

<h1>El rincón de las manos amigas: juntos decimos no a la violencia</h1>

Persona y sociedad | Habilidades Socioemocionales | Aprendizaje Basado en Proyectos

Descripción

Este plan de clase pertenece al área de Habilidades Socioemocionales y propone que los niños y las niñas aprendan, mediante el juego y la elaboración de un producto colectivo, que todas las personas merecen ser tratadas con cuidado. A partir de situaciones cotidianas del aula, como quitar un juguete, empujar, pegar, patear o gritar, los estudiantes identificarán emociones, diferenciarán entre acciones que lastiman y acciones que ayudan, y practicarán formas seguras de resolver conflictos.

El proyecto consiste en crear un **cartel colectivo de “Las manos amigas”** y una pequeña **caja de soluciones** con tarjetas visuales. Estos recursos quedarán en el aula para recordar qué hacer cuando aparece el enojo: detener el cuerpo, respirar, decir “no me gusta”, pedir ayuda, esperar el turno y reparar el daño. La propuesta evita señalar o etiquetar a un niño en particular; todos participan y aprenden que la conducta puede cambiar.

El aprendizaje se conecta directamente con la vida real de los estudiantes: jugar en el patio, compartir materiales, esperar turnos y expresar desacuerdos. El docente acompañará de manera cercana, con límites claros y lenguaje respetuoso. Si ocurre una agresión durante la sesión, primero protegerá a los niños, separará con calma, atenderá a quien fue lastimado y luego ayudará a reparar, sin humillar ni castigar públicamente.

Objetivos de Aprendizaje

- **Identificar** acciones que cuidan y acciones que lastiman a otras personas durante el juego y la convivencia.
- **Expresar** el enojo o desacuerdo usando palabras, gestos y estrategias seguras en lugar de pegar, patear, empujar o gritar.
- **Practicar** al menos dos formas de resolver un conflicto: detenerse y respirar, decir “alto”, pedir ayuda o buscar un turno.
- **Crear** colaborativamente un cartel y una caja de soluciones para recordar acuerdos de trato respetuoso.
- **Reconocer** que, después de lastimar, es necesario detenerse, escuchar, reparar y pedir disculpas con ayuda de un adulto.

Recursos Necesarios

- Cartulina grande o papel kraft, 1 pieza.
- Cartulinas pequeñas de colores, 10 piezas.
- Crayones gruesos, plumones lavables y lápices de colores, suficientes para el grupo.

- Pegamento en barra, cinta adhesiva y tijeras de punta roma, con supervisión.
- Dos títeres o muñecos para representar conflictos.
- Tarjetas con dibujos de: respirar, manos quietas, decir “alto”, pedir ayuda, esperar turno, compartir y reparar.
- Una caja decorada o canasta para la “Caja de soluciones”.
- Imágenes impresas de acciones que cuidan y acciones que lastiman.
- Reproductor de audio o computadora con una canción infantil tranquila sobre respirar o convivir, previamente seleccionada por el docente.
- Opcional: proyector o tableta para mostrar un video breve y sin escenas violentas sobre emociones y resolución pacífica de conflictos.
- Lista de cotejo impresa y hojas de observación anecdótica.
- Rincón tranquilo con cojín o silla para regularse, visible y accesible para todos.

Requisitos Previos

- Reconocer emociones básicas como alegría, tristeza, enojo y miedo mediante gestos, imágenes o palabras.
- Comprender instrucciones breves de uno o dos pasos, como “detente y respira”.
- Participar en juegos sencillos de turnos y compartir algunos materiales con acompañamiento.
- Haber escuchado cuentos o canciones relacionados con la amistad, el cuidado y la convivencia.
- Conocer que el cuerpo propio y el cuerpo de los demás deben ser tratados con cuidado.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado: 10 minutos.

Propósito de la sesión: Reconocer que pegar, patear, empujar o lastimar no es una forma segura de resolver problemas, y descubrir que el grupo puede construir soluciones para jugar y convivir mejor.

Activación de conocimientos previos: “¿Qué hacen las manos?” (3 minutos)

- **Docente:** Muestra sus manos y pregunta: “¿Qué cosas buenas pueden hacer nuestras manos?”. Escucha respuestas como saludar, abrazar con permiso, construir, dibujar o ayudar.
- **Docente:** Luego pregunta: “¿Qué siente nuestro cuerpo cuando alguien pega o empuja?”. Acepta respuestas verbales, gestos o señalamientos.
- **Estudiantes:** Imitan con las manos una acción que cuida y una acción que no cuida, sin tocar a sus compañeros.

Motivación y enganche: títeres con un problema (4 minutos)

- **Docente:** Presenta dos títeres. Dice: “Lola quiere el camión. Tomás lo está usando. Lola se enoja y levanta el pie para patear. ¿Qué podría hacer su cuerpo para no lastimar?”.
- **Estudiantes:** Observan, comentan y proponen ideas. El docente no representa un golpe real; solo hace una pausa antes de la acción.
- **Docente:** Anuncia el reto: “Hoy seremos un equipo de manos amigas. Crearemos un cartel y una caja con ideas para resolver problemas sin violencia”.

Contextualización: conexión con la vida cotidiana (3 minutos)

- **Docente:** Pregunta: “¿Cuándo necesitamos esperar un turno?”, “¿Qué podemos decir si no nos gusta algo?” y “¿A quién podemos pedir ayuda?”.
- **Estudiantes:** Responden con ejemplos del aula, patio o casa.
- **Docente:** Establece el límite de seguridad: “En esta clase nadie pega, pateo, empuja ni muerde. Si alguien se enoja, lo ayudamos a detenerse y a encontrar otra solución”.

Transición: El docente invita a los niños a levantarse y mover suavemente las manos mientras dice: “Nuestras manos están listas para aprender y crear, no para lastimar”.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado: 40 minutos.

Presentación del contenido: El docente explica con demostraciones breves la secuencia visual **“Alto, respiro, hablo y pido ayuda”**. Modela: se detiene, coloca las manos sobre el pecho o junto al cuerpo, toma tres respiraciones, dice “No me gusta. Para, por favor” y busca a un adulto si el problema continúa. Aclara: “Estar enojado está bien; lastimar no está bien. Podemos sentir cualquier emoción, pero debemos cuidar los cuerpos”.

Actividad 1. Clasificamos acciones: “Cuida o lastima” (12 minutos)

Objetivo específico: Identificar acciones que cuidan y acciones que lastiman.

Organización: Grupos de 3 o 4 estudiantes y plenaria.

- **Docente:** Coloca dos carteles en el suelo: uno con un corazón que dice “Cuida” y otro con una mano levantada que dice “Lastima”.
- **Docente:** Muestra una tarjeta por vez: compartir bloques, empujar, esperar turno, patear, pedir ayuda, abrazar sin preguntar, decir “por favor”, gritar muy cerca de la cara.
- **Docente:** Pregunta exactamente: “¿Esta acción cuida o lastima? ¿Cómo lo sabes?”.
- **Estudiantes:** Por turnos, colocan cada tarjeta en el cartel correspondiente y explican con palabras, gestos o señalamientos.
- **Docente:** Recalca que una persona no es “mala”; se habla de una acción: “Pegar lastima, pero podemos aprender otra manera”.

Producto o evidencia: Clasificación grupal de tarjetas y explicación oral o gestual de al menos una acción.

Rol del docente: Observa si identifican acciones violentas y cuidadosas, valida las emociones y corrige con frases breves: “El enojo se puede decir; las manos no golpean”.

Actividad 2. Ensayamos soluciones con títeres (14 minutos)

Objetivos específicos: Expresar desacuerdos de forma segura y practicar estrategias de resolución pacífica.

Organización: Parejas o grupos de 3; participación posterior en plenaria.

- **Docente:** Entrega o representa situaciones sencillas: dos niños quieren el mismo juguete, alguien derriba una construcción, un compañero se mete en la fila o alguien recibe un empujón accidental.
- **Docente:** Dice: “Primero hacemos cuerpo quieto. Después respiramos. Luego usamos palabras”. Modela con el títere: “Alto, no me gusta. Quiero un turno, por favor”.
- **Estudiantes:** Representan la situación sin golpes ni patadas y eligen una tarjeta de solución: respirar, decir “alto”, pedir ayuda, esperar turno o compartir.
- **Docente:** Pregunta: “¿Qué puede decir el personaje?”, “¿Dónde están sus manos?”, “¿Qué puede hacer si todavía necesita ayuda?”.
- **Estudiantes:** Repiten en coro la frase: “Me detengo, respiro, hablo y pido ayuda”.

Producto o evidencia: Dramatización de una situación y uso de una estrategia segura.

Rol del docente: Modela lenguaje simple, detiene inmediatamente cualquier contacto riesgoso y ofrece alternativas. Si un niño se altera, le permite observar, respirar en el rincón tranquilo y reincorporarse cuando esté preparado.

Actividad 3. Creamos el cartel y la caja de soluciones (8 minutos)

Objetivo específico: Crear colaborativamente recursos para recordar acuerdos de trato respetuoso.

Organización: Pequeños grupos de 3 o 4 y plenaria.

- **Docente:** Divide la cartulina en cuatro espacios y pregunta: “¿Qué dibujo ponemos para recordar cada paso?”.
- **Estudiantes:** Dibujan o pegan imágenes de: detenerse, respirar, hablar con respeto y pedir ayuda.
- **Docente:** Escribe debajo, con letra grande: “ALTO”, “RESPIRO”, “HABLO”, “PIDO AYUDA”.
- **Estudiantes:** Eligen tarjetas de soluciones, las decoran y las colocan dentro de la caja.
- **Docente:** Lee el cartel señalando cada imagen y el grupo repite la secuencia.

Producto o evidencia: Cartel colectivo y caja de soluciones terminados.

Rol del docente: Distribuye turnos, reconoce la colaboración y pregunta: “¿Cuál tarjeta podemos usar cuando dos personas quieren el mismo juguete?”.

Diferenciación y transiciones

- **Para quienes necesitan apoyo:** El docente ofrece tarjetas visuales, permite responder señalando, acompaña físicamente sin sujetar de manera innecesaria y practica individualmente la respiración. Puede decir: “Mira la imagen. Primero paramos. Ahora respiramos juntos”.

- **Para quienes terminan antes:** Pueden inventar una nueva tarjeta, como “escucho” o “reparo”, y explicar al grupo cuándo usarla.
- **Transición:** Para pasar de clasificar a dramatizar, el grupo camina siguiendo huellas dibujadas en el piso. Para pasar a la creación, cada niño lleva una tarjeta al área de arte mientras repite: “Las manos ayudan”.

Fase de Cierre

Tiempo estimado: 10 minutos.

Síntesis: “La rueda de las soluciones” (4 minutos)

- **Docente:** Coloca el cartel terminado en un lugar visible y señala cada paso.
- **Estudiantes:** Representan con el cuerpo la secuencia: manos quietas, tres respiraciones, frase respetuosa y mano levantada para pedir ayuda.
- **Docente:** Pregunta: “Si quiero un juguete que está usando otra persona, ¿qué tarjeta elijo?”. El grupo responde: “Espero turno o pido turno”.

Reflexión metacognitiva (3 minutos)

El docente invita a sentarse en círculo y formula las preguntas exactas. Los niños pueden responder hablando, señalando una imagen o mostrando un gesto.

- “¿Qué podemos hacer cuando nuestro cuerpo está muy enojado para no lastimar?”
- “¿Qué palabras podemos usar si alguien nos molesta o nos quita un juguete?”
- “¿Qué paso del cartel usarás hoy en el patio o en casa?”

Retroalimentación, transferencia y reto (3 minutos)

- **Docente:** Reconoce conductas observables: “Vi que esperaste tu turno”, “Usaste palabras en vez de empujar” y “Pediste ayuda con calma”. No compara ni etiqueta a ningún niño.
- **Transferencia:** Explica: “El cartel se quedará en el aula. Cuando haya un problema, iremos a mirarlo y elegiremos una tarjeta”. También informa a las familias que pueden repetir la secuencia en casa.
- **Reto:** Cada niño llevará como compromiso una frase: “Hoy mis manos van a...”. Puede completar: “ayudar”, “dibujar”, “compartir” o “saludar”.

Si durante el cierre ocurre una agresión, el docente aplica el protocolo: detiene y separa con calma, verifica lesiones, acompaña primero a quien fue lastimado, nombra el límite (“No permito golpes”) y, cuando ambos estén tranquilos, guía una reparación sencilla como recoger, ayudar, ofrecer una disculpa o expresar “¿cómo puedo ayudarte?”.

Evaluación

Evaluación

Tipo y momentos: Se aplicará evaluación diagnóstica durante el inicio, evaluación formativa durante la clasificación, las dramatizaciones y la elaboración del cartel, y evaluación de cierre durante la rueda de soluciones y la reflexión final.

Criterios de evaluación

- **Identifica** al menos tres acciones que cuidan y tres acciones que lastiman. Se vincula con el objetivo 1.
- **Expresa** un desacuerdo mediante una frase segura como “alto”, “no me gusta” o “quiero un turno”. Se vincula con el objetivo 2.
- **Practica** al menos dos estrategias: detenerse, respirar, pedir ayuda, esperar turno o reparar. Se vincula con el objetivo 3.
- **Participa** en la creación del cartel o la caja de soluciones y comprende su uso. Se vincula con el objetivo 4.
- **Reconoce** que después de lastimar debe detenerse, escuchar y reparar con apoyo adulto. Se vincula con el objetivo 5.

Instrumentos sugeridos

- Lista de cotejo con tres niveles: “lo realiza”, “lo realiza con apoyo” y “aún está aprendiendo”.
- Observación directa durante juegos y dramatizaciones.
- Registro anecdótico de situaciones de conflicto, estrategias utilizadas y apoyos que funcionaron.
- Portafolio con fotografías del cartel, la caja de soluciones y producciones de los estudiantes.
- Autoevaluación visual: cada niño señala una carita que indique “lo hice”, “lo hice con ayuda” o “lo seguiré practicando”.

Evidencias de aprendizaje

- Tarjetas clasificadas en “Cuida” y “Lastima”.
- Dramatización en la que el estudiante detiene su cuerpo y utiliza palabras o pide ayuda.
- Cartel colectivo y caja de soluciones elaborados por el grupo.
- Respuesta verbal, gestual o mediante imágenes a las preguntas de reflexión.
- Conductas observadas: manos quietas, espera de turno, uso de palabras respetuosas y búsqueda de un adulto.

Consideración de protección: La evaluación será individual y confidencial. No se exhibirá ni etiquetará a la niña que presenta conductas de pegar o patear. El docente registrará antecedentes, situaciones desencadenantes, frecuencia y estrategias eficaces, y coordinará con la familia y el equipo de orientación escolar un plan de apoyo y seguridad. Las agresiones reiteradas requieren seguimiento especializado, además de la enseñanza socioemocional de todo el grupo.

Enriquecimientos

Inicio - Contextualizar

Contextualización para la fase de inicio

Duración sugerida: 10 minutos.

La docente recibe a los niños en un círculo y coloca en el centro una imagen o títere de dos manos: una con el pulgar arriba y otra ofreciendo ayuda. Les explica que, durante el día, usamos nuestras manos para muchas cosas buenas: saludar, construir, dibujar, abrazar con permiso y ayudar. También conversarán sobre que las manos, los pies y la boca no deben usarse para lastimar a los demás.

La docente presenta una situación cercana a su vida cotidiana:

“Hoy, en el salón, dos niños querían usar el mismo juguete. Uno lo tomó rápidamente y el otro se enojó. ¿Qué podría hacer cada uno para resolverlo sin pegar, patear, empujar ni gritar?”

Se invita a los niños a mencionar situaciones que pueden ocurrir en el aula, en el patio o en casa: querer el mismo juguete, esperar un turno, no estar de acuerdo en un juego, sentirse molesto o necesitar ayuda. La docente valida las emociones, aclarando que todas las personas pueden sentir enojo, tristeza o frustración, pero que siempre podemos elegir una forma segura y amable de expresarlas.

Se puede decir al grupo:

“A veces nos enojamos. Está bien sentir enojo, pero no está bien hacer daño. Podemos detener nuestras manos y pies, respirar, decir ‘no me gusta’, pedir un turno o llamar a un adulto. En este salón nos cuidamos entre todos.”

La docente relaciona el tema con la convivencia actual de los niños, señalando que en la escuela y en otros espacios compartidos es importante aprender a resolver los desacuerdos mediante palabras, turnos, acuerdos y ayuda de los adultos. De esta manera, se promueve desde la primera infancia una convivencia segura, respetuosa y libre de violencia.

Preguntas para activar experiencias previas

- ¿Qué podemos hacer cuando queremos el mismo juguete?
- ¿Cómo se siente nuestro cuerpo cuando estamos muy enojados?
- ¿Qué podemos decir en vez de pegar o patear?
- ¿A quién podemos pedir ayuda?
- ¿Cómo podemos demostrar que somos manos amigas?

Preparación emocional para el aprendizaje

La docente guía una breve respiración: todos colocan sus manos sobre el abdomen, inhalan suavemente y exhalan como si apagarán una vela. Después, practican tres frases acompañadas de gestos:

- **“Alto, no me gusta.”** — muestran la palma de la mano.
- **“Quiero un turno, por favor.”** — levantan un dedo.
- **“Necesito ayuda.”** — levantan la mano.

Es importante presentar estas situaciones como retos que todo el grupo puede aprender a resolver, sin mencionar ni señalar a la niña que presenta conductas de pegar o patear. La docente debe evitar etiquetas como “agresiva” o “mala” y reforzar positivamente cada intento de pedir ayuda, esperar, usar palabras o mantener el cuerpo seguro.

Para cerrar la contextualización, la docente anuncia el propósito de la sesión:

“Hoy construiremos nuestro rincón de las manos amigas. Allí aprenderemos qué hacer cuando estamos enojados y cómo cuidar nuestras manos, nuestros pies y nuestras palabras para que todos podamos jugar y aprender seguros.”