hincapié en que los acuerdos se concretan a través de una comunicación asertiva.
- Pida que observen las imágenes de su *Cuaderno de actividades para el alumno* y encierren en un círculo las que representan una comunicación adecuada.
- Solicite que contesten la pregunta, ¿Qué elementos identificaste en tu elección?
- Pida voluntarios para compartir sus respuestas con el grupo y enriquezca el tema con sus comentarios.



¡Manos a la obra!

- Pida a los alumnos que lean las oraciones de su *Cuaderno de actividades para el alumno* y comenten tres formas de comunicación para establecer acuerdos.
- Solicite que, de manera individual, contesten las dos preguntas.
 - ¿Por qué consideras que la comunicación adecuada ayuda al establecimiento de acuerdos?
 - ¿Por qué piensas que es importante escuchar y respetar la opinión de los demás?
- Invite a algunos alumnos a que compartan sus respuestas de manera voluntaria con el grupo.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Ayude a los alumnos para que platiquen cómo debe ser la comunicación para establecer acuerdos.
- Después, solicite que elaboren tres acuerdos para el grupo y que promuevan la convivencia.
- Anote los tres acuerdos en una cartulina y colóquela en un lugar visible.
- Pida que escriban en su *Cuaderno de actividades para el alumno* si la manera de comunicarse fue la correcta para establecer los acuerdos y por qué.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre la importancia de la comunicación adecuada para la elaboración de reglas y acuerdos. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por cada alumno.

Sesión 2 ¿Cómo se crean los acuerdos?

El alumno identificará las formas en las que se generan acuerdos para la convivencia.

Infórmate

La convivencia organizada y tranquila dentro de los espacios de la escuela es una condición indispensable para el sano desarrollo de los alumnos; esto conlleva una responsabilidad que no sólo compete a los docentes, sino también a los niños. Ambas partes deben estar involucradas en la creación de acuerdos que fomenten una convivencia armónica. Los maestros apoyarán a los alumnos en la identificación de áreas de oportunidad para fortalecer la convivencia y generar decisiones que favorezcan a toda la comunidad escolar.

Una vez identificada el área de oportunidad será necesario establecer un objetivo y generar ideas para alcanzarlo mediante acciones concretas. Es importante que los alumnos aprendan a escuchar con respeto las ideas de cada uno de los participantes; a elegir la o las acciones que llevarán a cabo; y a elaborar el medio para su difusión. La participación de los niños en todo el proceso hará que conozcan las acciones necesarias para formular acuerdos ya que se sentirán involucrados y, por lo tanto, se propiciará que las decisiones se cumplan con mayor facilidad.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Solicite a los alumnos que, de forma individual, anoten dos acuerdos que hayan establecido cuando juegan.
- Pida que contesten las siguientes preguntas.
 - ¿Cómo llegaron a esos acuerdos?
 - ¿El acuerdo es apropiado para todos? ¿Por qué?
- Solicite a uno o a dos alumnos que compartan sus respuestas con el grupo.



¡Manos a la obra!

- Pida a sus alumnos que se organicen en equipos de cinco integrantes.
- Explique a cada equipo que elabore un acuerdo que favorezca la convivencia a la hora del recreo y prevenga la violencia.
- Indíqueles que para establecer el acuerdo se pueden basar en las preguntas que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Qué les gusta más del recreo y qué no?
 - De lo que no les gusta, ¿qué puede generar violencia?
 - ¿Qué se podría hacer para evitar la violencia?
- Pida que escuchen atentamente las ideas de sus compañeros y comenten las suyas.
- Fije acuerdos sobre algunas propuestas que favorezcan la convivencia durante el recreo.
- Escríbalos en el pizarrón y comente con el grupo.
- Invítelos a reflexionar sobre la pertinencia y objetividad de los acuerdos que fueron propuestos.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida que de manera individual, completen las ideas que vienen en su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Invite a varios alumnos a que compartan sus respuestas con el grupo.
- Reflexione con el grupo sobre de la importancia de las acciones necesarias para la toma de acuerdos que favorezcan la convivencia.
- Haga énfasis que para llegar a acuerdos y hacer reglas todos deben participar de manera respetuosa y ordenada.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre de la importancia de la escucha activa para establecer una comunicación adecuada y lograr acuerdos.

Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por cada alumno.

Sesión 3 Reescribo las reglas

El alumno reconocerá que las opiniones de todos cuentan para llegar a acuerdos.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores
- Cartulinas
- Plumones de colores
- Cinta adhesiva

Infórmate

El respeto a la diversidad en la forma de pensar y sentir de las personas es otro elemento que fortalece la convivencia, ya que propicia espacios de libre expresión y fomenta la democracia, la inclusión y la paz. Sin el respeto a las diferencias, los derechos se anulan y en consecuencia la violencia crece. Para crear espacios libres de violencia es necesario respetar la pluralidad, por lo que será pertinente que los alumnos aprendan a respetar las ideas de los demás y así generar acuerdos que ayuden a fortalecer esa convivencia.

Las reglas impuestas como una orden son más vulnerables a no cumplirse, a diferencia de las que se analizan; en este caso es importante reflexionar con los alumnos sobre la importancia de escuchar, contemplar y tomar en cuenta la opinión de las personas y la propia para la realización de tareas y la convivencia diaria.

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Pida a un alumno que lea en voz alta la historia que está en el *Cuaderno de actividades para el alumno*. Después, de manera individual, solicite a los alumnos que contesten las preguntas que aparecen debajo de la historia.
 - ¿Alguna vez has tenido una situación similar?
 - Tú, ¿qué hubieras hecho?
 - ¿Cuál es el mejor camino para generar un acuerdo?
- Motive a algunos alumnos a compartir sus respuestas con los compañeros de grupo.
- Escuche las respuestas y reflexione con ellos acerca de las ventajas, desventajas y repercusiones de llegar a acuerdos en grupo.



¡Manos a la obra!

- Retome los conceptos de comunicación asertiva y escucha activa de las sesiones 1 y 2, respectivamente. Agregue la importancia del respeto a las diferencias de opiniones como elementos necesarios para generar acuerdos y mejorar la convivencia.
- Organice a los alumnos en equipos de cinco integrantes.
- Solicite que identifiquen otros acuerdos no escritos para el salón y la escuela con el objetivo de evitar la violencia y los escriban en su cuaderno. Haga hincapié de que deben escuchar con respeto las ideas de los demás integrantes del equipo.
- Pida que, de manera individual, analicen los acuerdos que favorecen la convivencia y por qué.
- Solicite que respondan las preguntas que están en el *Cuaderno de actividades del alumno*.
- Pida que compartan sus respuestas con el grupo. Mencióneseles que a partir del consenso se seleccionarán los mejores acuerdos.
- Organice una votación para escoger los mejores acuerdos.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Invite a algunos alumnos para que anoten en una o varias cartulinas (puede ser en hojas de rotafolio u hojas blancas) los acuerdos finales.
- Pida que las peguen en un lugar visible del salón de clases.
- Solicite que elaboren un buzón de sugerencias y revisen de manera periódica las propuestas para agregar los que sean pertinentes.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre la importancia de respetar las ideas de los demás para favorecer la creación de acuerdos y así disminuir la violencia. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 4 Las reglas son de todos

El alumno propondrá estrategias para comunicar las reglas del grupo y de la escuela.

Infórmate

En todos los países se establecen normas, leyes, reglamentos y acuerdos, sin los cuales el mundo sería un caos. Las reglas regulan las conductas y nos ayudan a tener un orden para saber qué se puede hacer y qué no dentro de nuestra comunidad y en todos los espacios de convivencia social.

Es importante difundir las reglas ya sea de forma verbal, escrita, electrónica, gráfica o por cualquier otro medio. Cuando las personas conocen las reglas se espera que se comporten de manera que no lastimen a los demás ni a sí mismas y que demuestren respeto por los espacios físicos en los que se desenvuelven y conviven.

Para la difusión de las reglas dentro de la escuela y el salón, los alumnos pueden elaborar productos de trabajo que se obtengan mediante las estrategias en las cuales participarán de acuerdo con las habilidades de cada uno. De esta forma, comunicarán las reglas que identifiquen en el proceso.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores
- Cartulinas
- Cinta adhesiva



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Pida a los alumnos que escriban las reglas que conocen en las columnas “Salón” y “Escuela”.
- Solicite que compartan sus respuestas para que complementen sus tablas. Reflexione con el grupo acerca de los motivos por los que hay reglas que se siguen menos.
- Ayúdelos a formar equipos de cinco alumnos y que respondan las preguntas.
 - De las reglas que existen, ¿cuáles son las que menos se respetan?
 - ¿Por qué esas reglas se respetan menos?
- Pida que comenten, por equipo, las respuestas.



¡Manos a la obra!

- Pida a los equipos que platiquen y propongan otras opciones para dar a conocer las reglas tanto en su salón de clases como en la escuela. Cada equipo elegirá una manera diferente a las demás y expondrán sus propuestas para su difusión.
- Solicite que pongan en juego su creatividad para lograr transmitir un mensaje claro, en el que se den a conocer las reglas y la necesidad de cumplirlas para favorecer la convivencia.
- Organice una votación para seleccionar la mejor propuesta y llevarla a cabo en la escuela.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los alumnos que elaboren tres lemas para difundir las reglas del salón, y tres para las reglas de la escuela.
- Reflexione con los alumnos acerca del uso y la importancia de los lemas para fomentar el cumplimiento de las reglas dentro de la escuela y de su salón.
- Solicite que compartan sus lemas con el grupo.
- Indíqueles que escriban los lemas en cartulinas (o pueden utilizar hojas de rotafolio, hojas blancas o cualquier otro material que considere adecuado) y las peguen en el salón y en la escuela.
- Reflexione con el grupo acerca de la importancia de proponer estrategias para comunicar las reglas a favor de la convivencia.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre la importancia de difundir las reglas y los medios que hay para hacerlo.

V. Manejo y resolución de conflictos

Propósito del tema

Que el alumno analice la oportunidad de crecimiento que representa un conflicto manejado de forma asertiva.



Los conflictos existen siempre; no trates de evitarlos sino de entenderlos.

Lin Yutang

Sesión 1 Conflictos en los diferentes ámbitos

El alumno identificará que existen conflictos escolares, personales y familiares.

Infórmate

El **conflicto** forma parte de las relaciones entre las personas debido a las diferencias de opiniones, expectativas, creencias, valores o deseos que cada una tiene. Es importante aprender a afrontar los conflictos para mantener relaciones sanas con los demás ya que, cuando un conflicto no se resuelve de forma asertiva, se puede provocar un problema más difícil de resolver.

Para prevenir y evitar situaciones más complicadas es necesario que los alumnos reconozcan que los conflictos se presentan en la escuela, la familia y, en general, en cualquier lugar donde haya interacción con los demás. Los niños deben saber qué es un conflicto, cómo surge y cuáles son las diferentes estrategias que se aplican para resolverlo de forma pacífica; con ello tendrán las herramientas que les ayudarán a enfrentar los problemas que se les presenten.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Pregunte al grupo si en alguna ocasión ha tenido conflictos en su familia, comunidad o escuela. Motive a algunos de sus alumnos a expresarlos.
- Enriquezca los comentarios y oriente a los alumnos para que identifiquen el origen del conflicto en los ejemplos que mencionaron.
- Indique que deben relacionar las tres imágenes que se muestran del lado derecho con los tres tipos de conflictos que se indican del lado izquierdo en el *Cuaderno de actividades para el alumno*. Haga hincapié en que éstos se presentan en todos los ámbitos de la vida (personal, familiar y escolar), ya que son parte de la convivencia.



¡Manos a la obra!

- Divida al grupo en tres equipos.
- Indique a los alumnos que deben representar un conflicto por medio de la actuación.
- Pida a cada equipo que desarrolle un tipo de conflicto (familiar, escolar o personal).
- Explique que deben desarrollar la solución de forma pacífica.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Solicite a los niños que lean las preguntas que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno*, luego oriéntelos para que las discutan en grupo y respondan.
- Pida a algunos alumnos que compartan sus respuestas.
- Reitere que es importante identificar un conflicto desde su inicio.
- Cierre la sesión reflexionando con el grupo acerca de que los conflictos surgen en los diferentes ámbitos: escolares, personales y familiares, y son parte de la convivencia. Lo importante es que cuenten con herramientas para solucionarlos de manera pacífica.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar acerca de que el conflicto es parte de la convivencia, y que solucionarlo de manera pacífica y asertiva ofrece la oportunidad de aprendizaje y crecimiento. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por cada alumno.

Identificamos los elementos necesarios para solucionar un conflicto

El alumno analizará los elementos principales para solucionar un conflicto.

Infórmate

Conocer y comprender las diferencias de intereses entre dos personas es una experiencia constructiva y una oportunidad de aprendizaje para la vida. Algunas de las principales enseñanzas son manejar los conflictos sin recurrir a respuestas pasivas o agresivas y saber cómo evitarlos en el futuro.

Con base en el análisis de los conflictos, existen tres elementos clave:

- Las personas involucradas.
- El proceso del conflicto.
- El problema identificado.

Con respecto a las personas, es importante distinguir a los protagonistas del conflicto, la relación de poder que existe entre ellos, la percepción acerca éste, las emociones, los sentimientos, los intereses y las necesidades de cada uno.

En cuanto al proceso del conflicto es importante identificar si es latente; es decir, que las partes no tienen conciencia de la oposición de los intereses.

Sobre el origen y la causa que sostiene al conflicto, se debe distinguir y despejar lo que está en disputa y separarlo de otras posibles situaciones.⁵ Esto ayudará al proceso de resolución, también puede ser útil preguntarse, ¿qué ha sucedido? ¿Cuál es el interés incompatible?

⁵ John Lederach. *El abecé de la paz y los conflictos*, 2000.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Lápices de colores



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Al inicio de la sesión, solicite a un voluntario para que lea en voz alta en su *Cuaderno de actividades para el alumno*, el nombre del tema, el propósito y la introducción.
- Pregunte al grupo qué entiende por conflicto. Genere una lluvia de ideas y anote en el pizarrón los aspectos más importantes que mencionen los alumnos.

- Solicite que con lo leído y revisado redacten una definición de conflicto e invite a un alumno que la lea.
- Indíqueles que en el *Cuaderno de actividades para el alumno* se muestran seis imágenes, deben observarlas y escribir en las líneas los aspectos que tengan en común.



¡Manos a la obra!

- Solicite a los niños que lean, de forma individual, el ejemplo de discusión que se encuentra en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Haga algunas preguntas sobre el conflicto narrado con la finalidad de orientar la reflexión.
- Guíelos para responder las preguntas que les ayudarán a identificar los pasos para solucionar un conflicto.
 - ¿Cómo surgió el conflicto? ¿Cuál fue el motivo que lo originó?
 - ¿Cómo actuaron los involucrados? ¿Cómo podrían negociar para solucionar el desacuerdo?
 - ¿Consideras que escuchar la opinión de todos ayudaría a llegar a una solución? ¿Por qué?
 - ¿Hay otra forma de solucionar ese conflicto?
 - ¿Analizar los elementos de un conflicto sirve para poder resolverlo? ¿Por qué?
- Solicite que compartan sus respuestas con el grupo.
- Invítelos a reflexionar sobre la importancia acerca de la necesidad de dialogar y negociar cuando se generan conflictos.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los alumnos que, de manera individual, lean la situación que se describe y contesten las preguntas de su *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Al final, solicite a algunos que compartan sus respuestas con el grupo.
- Realice una reflexión con el grupo acerca de la importancia de analizar los elementos principales para solucionar un conflicto: negociación y aprender a ceder.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Sesión 3 Pasos para solucionar conflictos

El alumno conocerá los pasos para solucionar un conflicto.

Infórmate

El conflicto es natural y propio de la convivencia en cualquier ámbito. Frente a una situación problemática hay varias habilidades que se ponen en juego. Por ejemplo, la autorregulación de la conducta, el control de emociones, la escucha activa y la empatía, entre otras. Sin embargo, el diálogo, la negociación y la mediación son estrategias esenciales para la resolución de conflictos.

El diálogo es una conversación entre dos o más personas que exponen sus ideas y comentarios; implica escuchar y ser escuchado, así como el respeto de tiempos, turnos y opiniones.

La mediación es un método para resolver conflictos y disputas, basado en la confidencialidad, en el que las partes son asistidas por una tercera persona neutral que facilita la comunicación y el diálogo.

La negociación es la comunicación que se da entre dos o más personas que están en conflicto, cuya finalidad es obtener una decisión justa.

Enseñar a los alumnos estas estrategias contribuye al aprendizaje y desarrollo de habilidades sociales útiles para las relaciones que se establecen en el contexto escolar y en la vida cotidiana. La resolución del conflicto mediante la





colaboración de los involucrados implica un nuevo patrón de interacción en el que la violencia no se acepta como forma posible de abordar un problema; posibilita el fortalecimiento de espacios libres poniendo en práctica el autocuidado, el aprendizaje por medio del diálogo, la honestidad, la solidaridad y la valoración de la diversidad de los alumnos.

Material de trabajo

- *Cuaderno de actividades para el alumno*
- Lápiz
- Goma

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Solicite a un niño que lea las acciones que están en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Pida a los alumnos que enumeren las imágenes del 1 al 5, en el orden que crean conveniente para solucionar un conflicto, donde 1 es lo primero que harían y 5 es lo último.
- Copie en el pizarrón la tabla que aparece en la instrucción número 4.
- Invite a los niños a que conozcan otras secuencias propuestas por sus compañeros y que completen la tabla del *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Solicite que identifiquen coincidencias y diferencias en las secuencias que seleccionaron.
- Pida que le den algunas respuestas, de forma individual, para integrarlas en la tabla del pizarrón.
- Analicen cuál es el orden correcto de los pasos para solucionar el conflicto.
 - (1) **No actúo impulsivamente.** Se considera el primer paso, ya que si hacemos lo primero que se nos ocurre en el momento del conflicto quizás actuemos de manera violenta, sin pensar.
 - (3) **Pienso, ¿cuál es el conflicto?** Una vez relajado se puede analizar con claridad el problema.
 - (5) **Busco una solución.** Es el momento adecuado para elegir las estrategias que nos lleven a una solución pacífica del conflicto.
 - (4) **¿Cómo me siento?** Es importante pensar en lo que el problema nos hace sentir y en un nombre para la emoción. Por ejemplo, “me siento rechazado porque no me dejaron integrarme al equipo”.
 - (2) **Respiro para calmarme.** Se propone respirar profundamente varias veces para bajar la intensidad del sentimiento o la emoción que se tenga en ese momento.
- Solicite a los niños que escriban el orden correcto en el espacio correspondiente.



¡Manos a la obra!

- Lea a sus alumnos las diferentes formas de solucionar un conflicto: diálogo, mediación y negociación. Anote las definiciones de las estrategias en el pizarrón, plantee algunos ejemplos y favorezca los comentarios de sus alumnos.
- Organice equipos de seis integrantes y pídale que describan tres tipos de conflicto:
 - Uno escolar.
 - Uno de casa.
 - Uno de la comunidad.
- Indique que anoten su descripción en las líneas correspondientes del *Cuaderno de actividades para el alumno*.
- Pídale que reflexionen y describan una forma de solucionar el conflicto para cada situación, aplicando una de las estrategias señaladas al principio (diálogo, mediación, negociación).
- Solicite que compartan sus trabajos con los demás equipos.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los niños que lean y contesten de forma individual las preguntas que vienen en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Cuál de las tres estrategias que revisaste durante la sesión te gustó más? ¿Por qué?
 - ¿Puedes utilizar las tres en una misma situación? ¿Por qué?
 - ¿Qué otra estrategia de resolución de conflictos consideras que se podría utilizar?
- Solicite dos o tres voluntarios para que compartan sus respuestas.
- Cierre la sesión con una reflexión sobre la importancia de conocer los pasos para solucionar un conflicto y de aplicarlos en el momento adecuado.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos a reflexionar sobre la importancia de conocer los pasos, así como la aplicación de estrategias para la resolución de conflictos. Complemente las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 4 Al resolver los conflictos ganamos todos

El alumno reconocerá que al resolver un conflicto crece y se fortalece.

Infórmate

Con la resolución de conflictos se pretende evitar conductas violentas en los alumnos y, sobre todo, se intenta transmitir algunos conocimientos y pautas para abordar los problemas de manera cooperativa. La intención es llegar a una solución pacífica, por medio de acuerdos constructivos y el desarrollo de habilidades personales que permiten soluciones asertivas.⁶

Cuando surge un conflicto y el docente logra crear un clima de análisis sobre los factores que provocaron el problema, orientará a los alumnos hacia un cambio positivo para mejorar la convivencia escolar.

La forma en que los alumnos solucionan una discusión incide en su bienestar emocional, ya que si el niño logra resolverla de manera adecuada, se sentirá mejor.



⁶ Unidad de Apoyo a la Transversalidad/Ministerio de Educación. *Conceptos clave para la resolución pacífica de conflictos en el ámbito escolar*, 2006.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma



Para solucionar los conflictos se debe tener, antes que nada, conciencia de que hay opiniones y maneras de pensar distintas y que no todas las personas actúan de la misma forma, por lo que disentir no debe ser negativo, sino una opción positiva, ya que permite el intercambio de ideas y la utilización de estrategias eficaces para superar el conflicto.⁷

Desde este punto de vista, las personas crecen y se desarrollan en los siguientes aspectos:

- La comprensión de lo que les significa y por qué.
- La identificación de sus intereses y objetivos de forma concreta.
- La seguridad de que siempre hay una solución.
- El incremento de sus habilidades para resolver los conflictos.
- El aumento de sus capacidades de escucha activa, comunicación y razonamiento.
- La valoración de las opiniones de otras personas.

Así, cuando el alumno logra resolver los conflictos de forma asertiva fortalece su autoestima y sus habilidades tanto sociales como emocionales.

⁷ Francisco Díez y Gachi Tapia. *Herramientas para trabajar en mediación*, 1999.



En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Explique a los alumnos que deben elegir con una palomita (✓) los enunciados que describen los beneficios de solucionar un conflicto de manera adecuada.
- Pida que los lean con atención y resuelvan la actividad de forma individual.
- Solicite a los alumnos que compartan sus respuestas con otros compañeros, analicen las diferentes opiniones y reflexionen. Después comenten cuáles enunciados describen los beneficios.



¡Manos a la obra!

- Pida a los niños que recuerden el último conflicto que tuvieron y en dónde; luego que contesten las preguntas incluidas en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Recuerdas el último conflicto que tuviste en tu casa o en la escuela?
 - ¿Con quién tuviste el conflicto?
 - ¿Cómo inició el desacuerdo?
 - ¿Cómo lo resolviste?
 - ¿Qué aprendiste?
- Solicite que compartan sus respuestas con sus compañeros del grupo.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Indique a los alumnos que piensen sobre otros beneficios que se obtienen al resolver los conflictos de manera adecuada, además de los que ya se mencionaron en la actividad anterior.
- Pídales que reflexionen sobre cómo creen que los fortalece y los hace crecer el aprender a solucionar los conflictos.
- Solicite que compartan sus respuestas con el grupo.
- Propicie la reflexión con los alumnos sobre la importancia que tiene la solución de los conflictos para el crecimiento y fortalecimiento emocionales.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motívelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos para que reflexionen acerca de los beneficios que obtienen al resolver los conflictos de manera adecuada. Complemente las ideas expuestas por el grupo.

VI. Todas las familias son importantes

Propósito del tema

El alumno valorará la importancia de las reglas que existen dentro de las familias.



Una familia feliz no es sino un paraíso anticipado.

Sir John Bowring

Sesión 1

Todos tenemos derechos y responsabilidades

El alumno entenderá la importancia del respeto a las jerarquías en la familia.

Infórmate

La familia es la célula principal de toda sociedad. Es importante que desde el seno familiar se dé una convivencia con base en el equilibrio y la equidad para que se puedan transmitir valores a los hijos y que les permitan guiarse de forma asertiva. De esta forma, los niños reconocerán los derechos y las responsabilidades de los integrantes de la familia conforme al papel que tienen dentro de la misma. Es conveniente que todos respeten los acuerdos que tomaron en conjunto, ya que de esa manera cooperarán de manera equitativa en las tareas de la casa. Así, la convivencia familiar se desarrollará con armonía y dará bienestar a todos.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Inicie la sesión con una reflexión sobre la importancia de pertenecer a una familia y reconocer que cada integrante tiene ciertos derechos y responsabilidades que debe cumplir.
- Pida a los niños que en la tabla que está en el *Cuaderno de actividades para el alumno*, anoten a los integrantes de su familia, sus derechos y responsabilidades.
- Solicite a algunos alumnos que compartan sus trabajos.
- Profundice con sus comentarios sobre la importancia de hacer valer nuestros derechos y cumplir con nuestras responsabilidades para favorecer la convivencia familiar.

¡Manos a la obra!

- Solicite a sus alumnos que redacten una historia en la que describan como sería su familia si en ella todos tuvieran los mismos derechos y responsabilidades.
- Dé sugerencias o ejemplifique la situación.

- Solicite la participación de algunos alumnos para que presenten sus trabajos.
- Pida que respondan por qué es importante que cada integrante de la familia tenga diferentes derechos y responsabilidades.
- Solicite que compartan sus respuestas con el grupo. Colabore con comentarios que enriquezcan las participaciones.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a los alumnos que respondan las preguntas que se incluyen en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿Consideras que es importante conocer los derechos y las responsabilidades de cada integrante de tu familia? ¿Por qué?
 - ¿Una familia puede funcionar sin que se respeten las jerarquías? ¿Por qué?
- Permita que algunos alumnos compartan sus respuestas e invite a participar al resto del grupo.
- Reflexione con el grupo sobre la importancia de las jerarquías en la estructura de la familia.
- Reitere que si se respetan los derechos y las responsabilidades de cada integrante de la familia se promueve una convivencia armónica.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Motive a los alumnos para reflexionar sobre la importancia que tiene respetar las jerarquías en la familia. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 2 Hay que respetar a los mayores

El alumno conocerá la importancia de respetar a los adultos que forman parte de la familia.

Infórmate

Una comunicación abierta y clara es la base del respeto en todos los ámbitos de convivencia entre las personas. Los niños deben aprender a hablar sin insultar y a respetar a los mayores. Para que las relaciones humanas prosperen es fundamental que los problemas que surjan se solucionen mediante el diálogo lo antes posible. Como parte de los valores que se deben inculcar en la familia se incluye el respeto a los mayores, ya que ellos son quienes se preocupan por los niños, los apoyan, cuidan y protegen en la medida de sus posibilidades.

El respeto a las personas adultas incluye reconocer la experiencia y los conocimientos que pueden brindar a los demás; la opinión con experiencia puede beneficiar el crecimiento personal de todos. Inculcar en los niños la escucha atenta y respetuosa hacia los adultos, enriquece sus experiencias de vida.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma

 En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Reflexione con los alumnos sobre la importancia del respeto a los adultos que forman parte de su familia.
- Solicite que anoten en el *Cuaderno de actividades para el alumno* cinco acciones positivas que los adultos de su familia hacen por ellos.
- Pida que escriban en las líneas cinco formas en las que muestran respeto a los adultos de su familia y mencionen quiénes son los adultos que cuidan de ellos.
- Solicite voluntarios para que compartan sus respuestas con el resto del grupo.



¡Manos a la obra!

- Solicite a sus alumnos que redacten una carta de agradecimiento para las personas que los han cuidado en su casa, y en la que reconozcan lo que han hecho por ellos.
- Pida a algunos alumnos que compartan su carta con el grupo.
- Indíqueles que respondan de manera individual las preguntas que se incluyen en el *Cuaderno de actividades para el alumno*.
 - ¿A quién está dirigida?
 - ¿Por qué elegiste a esa persona?
 - ¿Cómo imaginas que se sienta la persona a quien le darás la carta cuando la lea?
 - ¿A quién más te hubiera gustado escribirle una carta y por qué?
- Invite a que de manera voluntaria compartan sus respuestas con el resto del grupo.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a sus alumnos que, de manera individual, respondan las preguntas. Después, que voluntariamente compartan sus respuestas.
 - ¿Por qué es importante respetar a los mayores?
 - ¿Cuáles son las consecuencias de no tener respeto a tus mayores?
- Propicie la reflexión para que valoren el papel de los adultos en el desarrollo de los niños.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Resalte la importancia de las jerarquías para ayudar a mantener el orden y funcionamiento de las familias. Complemente las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 3 Las reglas de mi familia

El alumno reconocerá que dentro de todas las familias existen reglas que fortalecen la convivencia.

Infórmate

Las reglas son la base que rige la sociedad, y la familia no está exenta de ellas. El establecimiento de los acuerdos dentro de la casa favorece la armonía entre los integrantes y propicia un ambiente de protección y respeto. Es importante que los niños sean parte del establecimiento de las reglas; de esa forma se sentirán integrados y las aceptarán como algo positivo y no de manera punitiva.

Los miembros de la familia tienen diferentes gustos e intereses, por lo que será necesario que exista el consenso de las reglas y su aplicación, ya que con esta acción será más sencilla la regulación de la conducta de cada uno de ellos.

La casa es un espacio diferente a la escuela, donde no sólo se relacionan las personas, sino que hay más convivencia e interacciones de cariño profundas, por lo que el establecimiento y cumplimiento de las reglas se lleva de manera distinta. No obstante, es en el grupo familiar donde se aprenden las bases de la convivencia con los demás.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Empiece la sesión destacando la importancia de las reglas para la convivencia en sociedad y en su casa.
- Pida a los alumnos que comenten qué piensan de las reglas y la forma en que se aplican en sus familias.
- Explique al grupo, después de sus comentarios, que lean el texto del *Cuaderno de actividades para el alumno*; puede ser una lectura individual o grupal.
- Solicite que respondan las preguntas relacionadas con el texto anterior.
 - ¿Has pasado por alguna situación similar a la de Lucía? ¿Cuál fue?
 - ¿Qué pasa cuando no respetamos las reglas?
 - ¿Cómo afecta en el funcionamiento de tu familia no cumplir las reglas establecidas?
- Organice la participación de algunos alumnos para que lean sus respuestas al grupo y reflexionen sobre lo que pasaría si no hubiera ninguna regla en la familia.



¡Manos a la obra!

- Organice al grupo en equipos de tres integrantes.
- Solicite a los alumnos que comenten algunos ejemplos de acuerdos que siguen en sus familias.
- Oriéntelos para que identifiquen las reglas que tienen en común.
- Pida que escriban en la tabla del *Cuaderno de actividades para el alumno* los cinco ejemplos que se les solicitan y por qué es importante cumplir las reglas.
- Invite al grupo para que comparta sus respuestas.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Solicite a los alumnos que reflexionen y respondan las siguientes preguntas.
 - ¿Quién o quiénes ponen las reglas en tu casa?
 - ¿De qué manera se establecen las reglas en tu casa?
 - ¿Por qué es importante seguir las reglas de casa?
- Pida que compartan sus respuestas con los compañeros.
- Cierre la sesión reflexionando con los alumnos sobre la importancia de que en todas las familias hay reglas que rigen su conducta para fortalecer la convivencia.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíuelos a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Resalte la importancia que tienen las reglas en la familia para mantener una convivencia armónica. Comente al respecto para complementar las ideas expuestas por los alumnos.

Sesión 4 Mi familia y yo

El alumno identificará las estrategias y acciones de convivencia armónica entre los integrantes de su familia.

Infórmate

La familia es el primer grupo social al que pertenece una persona, donde comienza a experimentar la comunicación y a conocer las formas de convivencia. Por esta razón, es necesario fomentar actividades centradas en la interacción familiar para lograr un sano desarrollo emocional y cognitivo de los alumnos. Cuando se tiene una buena relación con cada integrante de la familia se fortalecen los vínculos afectivos y mejora la autoestima de todos.

La familia debe propiciar tiempo de calidad para sus integrantes; esto es, motivar el apoyo en las tareas cotidianas, tener espacios de juego y recreación, expresar afecto, así como fomentar una buena comunicación.

Material de trabajo

- Cuaderno de actividades para el alumno
- Lápiz
- Goma

En sus marcas, listos... ¡Iniciamos!

- Reflexione con los alumnos sobre las diferentes actividades que se realizan en familia y favorecen la convivencia.
- Pida que anoten en su *Cuaderno de actividades para el alumno* tres acciones que llevan a cabo con sus familias para fomentar la convivencia.
- Solicite a algunos alumnos que compartan sus respuestas con el grupo y platiquen cómo todas las familias realizan actividades en común que les dan sentido de pertenencia y seguridad.

¡Manos a la obra!

- Pida que observen las diversas estrategias y acciones que facilitan la convivencia y las relacionen con su familia.
- Solicite que marquen con una palomita (✓), en su *Cuaderno de actividades para el alumno*, las actividades que identifican como de su familia.

- Indíqueles que elijan una de ellas y describan la situación en la que se haya utilizado.
- Después respondan las preguntas.
 - ¿Qué conflicto sucedió?
 - ¿Qué estrategia utilizaron?
 - ¿Cómo lo solucionaron?
- Pida que de manera voluntaria compartan sus trabajos.



Colorín colorado... ¡Hemos terminado!

- Pida a sus alumnos que hagan un listado de cinco ventajas de convivir en armonía con su familia.
- Reitere que cada familia tiene diferentes estrategias para interactuar y que éstas se pueden enriquecer de manera constante.
- Reflexione con los alumnos acerca de las estrategias de convivencia armónica entre los integrantes de su familia.

» ¿Qué aprendí?

Considere que el aprendizaje es un proceso y que los niños son sujetos activos en su construcción, por lo que el trabajo que desarrollen y lo que aprendan en cada sesión será parte de su enseñanza, la cual se fortalecerá con el desempeño diario en el aula y con las experiencias adquiridas en la vida cotidiana y en el medio que los rodea.

Pida a los alumnos que respondan de manera individual el cuadro de autoevaluación. Motíveles a leer sus respuestas y compartirlas. Apoye a quienes muestren dificultades.

Comente con los alumnos la importancia que tienen las estrategias para propiciar la convivencia.

Glosario

Acuerdo. Determinar o considerar en conjunto, o por mayoría de votos, una solución que beneficia a las personas involucradas.

Asertividad. Acción de expresar sentimientos y creencias de manera honesta, respetuosa, directa y apropiada, sin violentar los derechos de los demás ni los propios.

Autoestima. Valoración que una persona tiene de sí misma.

Autosuficiente. Que se basta a sí mismo en ciertas situaciones cotidianas, ya sea emocionales o económicas.

Comunicación. Transmisión de un mensaje a través de señales mediante un código común entre un emisor y un receptor.

Conflicto. Situación en la que se contraponen los pensamientos, las necesidades, los intereses y los valores de dos o más personas.

Convivencia. Relación que establecen dos personas o más que coinciden en un tiempo y espacio determinados, y que se da de forma armoniosa, pacífica e inclusiva.

Diálogo. Conversación entre dos o más personas que exponen sus ideas y comentarios; implica escuchar y ser escuchados, así como el respeto de tiempos, turnos y opiniones.

Empatía. Disposición de identificar y entender cómo se siente otra persona en ciertas situaciones, particularmente negativas.

Espacio personal. Distancia física que se establece entre dos personas y con la que ambas se sienten cómodas y respetadas.

Estrategias. Conjunto de acciones que se implementan en un contexto determinado con el objetivo de lograr el fin propuesto.

Habilidad. Destreza o aptitud que tiene una persona para ejecutar una actividad.

Habilidades sociales. Conjunto de aptitudes y estrategias para afrontar y resolver situaciones que favorecen la interrelación de un individuo con los demás.

Impulsividad. Reacción inmediata ante una situación, sin atender otras opciones presentes.

Ira. Conjunto de sentimientos que incluyen el enfado, la irritación, el enojo, entre otros, que suelen aparecer en una situación en la que no conseguimos lo que deseamos.

Jerarquía. Gradación de personas, valores o cosas en una escala ordenada por niveles.

Logro. Conseguir algo que se ha trabajado e intentado desde hace tiempo y a lo que se le ha destinado esfuerzo.

Metas. Fin al que se dirigen las acciones y los deseos de una persona.

Reflexionar. Pensar detenidamente sobre algo.

Talento. Capacidad para desempeñar o ejecutar una actividad con facilidad y éxito.

Bibliografía

- Aguirre, Amaia. *La mediación escolar: una estrategia para abordar el conflicto*, Barcelona, Graó, 2005.
- Bisquerra, Rafael. *Educación emocional y bienestar*, Barcelona, Ciss-Praxis Educación, 2000.
- Borbolla, Julia. *Hijos fuertes. Estrategias de resiliencia para que tus hijos superen la adversidad*, México, Pea, 2014.
- Branden, Nathaniel. *Los seis pilares de la autoestima*, Barcelona, Paidós, 1995.
- Caballo, Vicente. *Manual de evaluación y tratamiento de las habilidades sociales*, México, Siglo XXI, 1999.
- Castilla, Carlos. *Teoría de los sentimientos*, Barcelona, Tusquets Editores, 2008.
- Diez, Francisco y Gachi Tapia. *Herramientas para trabajar en mediación*, Barcelona, Paidós, 1999.
- Drew, Naomi. *Dinámicas para prevenir el bullying*, Puebla, Gil Editores, 2012.
- Estrada, Lauro. *El ciclo vital de la familia*, México, Debolsillo, 2012.
- Fernández Ballesteros, Rocío. *Evaluación conductual hoy*, Madrid, Pirámide, 1996.
- Fernández, Isabel (coord.). *Guía para la convivencia en la escuela*, Barcelona, Ciss-Praxis, 2001.
- Freedman, Marc. *The kindness of strangers: adult mentors, urban youth, and the new volunteerism*, San Francisco, Jossey-Bass Publishers, 1993.
- García, Enrique y Francisco Palmero. *Emociones y adaptación*, Barcelona, Ariel, 1999.
- Gaxiola, Patricia. *La inteligencia emocional en el aula*, México, Editorial SM, 2005.
- Goldestein, Arnold, Robert Sprafkin y Paul Klein, *Habilidades sociales y autocontrol en la adolescencia*, México, Siglo XXI, 1999.
- Goleman, Daniel. *La inteligencia emocional*, México, Vergara, 2000.
- Graczyk, Patricia et al. "Criteria for evaluating the quality of school-based social and emotional learning programs", en *Handbook of emotional intelligence: Theory, development, assessment, and application at home, school, and the workplace*, San Francisco, Jossey-Bass, 2000.
- Huebner, Dawn. *What to do when you grumble too much. A Kid's guide to overcoming anxiety*, Connecticut, Magination Press, 2006.
- . *What to do when you temper flares. Kid's guide to overcoming problems with anger*, Connecticut, Magination Press, 2008.
- . *What to do when you worry too much. A Kid's guide to overcoming negativity*, Connecticut, Magination Press, 2007.
- Ibarrola-García, Sara y Concha Iriarte. *La convivencia escolar en positivo: mediación y resolución de conflictos*, Madrid, Pirámide, 2012.

- Kanfer, Frederick. *A mentor manual: for adults who work with pregnant and parenting teens*, Los Ángeles, Child Welfare League of America, 1995.
- Lederach, John. *El abecedario de la paz y los conflictos*, Madrid, Los libros de la Catarata, 2000.
- Norris, Jill. *Let's Learn About. Helping Hands*, Los Ángeles, Evan-Moor corp., 1996.
- Poletti, Rosette. *Cuaderno de ejercicios para aumentar la autoestima*, Barcelona, Terapias Verdes, 2010.
- Ramos, Natalia. *Inteligencia emocional plena: Mindfulness y la gestión eficaz de las emociones*, Madrid, Kairós, 2012.
- Reeve, Johnmarshall. *Motivación y Emoción*, Madrid, McGraw Hill, 1995.
- Roca, Elia. *Cómo mejorar tus habilidades sociales. Programa de asertividad, autoestima e inteligencia emocional*, Valencia, Acde Ediciones, 2005.
- Sastre, Genoveva y Montserrat Moreno. *Resolución de conflictos y aprendizaje emocional: Una perspectiva de género*, Barcelona, Gedisa, 2002.
- Segura, Manuel y Margarita Arcas. *Educación de las emociones y los sentimientos. Introducción práctica al complejo mundo de los sentimientos*, Madrid, Narcea Ediciones, 2007.
- Tough, Paul. *Cómo hacer que los niños triunfen. Determinación, curiosidad y el poder oculto del carácter*, México, Vergara, 2014.
- Unesco. *Convivencia democrática. Inclusión y cultura de paz. Lecciones desde la práctica educativa innovadora en América Latina*, Santiago de Chile, OREALC/Unesco, 2008.
- Unidad de Apoyo a la Transversalidad/ División de Educación/ General Ministerio de Educación, *Conceptos clave para la resolución pacífica de conflictos en el ámbito escolar*, Santiago de Chile, Gobierno de Chile, 2006.
- Urpí, Carme. *Educación familiar*, Madrid, Pirámide, 2013.

Páginas electrónicas consultadas

Children's Hospital of Pittsburgh. "El rechazo y cómo superarlo", 2013.

Consulta: 3 de diciembre de 2014,
en <<http://kidshealth.org/es/teens/rejection-esp.html>>.

Chóliz, Mariano. "Psicología de la emoción: el proceso emocional", 2005.

Consulta: 11 de noviembre de 2014,
en <<http://es.scribd.com/doc/162073181/Choliz-Mariano-Psicologia-de-la-emocion-el-proceso-emocional#scribd>>.

D'Arcy, L. "¿Cómo puedo mejorar mi autoestima?", 2012.

Consulta: 10 de noviembre de 2014,
en <http://teenshealth.org/teen/en_espanol/mente/self_esteem_esp.html>.

Diccionario electrónico DeConceptos

Consulta: 3 de diciembre de 2015,
en <<http://www.deconceptos.com/lengua/diccionario>>.

Diccionario electrónico de la lengua española.

Consulta: 6 de febrero de 2015,
en <<http://www.rae.es/recursos/diccionarios/drae>>.

Diccionario electrónico Significados

Consulta: 5 de febrero de 2015,
en <<http://www.significados.com>>.

Fierro, María. "Convivencia inclusiva y democrática. Una perspectiva para gestionar la seguridad escolar. *Sinéctica*, 40", 2013.

Consulta: 13 de noviembre de 2014,
en <<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=99827467006>>.

Heras, María de las. "Programa Discover", 1996.

Consulta 2 de febrero de 2015,
en <<http://www.prevencionbasadaenlaevidencia.net/index.php?page=ficha023>>.

Hernández, Maca. "Los niños también deben tener sus metas", 2014.

Consulta: 10 de noviembre de 2014,
en <http://www.organizateya.com/metas_ninos.htm>.

Inevery, Crea. "Guía de las emociones: aprendemos a identificar las emociones en el aula", 2014.

Consulta: 11 de noviembre de 2014,
en <<http://ineverycrea.net/comunidad/ineverycrea/recurso/guia-de-las-emociones-aprendemos-a-identificar-las/f56b1b20-2c04-4842-835e-bcfc10948a56>>.

"La asertividad y la escucha activa", 2014.

Consulta: 10 de noviembre de 2014,

en <http://www.escuchaactiva.com/articulo_asertividad_escucha.htm>.

Marcuello, Ángel. "Habilidades de comunicación. Técnicas para la comunicación eficaz", 2013.

Consulta: 10 de noviembre de 2014,

en <http://www.psicologia-online.com/monografias/5/comunicacion_eficaz.shtml>.

Ruiz, Laura. "Cómo fomentar una convivencia familiar positiva", 2013.

Consulta: 8 de diciembre de 2014,

en <<http://educacion.uncomo.com/articulo/como-fomentar-una-convivencia-familiar-positiva-4785.html>>.

*Guía para el docente. Quinto grado. Educación primaria del
Programa Nacional de Convivencia Escolar*
se imprimió en los talleres de

con domicilio en

en el mes de de 2017.
El tiraje fue de ejemplares.