

# Comunicación Amigable: Juntos Contra la Discriminación

Educación Física | Recreación | Aprendizaje Colaborativo

## Descripción

Este plan de clase está diseñado para que los estudiantes de primaria (6-11 años) comprendan la importancia de eliminar las actitudes discriminatorias en sus formas de comunicarse con los demás. A través de actividades lúdicas y colaborativas, los niños aprenderán a identificar conductas discriminatorias en el lenguaje y en las actitudes, y a practicar formas respetuosas y empáticas de relacionarse con sus compañeros. Esto es fundamental para construir un ambiente escolar inclusivo y armonioso donde todos se sientan valorados y aceptados. Además, el aprendizaje se conecta con su vida diaria, ya que podrán aplicar estas herramientas en sus juegos, conversaciones y en la convivencia cotidiana, promoviendo la amistad y el respeto hacia la diversidad. La metodología de Aprendizaje Colaborativo fomentará el trabajo en equipo, la escucha activa y la responsabilidad compartida para alcanzar metas comunes, desarrollando habilidades sociales y emocionales esenciales para su crecimiento personal y social.

## Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y expresar ejemplos de actitudes discriminatorias en las formas de comunicarse con los demás.
- Analizar cómo las palabras y acciones pueden afectar los sentimientos de sus compañeros.
- Crear mensajes y comportamientos positivos que promuevan el respeto y la inclusión en el grupo.
- Colaborar en grupo para diseñar reglas de convivencia que eviten la discriminación en la comunicación.
- Reflexionar sobre la importancia de la empatía y el respeto en las interacciones diarias.

## Recursos Necesarios

- Cartulinas de colores (10 unidades)
- Marcadores y crayones (varios colores, al menos 1 por estudiante)
- Tarjetas con ejemplos de frases discriminatorias y frases positivas (30 tarjetas)
- Papelógrafo con reglas de convivencia (1)
- Reproductor de audio para canciones infantiles sobre respeto (opcional)
- Hojas blancas para dibujo (1 por estudiante)
- Reloj o cronómetro
- Espacio amplio para trabajo en grupo y dinámicas

## Requisitos Previos

- Conocimiento básico sobre la importancia del respeto hacia los compañeros.

- Experiencias previas en actividades grupales y juegos cooperativos.
- Habilidades básicas para expresarse oralmente y por escrito.
- Reconocimiento de emociones básicas propias y en otros.

## Actividades

### Sesión 1: Conociendo las palabras que construyen o lastiman

#### Fase de Inicio

##### Tiempo estimado:

10 minutos

##### Propósito de la sesión:

**Docente:** Explicará que hoy descubrirán cómo algunas palabras pueden hacer sentir bien o mal a los demás, y aprenderán a usar palabras que ayuden a todos a sentirse felices y respetados.

**Estudiantes:** Escuchan con atención y se preparan para participar.

##### Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Muestra imágenes de niños jugando juntos y pregunta: "¿Qué palabras creen que usan los amigos cuando se hablan?"
- **Estudiantes:** Responden con palabras o frases que recuerden, como "hola", "gracias", "amigo".

##### Motivación y enganche:

- **Docente:** Cuenta una breve historia donde un niño usa palabras que lastiman y otro usa palabras que ayudan para resolver un problema, preguntando cuál comportamiento les gusta más.
- **Estudiantes:** Comentan cuál historia prefieren y por qué.

##### Contextualización:

**Docente:** Relaciona la historia con situaciones que ellos pueden vivir en la escuela o en casa al hablar con sus amigos, resaltando que todos merecen respeto.

**Estudiantes:** Reflexionan y comparten situaciones similares que hayan vivido.

#### Fase de Desarrollo

##### Tiempo estimado:

45 minutos

##### Presentación del contenido:

**Docente:** Explica brevemente qué es la discriminación en la comunicación: cuando usamos palabras o actitudes que excluyen o hieren a otros por cómo son o cómo hablan.

**Estudiantes:** Escuchan y participan con preguntas o comentarios.

### Actividades de aprendizaje activo:

- **Nombre:** "Detectives de palabras"
  - **Objetivo:** Identificar ejemplos de actitudes discriminatorias en el lenguaje.
  - **Instrucciones:**
    - El docente reparte tarjetas con frases (algunas discriminatorias y otras positivas).
    - En grupos de 3-4, leen las frases y deciden si son respetuosas o discriminatorias.
    - Cada grupo explica al resto por qué clasificaron cada frase.
  - **Organización:** Grupos pequeños
  - **Producto:** Clasificación verbal y justificación de frases
  - **Tiempo:** 20 minutos
  - **Rol docente:** Observa las discusiones, formula preguntas como "¿Cómo se sentiría alguien si escucha esta frase?" o "¿Qué otra forma podríamos decir esto para que sea amable?"
- **Nombre:** "Crea tu mensaje positivo"
  - **Objetivo:** Crear mensajes que promuevan el respeto y la inclusión.
  - **Instrucciones:**
    - Cada grupo recibe una cartulina y marcadores.
    - Diseñan un cartel con frases positivas para comunicarse con respeto y sin discriminación.
    - Preparan una breve explicación para presentar su cartel al grupo.
  - **Organización:** Grupos pequeños
  - **Producto:** Cartel con mensajes positivos y presentación oral
  - **Tiempo:** 25 minutos
  - **Rol docente:** Apoya a los grupos, fomenta la creatividad y hace preguntas para profundizar en el significado de sus mensajes.

### Diferenciación

- **Para estudiantes que terminan antes:** Proponer que dibujen una escena donde se muestre un acto de respeto y otro de discriminación para reforzar el aprendizaje visual.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Asignar un compañero tutor dentro del grupo que les ayude a comprender las frases y a expresar sus ideas, además de usar imágenes para facilitar la comprensión.

### Transiciones

**Docente:** Al concluir el cartel, invita a los grupos a preparar su presentación, conectando la importancia de crear mensajes positivos con la siguiente sesión donde aprenderán a convivir y comunicarse mejor.

## **Fase de Cierre**

### **Tiempo estimado:**

5 minutos

### **Síntesis:**

**Docente:** Solicita a cada grupo que diga una frase positiva de su cartel para recordarla juntos.

**Estudiantes:** Participan diciendo frases y escuchando a sus compañeros.

### **Reflexión metacognitiva:**

- ¿Por qué es importante usar palabras que respetan a los demás?
- ¿Cómo te sentirías si alguien usara palabras que te lastiman?
- ¿Qué aprendiste hoy para comunicarte mejor con tus amigos?

### **Retroalimentación:**

**Docente:** Felicita a los estudiantes por su participación y resalta las ideas positivas expresadas, corrigiendo suavemente y reforzando los conceptos de respeto y empatía.

### **Transferencia:**

**Docente:** Explica que en la próxima sesión seguirán aprendiendo cómo trabajar juntos para que todos se sientan incluidos y felices.

### **Tarea o reto:**

**Docente:** Invita a los estudiantes a observar durante la semana si escuchan palabras que lastiman o ayudan y a contar una experiencia positiva en la siguiente clase.

## **Sesión 2: Construyendo Puentes con nuestras Palabras**

### **Fase de Inicio**

### **Tiempo estimado:**

10 minutos

### **Propósito de la sesión:**

**Docente:** Explica que hoy aprenderán a trabajar en equipo para comunicarse con respeto y evitar la discriminación mediante reglas que ellos mismos crearán.

**Estudiantes:** Se preparan para participar activamente.

## Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Pregunta: "¿Quién recuerda alguna frase positiva que aprendimos y por qué es importante usarla?"
- **Estudiantes:** Responden y comparten la tarea realizada sobre palabras respetuosas o que lastiman.

## Motivación y enganche:

- **Docente:** Presenta un breve juego de mímica para mostrar cómo las palabras y gestos pueden construir amistad o crear distancia.
- **Estudiantes:** Participan en el juego, observan y reflexionan.

## Contextualización:

**Docente:** Conecta el juego con la importancia de crear reglas para que todos se sientan bien al comunicarse.

**Estudiantes:** Comparten ideas y ejemplos.

## Fase de Desarrollo

### Tiempo estimado:

45 minutos

### Presentación del contenido:

**Docente:** Introduce la idea de reglas de convivencia para comunicarse sin discriminar y explica que juntos diseñarán estas reglas.

**Estudiantes:** Escuchan y aportan ideas.

### Actividades de aprendizaje activo:

- **Nombre:** "Tormenta de ideas para reglas amables"
  - **Objetivo:** Analizar y proponer reglas para evitar la discriminación en la comunicación.
  - **Instrucciones:**
    - En grupos de 4, los estudiantes discuten y anotan ideas para reglas que ayuden a comunicarse con respeto.
    - Se les invita a pensar en situaciones reales que hayan vivido o imaginado.
    - Cada grupo comparte sus ideas con la clase.
  - **Organización:** Grupos pequeños
  - **Producto:** Lista de reglas propuestas
  - **Tiempo:** 20 minutos
  - **Rol docente:** Facilita la discusión, hace preguntas para profundizar y asegura que las ideas sean claras y respetuosas.
- **Nombre:** "Creando el mural de la convivencia"

- **Objetivo:** Crear un mural con las reglas consensuadas para fomentar la comunicación respetuosa.
- **Instrucciones:**
  - Como grupo clase, el docente anota las reglas en un papelógrafo grande.
  - Los estudiantes decoran el mural con dibujos y colores que reflejen el respeto y la amistad.
  - Se acuerda colocar el mural en un lugar visible del aula.
- **Organización:** Plenaria con trabajo colaborativo
- **Producto:** Mural visual con reglas de convivencia
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol docente:** Coordina y motiva la participación, refuerza el significado de las reglas y cómo aplicarlas.

## Diferenciación

- **Para estudiantes que terminan antes:** Pueden ayudar a otros grupos a completar sus listas o diseñar símbolos para las reglas.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Se les asigna un acompañante para apoyar la expresión de ideas y el dibujo del mural.

## Transiciones

**Docente:** Al finalizar el mural, invita a leer las reglas en voz alta y reflexionar sobre cómo usarlas en su día a día, preparando el terreno para la próxima sesión sobre la empatía.

## Fase de Cierre

### Tiempo estimado:

5 minutos

### Síntesis:

**Docente:** Pide que cada estudiante diga una regla que le parezca importante y por qué.

**Estudiantes:** Participan respondiendo con ejemplos concretos.

### Reflexión metacognitiva:

- ¿Cómo pueden ayudarnos estas reglas a llevarnos bien con todos?
- ¿Qué harías si alguien no usa estas reglas?
- ¿Por qué es importante que todos las respetemos?

### Retroalimentación:

**Docente:** Agradece las aportaciones y resalta la importancia de la responsabilidad individual y colectiva para un ambiente amable.

**Transferencia:**

**Docente:** Anuncia que la siguiente sesión tratará sobre cómo entender los sentimientos de los demás para comunicarse con más respeto y cariño.

**Tarea o reto:**

**Docente:** Invita a los estudiantes a practicar una regla en casa o en el recreo y contar cómo les fue.

**Sesión 3: Entendiendo los sentimientos para respetar a todos****Fase de Inicio****Tiempo estimado:**

10 minutos

**Propósito de la sesión:**

**Docente:** Explica que hoy aprenderán a reconocer cómo se sienten los demás para evitar lastimarlos con sus palabras o acciones.

**Estudiantes:** Se preparan para explorar emociones y empatía.

**Activación de conocimientos previos:**

- **Docente:** Muestra imágenes de niños con diferentes expresiones faciales y pregunta: "¿Qué crees que siente este niño? ¿Cómo podemos saberlo?"
- **Estudiantes:** Responden identificando emociones y razones.

**Motivación y enganche:**

- **Docente:** Cuenta una situación donde alguien usó palabras equivocadas y cómo eso afectó a un amigo, invitando a imaginar cómo se sintió.
- **Estudiantes:** Comentan y expresan cómo se sentirían ellos.

**Contextualización:**

**Docente:** Relaciona las emociones con la comunicación diaria y la importancia de pensar antes de hablar para no lastimar.

**Estudiantes:** Escuchan y participan con ejemplos.

**Fase de Desarrollo****Tiempo estimado:**

45 minutos

**Presentación del contenido:**

**Docente:** Introduce el concepto de empatía: ponerse en el lugar del otro para entender sus sentimientos y responder con respeto.

**Estudiantes:** Participan con preguntas y ejemplos personales.

### Actividades de aprendizaje activo:

- **Nombre:** "Juego de las emociones"
  - **Objetivo:** Identificar emociones en los demás para fomentar la empatía.
  - **Instrucciones:**
    - En grupos, un estudiante recibe una tarjeta con una emoción (alegría, tristeza, enojo, miedo).
    - Debe representarla con gestos y expresiones faciales sin hablar.
    - Los demás adivinan la emoción y comentan cuándo se han sentido así.
  - **Organización:** Grupos pequeños
  - **Producto:** Reconocimiento y verbalización de emociones
  - **Tiempo:** 20 minutos
  - **Rol docente:** Facilita, guía la interpretación y conecta con situaciones de comunicación respetuosa.
- **Nombre:** "Historias con respeto"
  - **Objetivo:** Crear historias que muestren empatía y comunicación sin discriminación.
  - **Instrucciones:**
    - Cada grupo inventa una pequeña historia donde un niño usa palabras respetuosas para ayudar a otro que se siente triste o excluido.
    - Escriben o dibujan la historia y la presentan.
  - **Organización:** Grupos pequeños
  - **Producto:** Historia escrita o ilustrada y presentación oral
  - **Tiempo:** 25 minutos
  - **Rol docente:** Apoya en la elaboración, fomenta el uso de lenguaje positivo y hace preguntas para profundizar en la empatía.

### Diferenciación

- **Para estudiantes que terminan antes:** Pueden ayudar a ilustrar la historia o crear diálogos adicionales que refuercen el respeto.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Uso de imágenes y ejemplos guiados para facilitar la comprensión y expresión.

### Transiciones

**Docente:** Conecta la importancia de entender emociones con la próxima sesión donde practicarán juegos que refuercen la inclusión y el respeto.

## **Fase de Cierre**

### **Tiempo estimado:**

5 minutos

### **Síntesis:**

**Docente:** Pide que cada grupo comparta una emoción que aprendieron a reconocer y cómo ayudarían a un amigo con esa emoción.

**Estudiantes:** Responden y escuchan a sus compañeros.

### **Reflexión metacognitiva:**

- ¿Por qué es importante entender cómo se sienten los demás?
- ¿Cómo podemos usar lo que aprendimos para hablar mejor con nuestros amigos?
- ¿Qué harás la próxima vez que veas a alguien triste o enojado?

### **Retroalimentación:**

**Docente:** Reafirma las respuestas, destaca la empatía como clave para evitar la discriminación y fomentar la amistad.

### **Transferencia:**

**Docente:** Invita a aplicar estas habilidades en juegos y actividades diarias, anticipando la sesión siguiente con dinámicas recreativas.

### **Tarea o reto:**

**Docente:** Pedir que observen y cuenten en la próxima sesión una situación donde usaron la empatía para comunicarse mejor.

## **Sesión 4: Juntos en el juego, juntos en el respeto**

## **Fase de Inicio**

### **Tiempo estimado:**

10 minutos

### **Propósito de la sesión:**

**Docente:** Explica que usarán juegos para practicar todo lo aprendido sobre comunicación respetuosa y evitar la discriminación.

**Estudiantes:** Se preparan para jugar y colaborar.

### **Activación de conocimientos previos:**

- **Docente:** Repasa con preguntas: "¿Qué reglas de respeto recordamos? ¿Por qué es importante entender los sentimientos de los demás al comunicarnos?"
- **Estudiantes:** Responden y comentan experiencias previas.

### **Motivación y enganche:**

- **Docente:** Explica que el juego es una forma divertida de demostrar cómo ser amigos respetuosos y evitar lastimar a los demás.
- **Estudiantes:** Se muestran motivados para participar.

### **Contextualización:**

**Docente:** Relaciona el juego con la convivencia diaria y la importancia de aplicar lo aprendido en el aula y en casa.

**Estudiantes:** Escuchan y se preparan para jugar.

## **Fase de Desarrollo**

### **Tiempo estimado:**

45 minutos

### **Presentación del contenido:**

**Docente:** Introduce dos juegos colaborativos especialmente diseñados para practicar la comunicación respetuosa y la inclusión.

**Estudiantes:** Escuchan instrucciones con atención.

### **Actividades de aprendizaje activo:**

- **Nombre:** "El juego de las palabras amables"
  - **Objetivo:** Practicar el uso de palabras respetuosas y evitar frases discriminatorias en un contexto lúdico.
  - **Instrucciones:**
    - Formar grupos de 4.
    - Cada grupo recibe una pelota suave.
    - Al lanzar la pelota a un compañero, deben decirle una frase amable o de apoyo.
    - Si alguien dice una frase que no es respetuosa, el grupo debe corregirla y proponer una mejor.
  - **Organización:** Grupos pequeños
  - **Producto:** Práctica oral y corrección colaborativa
  - **Tiempo:** 20 minutos
  - **Rol docente:** Observa, orienta, refuerza el lenguaje positivo y corrige suavemente frases inapropiadas.

- **Nombre:** "Círculo de inclusión"

- **Objetivo:** Fomentar la colaboración y el respeto a través de un juego físico con reglas de comunicación positiva.
- **Instrucciones:**
  - Organizar un círculo con estaciones donde deben realizar actividades en grupo (p.ej. pasar una pelota sin dejarla caer, armar un rompecabezas rápido).
  - En cada estación, deben usar palabras de apoyo y animar a sus compañeros.
  - Al finalizar, comentan cómo se sintieron al apoyarse y comunicarse respetuosamente.
- **Organización:** Grupos pequeños
- **Producto:** Evidencia de trabajo colaborativo y verbalización de emociones
- **Tiempo:** 25 minutos
- **Rol docente:** Facilita el juego, supervisa el respeto en la comunicación, hace preguntas para reflexionar.

## Diferenciación

- **Para estudiantes que terminan antes:** Pueden ayudar a organizar las estaciones o animar a sus compañeros.
- **Para estudiantes que necesitan más apoyo:** Se les asigna un compañero tutor y se adaptan roles para que participen cómodamente.

## Transiciones

**Docente:** Al concluir los juegos, reúne al grupo para una reflexión final y cierre del plan.

## Fase de Cierre

### Tiempo estimado:

5 minutos

### Síntesis:

**Docente:** Realiza un "mapa mental" colectivo en la pizarra con las ideas principales aprendidas sobre comunicación respetuosa y no discriminatoria.

**Estudiantes:** Participan con aportaciones para completar el mapa.

### Reflexión metacognitiva:

- ¿Qué aprendimos sobre cómo hablar para no lastimar a los demás?
- ¿Cómo nos sentimos cuando usamos palabras respetuosas en el juego?
- ¿Cómo podemos aplicar esto todos los días en la escuela y en casa?

### Retroalimentación:

**Docente:** Felicita a los estudiantes, resalta su esfuerzo y el trabajo en equipo, y les anima a seguir practicando la comunicación positiva.

### **Transferencia:**

**Docente:** Propone que usen lo aprendido para ayudar a crear un ambiente más amable en toda la escuela.

### **Tarea o reto:**

**Docente:** Invitar a los estudiantes a enseñar a sus familias una regla o juego aprendido para compartir el respeto más allá del aula.

## **Evaluación**

**Tipo de evaluación:** Evaluación diagnóstica al inicio de la primera sesión mediante preguntas activadoras; evaluación formativa durante las actividades colaborativas en cada sesión; evaluación sumativa en la última sesión a través de presentaciones, participación en juegos y reflexión final.

### **Criterios de evaluación:**

- Identifica correctamente conductas y palabras discriminatorias y respetuosas (Objetivo 1).
- Analiza el impacto de sus palabras y acciones en los sentimientos de otros (Objetivo 2).
- Crea mensajes y reglas que fomentan el respeto y la inclusión (Objetivo 3 y 4).
- Demuestra empatía y usa comunicación positiva en actividades grupales (Objetivo 5).

### **Instrumentos sugeridos:**

- Lista de cotejo para observar participación y uso de lenguaje respetuoso en actividades.
- Rúbrica sencilla para evaluar carteles y presentaciones grupales.
- Observación directa durante juegos y dinámicas de grupo.
- Autoevaluación y coevaluación mediante preguntas de reflexión oral.

### **Evidencias de aprendizaje:**

- Clasificación y explicación de frases en "Detectives de palabras".
- Carteles con mensajes positivos y reglas de convivencia.
- Participación y creatividad en juegos de emociones y juegos de comunicación.
- Respuestas y reflexiones durante las fases de cierre.

## **Enriquecimientos**

### **Desarrollo - Ejemplos**

### **Ejemplos Prácticos y Casos de Estudio para "Comunicación Amigable: Juntos Contra la Discriminación"**

Los siguientes ejemplos y casos de estudio están diseñados para ser trabajados en un ambiente de Aprendizaje Colaborativo durante las 4 sesiones del plan de clase. Están adaptados para estudiantes de primaria (6-11 años), con lenguaje simple, situaciones cotidianas y actividades grupales que fomentan la reflexión y la empatía.

### **Sesión 1: Reconociendo Actitudes Discriminatorias en la Comunicación**

- **Ejemplo Práctico:** En el recreo, un grupo de niños invita a jugar a todos, pero uno de ellos dice: "No quiero jugar con Ana porque es nueva y habla diferente". El grupo reflexiona si esta actitud es justa y cómo se sentiría Ana.
- **Actividad en grupo:** Los estudiantes en equipos discuten cómo podrían invitar a Ana de una manera amigable y qué palabras usar para que todos se sientan incluidos.

### **Sesión 2: Identificando Palabras y Actitudes que Excluyen**

- **Caso de Estudio:** Durante una actividad en clase, un niño dice: "Los niños no pueden ser tan buenos en esta actividad, sólo las niñas lo son". En grupos, los estudiantes analizan si esta frase es justa y qué impacto tiene.
- **Ejemplo Práctico:** Simulación de diálogo donde un estudiante dice frases excluyentes y otro las transforma en mensajes inclusivos para practicar comunicación respetuosa.

### **Sesión 3: Practicando Comunicación Amigable y Respeto**

- **Ejemplo Práctico:** Juego de roles donde los estudiantes en grupos representan situaciones en las que alguien se siente excluido y luego practican cómo hablar para incluir a todos.
- **Caso de Estudio:** Un grupo de amigos decide usar apodosos que molestan a un compañero. El grupo reflexiona sobre cómo se siente el compañero y cómo cambiarían su forma de comunicarse.

### **Sesión 4: Creando un Compromiso de Comunicación Amigable**

- **Ejemplo Práctico:** En grupos, los estudiantes escriben reglas o compromisos para comunicarse sin discriminación, usando frases positivas y ejemplos claros.
- **Actividad colaborativa:** Cada grupo comparte su compromiso con la clase. Se realiza una votación para elegir los compromisos que formarán parte de un "Código de Comunicación Amigable" para toda la escuela.

### **Conexión con Objetivos de Aprendizaje**

Estos ejemplos y casos de estudio permiten que los estudiantes:

- Reconozcan actitudes y palabras discriminatorias en contextos cotidianos.
- Desarrollen empatía entendiendo cómo se sienten las personas excluidas.
- Practiquen habilidades de comunicación inclusiva y respetuosa en grupo.
- Construyan compromisos colectivos que promuevan la inclusión y el respeto en su entorno.