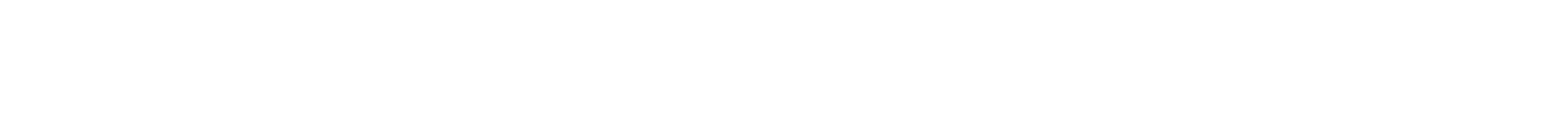
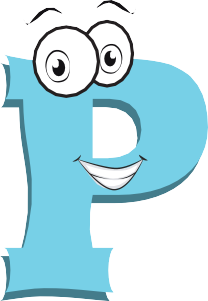
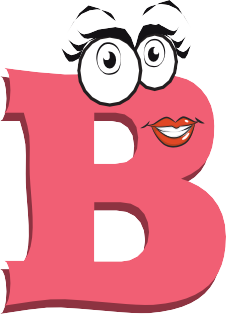


!



**GUÍA DE COACHES**





**Quinto servicio Bellas Artes**

**ÍNDICE**

[Trasfondo 3](#_TOC_250002)

[La importancia de la integración del Arte al PBIS 3](#_TOC_250001)

El arte influye en nuestras emociones y conductas 4

Planificación de las actividades 5

[Ofrecimiento de las actividades de bellas artes 5](#_TOC_250000)

Evaluación de las actividades de bellas artes 6

Guía de Teatro/Artes dramáticas 6

Guía de música 15

Guía de danza 29

Guía de artes visuales 34

**Guía de *Coaching* de Bellas Artes**

# Trasfondo

Estas guías han sido desarrolladas por especialistas en bellas artes para facilitar el proceso de integración de las artes en la implementación de PBIS. Se utilizarán a modo de sugerencia sobre posibles contenidos a discutir para ofrecer los servicios de coaching.

El documento también tiene el propósito de garantizar la capacitación del equipo de recursos especialistas de PBIS de las compañías, que cuentan con grados post-secundarios en diversas especialidades, para integrar el uso de las bellas artes en la implementación del sistema en las escuelas. Con este fin se ha creado una comunidad de aprendizaje con grupos profesionales comprometidos en trabajar con nuevas tendencias que permiten transformar lo que ocurre en la sala de clases y en los diversos sub-sistemas en la escuela. Los especialistas de diversas disciplinas, guiados por los peritos en bellas artes, estarán enfocados en la integración del arte en las actividades educativas para influir positivamente en las conductas de los estudiantes.

Cada recurso fue adiestrado en el uso práctico de la guía para que dominen la parte teórico práctica que facilita el desarrollo de:

* actividades de planificación,
* ofrecimiento, y
* evaluación de la integración de las bellas artes al PBIS

# La importancia de la integración del Arte al PBIS:

**qué esperamos durante las próximas 9 horas de *coaching***

El arte es una pieza fundamental en el desarrollo y evolución del ser humano, mediante el cual podemos expresar una parte esencial de nuestro ser, nuestra visión personal de cómo interpretar lo real o lo imaginario. Para manifestarnos podemos trabajar con recursos plásticos o sonoros, lingüísticos, dramáticos y con el movimiento corporal.

Los especialistas en conducta y en educación revelan que el estudio de las bellas artes, desde temprana edad, cultiva una sensibilidad en los niños y jóvenes que los llevan a desarrollar y aplicar principios de conducta ética en su vida adulta. Añaden que las actividades de arte se deben incorporar a la enseñanza de las materias básicas desde preescolar hasta la universidad. De esta forma ayudamos a formar ciudadanos responsables con una sensibilidad que les permite elevar el espíritu, conocer su yo interno, con un amplio criterio. Por ejemplo:

* La **música** nos ayuda con la concentración. Nuestra mente se deja llevar, navega y profundiza en nuestra interioridad. Hace contacto con el resto de nuestros sentidos, despierta el oído y esto nos hace más perceptivos y receptivos. Cuando escuchamos una melodía nuestro sentido de ritmo se agudiza y provoca emociones y sentimientos.
* En las **artes dramáticas** encontramos la literatura, con la cual hacemos contacto y nos ubicamos en un tiempo y espacio real o imaginario, adquirimos lenguaje de forma amplia y florida, logramos transmitir o captar ideas con claridad. A través de la lectura desarrollamos el arte del lenguaje, la lectura, la expresión escrita y hasta oral comunicando lo que percibimos a través del cuento, la novela, la poesía o el drama.
* El **teatro** utilizado como medio para el aprendizaje permite desarrollar la creatividad grupal o individual. A través de la incorporación de actividades lúdicas que integran el drama al proceso de enseñanza logramos desarrollar en los estudiantes la confianza personal.
* La **danza** nos ayuda con el manejo de la tensión, nos aviva el ánimo, nos libera, pone a nuestro cuerpo y músculos en movimiento favoreciendo nuestra salud física y emocional. También favorece

el adquirir destrezas de trabajo en equipo y desarrollar el carácter aprendiendo sobre la solidaridad, el respeto por la diversidad, la cooperación y la valoración de nuestro propio ser.

* Las **artes plásticas** nos dan paz y serenidad. La pintura, el dibujo y la escultura nos dan la experiencia de construir para formar un nuevo significado. En el proceso seleccionamos, interpretamos y reafirmamos elementos en nuestra mente que le dan forma a una obra. El estudiante por medio de este arte nos da algo más que su creación, nos da una parte de sí mismo, de cómo se siente, de cómo piensa, de cómo se ve a sí mismo, a los demás o el mundo que los rodea.

Con la integración del arte en el proceso de enseñanza lograremos estudiantes que aprendan sobre la apreciación del arte y otros se desarrollarán como artistas. Tenemos que reconocer que unos nacen con el talento, con la pasión por el arte y otros lo aprendemos, lo cultivamos o aprendemos a apreciarlo. En el proceso de coaching trabajamos con comunicar a la comunidad escolar que todos podemos ser artistas, que todo es arte, que en el proceso todo es permitido y reconocido sin juicio. Todo lo que los estudiantes creen mediante la expresión artística es valorado. Aquí no hay nada bello o feo, perfecto o imperfecto. En fin, no todos sabemos tocar un instrumento, pero sí podemos aprender a apreciar la música; no todos sabemos dibujar o pintar, pero podemos apreciar una obra; no todos sabemos escribir, pero sí podemos aprender a disfrutar de la lectura. A través de la integración del arte a PBIS buscamos influir positivamente en las emociones de los estudiantes, para favorecer sus conductas.

# El arte influye en nuestras emociones y conducta

Los especialistas destacan que al integrar las bellas artes logramos niños y jóvenes:

* más tolerantes y abiertos
* más creativos
* inclinados a apreciar el trabajo individual y colectivo
* con más confianza en sí mismos
* con mejor rendimiento académico

El propósito de esta guía de *coaching* es promover que se logre la integración del arte en la vida escolar de nuestros estudiantes. Buscamos que se ofrezcan de forma deliberada actividades de creación artística creativa en toda la escuela.

* Vamos a escuchar música, crear música y disfrutar cantando juntos.
* Vamos a escuchar música y mover el esqueleto bailando al ritmo de esta.
* Vamos a crear. Con los pocos o muchos recursos que podamos encontrar daremos rienda suelta a la imaginación con un pedazo de papel y un lápiz, con colores. Brindemos la oportunidad a nuestros estudiantes de expresarse.
* Fomentemos en ellos el hábito de escribir, de permitir que vuele su mente a mundos imaginarios o reales, de dibujar.
* Identifiquemos libros interesantes para hacer pequeños dramas, solicitemos que ellos busquen temas de su interés.

Nuestro rol como coaches y facilitadores será estimular la imaginación y creatividad de nuestros estudiantes para ampliar su comprensión de las múltiples formas y modalidades del arte que existen. Con esto buscamos influir positivamente en cómo se sienten, en cómo expresan sus emociones y conductas.

A continuación, incluimos una tabla de alineación de expectativas de trabajos de la Secretaría Asociada de Educación Especial con la Guía de Coaching de Bellas Artes. Durante las 9 horas de coaching de bellas artes trabajaremos con incluir en el plan de trabajo de PBIS cómo planificar actividades de arte, ofrecerlas y evaluarlas. Además, durante el último servicio de bellas artes también se administra por segunda ocasión los BOQs para hacer un assessment del progreso del PBIS en las escuelas participantes del proyecto.

Les deseamos éxito en sus gestiones, active la imaginación y creatividad de nuestros niños y jóvenes incorporando la magia del arte en sus vidas.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Temas requeridos por la Dra. Ocasio que serán objeto de monitoria** | **Temas de la guía para trabajar las primeras 9 horas de *coaching* de Bellas Artes** | **Observaciones del Coach** |
| **3 temas para coaching de bellas artes –servicios para cada 3 horas:**  Colaborando con el equipo PBIS para planificar el llevar a cabo actividades creativas que apoyen el Currículo de Conducta haciendo uso de recursos disponibles en la escuela. | Trabajamos con cómo planificar el llevar a cabo actividades educativas integrando las bellas artes: música, artes plásticas, drama y danza.  El coach se integra en el proceso de modelar y discutir algunas de las  actividades educativas que la escuela determina ofrecer para apoyarlos en el  proceso. | Todavía no tenemos instrucciones precisas sobre las encuestas de salud. Cuando se brinden les notificamos cómo proceder.  Utilizar segunda, tercera y cuarta guía de coaching. |
| Colaborando con el equipo PBIS  para ofrecer el llevar a cabo actividades creativas que apoyen el Currículo de Conducta haciendo uso de recursos disponibles en la escuela. | Se discuten procesos a seguir e instrumentos para evaluar el impacto de las actividades educativas ofrecidas apoyando las actividades creativas. |  |
| Colaborando con el equipo PBIS para evaluar el impacto de  actividades creativas ofrecidas en apoyo del Currículo de Conducta haciendo uso de recursos disponibles en la escuela. |  |  |

# Planificación de las actividades de bellas artes en el Plan de Trabajo de PBIS

El *coach* debe fomentar que se incluya en el plan de trabajo de la escuela distintas actividades de bellas artes durante el año escolar atadas a los principios de PBIS. Durante el coaching se reflexionará en qué actividades de integración de las bellas artes se pueden desarrollar con los estudiantes, cuándo se llevarán a cabo, quién estará a cargo y cómo se evaluará la actividad. Para esto se tiene que requerir que se busque el plan de trabajo de PBIS para añadir actividades de arte que nos ayudan a trabajar con la conducta y las emociones.

# Ofrecimiento de las actividades de bellas artes

Se espera que el coach modele algunas de las actividades de bellas artes sugeridas con el equipo líder en la escuela. También pueden modelar la actividad trabajando con el equipo líder y un grupo de estudiantes. Siempre que trabaje el coaching tiene que estar un miembro del equipo líder presente. El coaching es dirigido a los integrantes del equipo líder que son elegibles, que participaron de los adiestramientos de PBIS.

# Evaluación de las actividades de bellas artes a través de las distintas modalidades

**Se sugiere evaluar a través de:**

* + reflexiones de la actividad, cómo se sintieron los estudiantes durante el proceso, qué emociones sintieron, qué aprendieron, cómo lo harían en una próxima ocasión, cómo pueden incorporar el arte en sus vidas.
  + un ensayo- que escriban lo que hicieron y cómo la actividad los hizo sentir.
  + presentación ante el grupo- donde enseñan sus obras, donde expresan cómo se sintieron y lo que aprendieron.
  + exposición en la escuela- para demostrar sus obra en las distintas modalidades de arte seleccionadas

**Administración de los segundos BoQs**

* Todo coach durante la última 1 hora y ½ media de *coaching* tiene que administrar por segunda ocasión los BoQs. Es importante que cuente con el instrumento a la mano para llevar a cabo el proceso.

## ------------------ TEATRO ------------------

La guía de teatro para aplicar al periodo de *Coaching* de PBIS cuenta con 4 actividades para integrar al proceso de prevención de conductas a través de las bellas artes.

# Primer ejercicio

**Primera parte** 40 minutos: Explicar las actividades #1 y #2 de la Guía de Teatro:

###### Dramatización de cuentos tradicionales

* **“Transmediation” con enfoque en crear contenido para dramatización**

Temas a discutir en esa explicación:

* Por qué es importante el teatro en la educación.
* Propósito de los ejercicios de teatro en el PBIS.
* Efectos del teatro en los estudiantes.
* Resultados esperados con la aplicación del teatro en el PBIS.

**Segunda parte** - 20 minutos: Realizar una de las versiones del ejercicio de “transmediation” (Actividad #2). Se necesitan los materiales de crayolas o lápices de pintar, papel, “sticky notes” y algún equipo para poner música (ej. celular, computadora, radio, etc.) El coach debe poder explicar y justificar el concepto de “transmediation” y aplicar cualquiera de las tres versiones (niveles) de acuerdo al tiempo y a la complejidad del ejercicio que quiera aplicar con el equipo líder. Se debe culminar con un periodo de reflexión.

# Segundo ejercicio (55 minutos)

**Primera parte** – 30 minutos: Explicar las actividades #3 y #4 de la Guía de Teatro :

* Inside Out: Los colores de las emociones
* Juegos Teatrales

El *coach* debe discutir con los maestros la importancia de los juegos teatrales y el uso de los colores en las emociones con su efecto en la agilidad mental, las materias y creatividad del estudiante.

**Segunda Parte** - 25 minutos: Realizar un Torneo de Juegos Teatrales (Actividad #4) con el equipo líder. Se realizará la cantidad de ejercicios posibles según el tiempo y el espacio y se hará tipo competencia con el equipo líder. Culminar con un periodo de reflexión de cómo se sintieron y cómo entienden que estos ejercicios pueden ayudar en el proceso de modificación de conducta de los estudiantes en su escuela y aplicarlo al Sistema PBIS.

# División del material de la guía

**Tema de Artes Dramáticas**

1 hora

###### Discusión en grupo

* ¿Qué les viene a la mente cuando piensan en teatro?
* ¿Cómo creen que el teatro se puede integrar con el PBIS?

###### Introducción del teatro al PBIS

* Teatro:
  + Espacio para juego y creación.
  + Empodera al actor a sentirse confiado y en un ambiente seguro para imaginar y crear.
  + Disciplina que brinda experiencias individuales y colectivas que permiten conocerse y descubrirse a sí mismo.
  + Proceso de sensibilización y comunicación que ayuda a crear lazos de solidaridad entre los actores y compromiso con el trabajo que se realiza.
  + Arte sanador
  + Canalizar sus emociones y a verbalizarlas o interpretarlas con su cuerpo, su palabra, su mente y su corazón.
  + Prevenir conductas negativas canalizándolas con el proceso creativo que mantendrá al estudiante enfocado en la realización de actividades positivas e interactivas.

###### Actividad #1 – Dramatización de cuentos tradicionales Detalles de la actividad #1

* **Destreza**: Comunicación Efectiva
* **Valor**: Honestidad / Humildad / Respeto
* **Expectativa de conducta:** Sé honesto.
  + Mentir nos trae problemas.
  + Siempre debemos ser sinceros.
* **Expectativa de Conducta:** Respeto
  + Debemos respetar lo que nos dicen nuestros padres y maestros.
* **Expectativa de Conducta:** Sé humilde.
  + Soy humilde con lo que tengo.
* **Tiempo:** Varios días, según el maestro entienda necesario.

###### Instrucciones

* Dividir en dos grupos para hacer dramatizaciones de cuentos tradicionales
* Exponer al estudiante a convertir un cuento en una obra de teatro estimula la creatividad y fomenta la participación.
* Promueve el trabajo colaborativo.
* Dividir en varios días de acuerdo a la complejidad, que el maestro busque en los montajes dramatizados.
* Dar tiempo para que los grupos se reúnan, lean los cuentos, repartan los personajes y las tareas de realización de vestuarios y escenografías.
* Habrá un proceso de reflexión y análisis con el maestro, donde los estudiantes identificarán los valores que tiene cada historia.

###### ¿Por qué cuentos tradicionales?

* Los cuentos infantiles estimulan la imaginación y la fantasía.
* Son un buen punto de partida para adaptarlos a piezas de teatro con personajes y situaciones simples y manejables para el estudiante.
* Estimulan el lenguaje y el vocabulario.

###### Cuentos sugeridos

* Pinocho: Este cuento tradicional trabaja los temas del respeto a los mayores y de fomentar la sinceridad exponiendo los peligros de las mentiras.
* Las Zapatillas Rojas: Este cuento fomenta la humildad y la importancia de seguir instrucciones.
* El maestro puede escoger algún otro cuento tradicional según su preferencia.

###### Resultados y Recompensas

* Resultado: Presentación final con todo confeccionado por el grupo.
* Recompensa: Presentarse frente a toda la escuela. Tomarse fotos del proceso y de la función y pegarlas en un tablón de logros en el pasillo de la escuela. De tener la posibilidad, una recompensa mayor puede ser llevar al grupo a ver una obra de teatro profesional en una gira.

**Actividad #2** - “Transmediation” con enfoque en crear contenido para dramatización

###### Explicación del concepto “transmediation”

* Proceso de traducir un trabajo de un medio a otro, en este caso de una disciplina artística a otra, hasta llegar al teatro.
* Este proceso toma los resultados y el sistema de significados de un tipo de arte y lo traduce a otro, permitiendo así que el contenido fluya a través de las disciplinas.

###### Detalles de la Actividad #2

* Destrezas: Manejo de las emociones y comunicación efectiva
* Valor: Empatía
* Expectativa de Conducta: Sé empático
  + Sé amable con tu compañero
  + Conviértete en una mano amiga
  + Comparte y ayuda a tus amigos
* Tiempo: El ejercicio puede ser tan largo como el maestro lo considere necesario, y de acuerdo con la cantidad de niños del grupo.

###### Resultados y Recompensas

* **Resultado**: Crear empatía por los sentimientos de otros y aprender a comunicarse por diversas vías artísticas.
* **Recompensa**: Los dibujos serán exhibidos en la pared del salón o en el pasillo por una semana.

###### Materiales:

* Papel para dibujar
* Crayolas o lápices de colorear
* “Sticky Notes”
* Papel para escribir
* Lápices
* Equipo para poner música (radio, iPod, bocina, etc.)

###### Instrucciones Niveles K-3

* + Poner música al estudiante (alegre o melancólica)
  + El estudiante hará trazos con crayolas en un papel según el ritmo de la música.
  + Todos los dibujos se echarán en una caja.
  + Cada estudiante sacará un dibujo de la caja y dirá una emoción que le provoca ese dibujo y por qué.
  + El estudiante improvisará una historia con esa emoción.
  + Al finalizar la actividad debe haber un periodo de reflexión entre el maestro y el grupo sobre la emoción y la interpretación de otro.

###### Instrucciones Niveles 4-6

* + Poner música al estudiante (alegre o melancólica)
  + El estudiante hará trazos con crayolas en un papel según el ritmo de la música.
  + Cada estudiante verá los dibujos de los demás y les escribirá una palabra en un “sticky note” de cómo se siente al ver ese dibujo.
  + El estudiante escogerá tres palabras de las que le dieron sus compañeros y escribirá una historia corta con esas palabras.
  + Todas las historias se echarán en una caja y los estudiantes seleccionarán aleatoriamente un papel.
  + La historia que le toque la deben leer y actuar frente al grupo.
  + Debe haber un periodo de reflexión donde el maestro pueda preguntar “¿qué pensaste sobre esa emoción de otro estudiante?”.

###### Instrucciones Niveles 7-8

* + Se le pondrá música alegre al estudiante por 1 minuto.
  + El estudiante hará trazos con crayolas en un papel según el ritmo de la música.
  + Como segundo paso se le pondrá música al estudiante melancólica por 1 minuto.
  + Se repetirá el proceso y el estudiante hará trazos con crayolas en un papel según el ritmo de la música.
  + Cada estudiante verá los dibujos de los demás y les escribirá una palabra o emoción en un “sticky note” de cómo se siente al ver ese dibujo.
  + El estudiante tomará todas las otras palabras y escribirá una breve historia sobre un personaje que esté pasando por esos sentimientos y un por qué.
  + Todas las historias se echarán en una caja.
  + Cada estudiante seleccionará aleatoriamente un papel de la caja y la historia que le toque la tendrá que leer y actuar frente a clase.

###### Ejemplo

* + Por ejemplo, si escogió el dibujo alegre y las palabras que sus compañeros le dieron fue “felicidad, flores, sonrisas, casa”, una pequeña historia podría ser: “Ella llegó a su casa más feliz que nunca. Su novio le había regalado flores y no podía borrar la sonrisa de su cara. Estaba totalmente enamorada”.

###### Actividad con el Equipo Líder

* Se llevará a cabo una versión de la actividad #2 de los niveles 7 – 8
* Materiales: música melancólica, crayolas, papel, lápiz y “sticky notes”

###### Instrucciones a seguir para el ejercicio

* Escuchar música melancólica.
* Dibujar sin pensar al ritmo de la música.
* Rotar hacia la derecha y a cada dibujo de sus compañeros escríbanle una palabra o emoción que les venga a la mente al ver el dibujo. La palabra se debe escribir en un “Stick note” y pegársela al dibujo.
* Regresar a su dibujo.
* Con todas las palabras que le escribieron sus compañeros escriban una breve historia.
* Al finalizar las historias, todas se echarán en una caja.
* Cada miembro del equipo líder seleccionará aleatoriamente un papel de la caja.
* La historia que le toque la tendrá que leer y actuar frente a clase.
* La idea es que no sea su propia historia la que va a presentar, sino que se pueda poner en los zapatos de otra persona y entender cómo se podría sentir otro en distintas situaciones.
* Se busca crear empatía.

###### Reflexión

* Se abrirá un espacio de reflexión entre el equipo líder para que expresen cómo se sintieron y cómo creen que influirá el ejercicio con los estudiantes.

# Tema de Artes Dramáticas

55 minutos

###### Reflexión sobre el primer día de aplicación del teatro en el PBIS

* ¿Cómo creen que los estudiantes se pueden beneficiar del teatro?
* ¿Cómo ayuda el teatro a prevenir conductas de manera positiva?

###### Actividad #3 - “Inside Out: Los colores de las emociones” Detalles de la actividad #3

* Los colores están inherentemente atados a las emociones.
* Cada color inspira diversas emociones, tanto negativas como positivas en las personas.
* Para los niños, asociar un color con una emoción les facilita comunicar cómo se sienten.
* La película “Inside Out” será el punto de partida para iniciar la conversación sobre las emociones e inspirar a los estudiantes a realizar dramatizaciones de sus propias emociones según cada color.
* Se puede mostrar la película completa o videos de escenas que se encuentran en YouTube
* **Destrezas:** Manejo de las emociones
* **Valor:** Solidaridad / Respeto
* **Expectativas de Conducta:** Respeto
  + Respeta los sentimientos de los demás.
* **Expectativas de Conducta:** Sé solidario
  + Apoya los sentimientos de tus compañeros.
* **Tiempo:** Hay varias posibilidades. Si el maestro decide mostrar la película completa se puede dividir el ejercicio en dos días: uno para ver la película y otro para poner el ejercicio en práctica. Si el maestro escoge sólo mostrar el video corto se puede pasar de una vez al ejercicio.

###### Resultados y Recompensa

* **Resultado:** Se busca que el estudiante pueda entender cómo se está sintiendo asignándole colores a sus emociones.
* **Recompensa:** Habrá una sesión de fotos divertida con cada estudiante y sus elementos de colores representando los personajes y se hará un tablón en el salón con cada uno.

###### Materiales:

* Televisor
* Utilería de colores sólidos (sombreros, gafas, pelucas, corbatas, etc.) \*Se le puede pedir al estudiante que traiga con antelación objetos de su casa.
* Película “Inside Out” (Se puede descargar desde iTunes a $19.99 o por YouTube creando una cuenta con YouTube Movie Partner en este enlace: [https://www](http://www/). youtube.com/watch?v=3IUpDOP2itk)
* De no tener la película o el tiempo, muestre este breve clip para hacer el ejercicio luego. Links: **Inside Out Meet Your Emotions** [https://www.youtube.com/](http://www.youtube.com/) watch?v=pHKQHkoWNyU

###### Instrucciones

* Los estudiantes deben ver la película “Inside Out”. Después de verla completa se debe comenzar con un periodo de reflexión sobre el tema, los personajes y el uso de los colores para cada emoción. Algunas preguntas de discusión podrían ser:
  + ¿De qué color era el personaje del coraje? ¿El rojo a ti te da coraje? ¿Por qué?
  + ¿Cómo influyen los personajes de las emociones en Riely? ¿Por qué?
  + ¿Riley sería igual sin sus emociones?

###### Instrucciones Nivel K-3

* El estudiante debe escoger uno de los personajes de las emociones en la película (Alegría, Miedo, Ira, Enfado o Tristeza)
* Saca utilería de la caja de recursos para vestirse con los colores correspondientes.
* Improvisar una escena inspirado en el personaje y en la emoción que representan.

###### Instrucciones Nivel 4-6

* Hacer el ejercicio anterior y la siguiente variación:
  + Dividir en sub grupos de 6 estudiantes. Seleccionar un estudiante que será Riely en cada sub grupo y los demás se asignarán cada uno de los personajes de las emociones.
  + De la caja de recursos se vestirán con los colores correspondientes.
  + Los sub grupos se reunirán y tendrán tiempo para escoger una situación para presentar. Las emociones “controlarán” las acciones de Riely según se desarrolle la escena.

###### Ejemplo

* Riely está escuchando música. La Felicidad la controla, y le dice a Riley “baila”, “canta” y Riley reacciona. El maestro dice “cambio” y coraje pasa a controlarla. Se le puede haber dañado el aparato de música y Coraje le dice “grita”, “tira el aparato” y Riely reacciona, etc.

###### Reflexión

* El estudiante que interpretó a Riely debe contar su experiencia siendo “controlada” por cada emoción y los demás deben compartir cómo se sintieron interpretando cada una de las emociones.

###### Instrucciones Nivel 7-8

* Además de discutir y “jugar” con los ejercicios de la película, se les puede explicar más a fondo la sicología de los colores.
* Discutir la rueda de colores con sus posibles significados.
* Cada estudiante seleccionará un color de la rueda y se vestirá con materiales de la caja de recursos. Preparará una escena dejándose llevar por el color que escogió en la cual conteste las siguientes preguntas: ¿Quién? ¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Por qué?

###### Ejemplo

* Por ejemplo:
  + Color - Verde
  + Quién - Bailarina
  + Dónde - Escuela
  + Cuándo - Después del almuerzo.
  + Qué - No le dieron un papel en el recital y hace que su contrincante tropiece.
  + Cómo - Deja su bulto mal ubicado para que la otra estudiante se caiga.
  + Por qué - Siente envidia de ella.

###### Reflexión

* Periodo de reflexión sobre el ejercicio.
  + Cómo influyó el color en la situación que escogió.

###### Actividad #4 – Juegos teatrales

* Los juegos teatrales:
  + Son útiles para sacar al estudiante fuera de su zona cómoda y estimularlo a crear en diversos escenarios.
  + El estudiante adquiere destrezas de comunicación efectiva y participación en grupo.

###### Detalles sobre la actividad #4

* **Destrezas**: Comunicación efectiva, manejo del coraje y el estrés
* Valor: Confianza / Participación / Solidaridad
* Expectativas de Conducta: Participa
  + Participar es parte importante del aprendizaje
* Expectativas de Conducta: Confía
  + Confío en mi maestro y en mis compañeros
* Expectativas de Conducta: Ser solidario
  + Debo ser solidario con mis compañeros
* Tiempo: Cada juego se puede dividir en bloques cortos de 10 a 15 minutos, o hacer un “torneo” de juegos teatrales donde se hagan todos juntos.

###### Resultados y recompensas

* **Resultados**: Estimular la creatividad en cada estudiante motivándolos a salir de su zona cómoda e inventar cuentos, historias y personajes.
* **Recompensa**: Cada estudiante que participe en cada juego recibirá una pegatina de estrellas. Al final de los juegos, quien más haya acumulado estrellas puede canjearlas por una recompensa estipulada por el maestro. (ej. una caja de chocolates, su foto en la pared por una semana, cinco puntos extra de bono en un examen, etc.)

###### Juego #1 “Es lo mismo pero no es igual”

* Usar un objeto ordinario y desarrollar una escena en el que se le cambie el significado y se haga un objeto extraordinario.
* Ejemplo: El objeto ordinario es una sombrilla. El uso extraordinario es convertirla en barco
  + El estudiante manipulará el objeto en una escena con diálogo para justificar por qué el objeto es un barco. (ej. “Oh, estoy a la deriva en este barco, es muy pequeño. Tengo que llegar a tierra”).

###### Juego # 2 “Me siento como…”

* + - Cada estudiante pasará al frente y los demás le irán diciendo emociones (ej. amor, coraje, depresión, etc.) El estudiante que esté al frente debe demostrar cada emoción con su cara y su cuerpo, cambiando cada vez que le asignen otra emoción.
    - Discusión: “¿cuál fue la emoción que más difícil se te hizo interpretar?”

###### Juego #3 “En tus zapatos”

* + - Dividir en parejas.
    - Cada estudiante le contará a su pareja una situación difícil por la que ha pasado en su vida.
    - El otro debe crear una escena frente a clase donde cuente esa historia de su compañero.
    - El grupo debe reflexionar sobre qué hubiera hecho cada cual en los zapatos de la otra persona.

###### Juego #4 “Pie Forzado”

* + - Preparar paletas de madera o papeles con frases inconclusas que tengan un pie forzado para construir historias basadas en emociones.
    - Ejemplos:
      * Mi hermano me dijo…
      * Ayer estaba lloviendo y …
      * La maestra me regañó porque…
      * La voz de mi mamá…
      * Mi amiga me invitó a bailar…
    - Cada estudiante debe inventar una historia usando esa frase como pie forzado.

###### Juego #5 “De donde yo vengo”

* + - Sentarse en círculo
    - La maestra empezará con la frase “de donde yo vengo…” y el estudiante a su derecha debe repetir la frase y continuar la historia y así sucesivamente hasta terminar el círculo.
    - Al culminar deben tener una historia completa.
    - (ej. De donde yo vengo… las casas son de madera… y en el huracán se fueron los techos… nos tuvimos que mudar a casa de mi abuela… tampoco tengo luz… y se me hace difícil estudiar…).
    - La idea es que cada estudiante aporte con sus experiencias a una historia global.

###### Juego #6 “Estatuas en silencio”

* + - Los estudiantes se acomodan por el salón y se quedan inmóviles, como estatuas en un museo.
    - Cuando la maestra haga la señal, los estudiantes comienzan a moverse lentamente interpretando estatuas hasta encontrarse con otros compañeros.
    - Cuando se encuentren de frente con alguno deben tener una conversación sólo con su rostro, sus manos y su cuerpo.

###### Juego #7 “Me veo como…”

* + - Cada estudiante debe hacer una lista de sus cualidades y defectos.
    - Se presentará frente al grupo e interpretará un breve monólogo con al menos tres cualidades y tres defectos.
    - El grupo debe adivinar qué es lo que ese estudiante quiere comunicar.
    - Habrá un periodo de reflexión en el que cada estudiante comente sobre cómo el otro se ve y qué piensa cada uno de sus compañeros.

###### Juego #8 “El semáforo: stop and change”

* + - Dividir el grupo en tres: el **grupo rojo, el amarillo y el verde**.
    - El **grupo rojo** debe escribir una lista de conductas inadecuadas y representarlas en escenas.

###### Ejemplos para el grupo rojo:

* + Le grité a mi maestro.
  + Boté la basura en el patio.
* El **grupo verde** debe tomar esa conducta y transformarla a una correcta y representarlas en escenas.

###### Ejemplos para el grupo verde:

* + Levanté la mano para hablar con mi maestro.
  + Recogí la basura y la eché en el zafacón.
* El **grupo amarillo** deben identificar por qué la conducta roja estuvo mal y cómo la conducta verde mejoró, y explicarlas al grupo a través de una escena.

###### Juego #9 “Los sentimientos de la voz”

* Pegar o escribir frases en la pizarra.
* Deben tener la flexibilidad de que se puedan decir de varias formas. (ej. adiós, buenos días, me voy, te lo dije, etc.)
* El estudiante escogerá una y la dramatizará explorando diversas emociones con su frase o palabra.
* Ejemplo: La frase “me voy”: feliz, enojado, triste, tranquilo, llorando, divertido, enamorado, etc.

###### Juego #10 “Dónde estoy, qué hago y quién soy”

* Dibujar cuatro columnas en la pizarra.
* Una debe decir “personaje”, otra “lugar”, otra “acción” y la última “emoción”.
* El maestro las llenará con ideas de los estudiantes.
  + Personajes (ej. maestro, bombero, policía, bailarín, etc.).
  + Lugares (ej. la playa, un parque, la casa, la cocina, etc.).
  + Verbos (ej. correr, bailar, dormir, saltar, etc.)
  + Emociones (ej. triste, feliz, deprimido, enojado, etc.).
* Los estudiantes combinarán palabras para crear historias:
  + Ejemplo: El número 4 en cada columna es: “Un bailarín en la cocina saltando alegre.” El estudiante entonces debe interpretar esa oración.

###### Ejercicio con el Equipo Líder

* Seleccionen de 3 a 5 juegos para realizar en grupos
* Se puede dar una dinámica de “torneo” entre los participantes.

###### Reflexión

* ¿Cómo los juegos teatrales ayudarán al estudiante a salirse de su zona cómoda?
* ¿Cómo ayudan los juegos teatrales a modificar conductas negativas en conductas positivas?

**------------------ MÚSICA ------------------**

**Un pensamiento para compartir…** Ciertamente la música es tan vital como el agua para subsistir. A través, de ella podemos experimentar las más grandes sensaciones y viajar a los lugares más extraordinarios del mundo. También, con ella aprendemos el valor de las emociones, los diferentes significados del amor y hasta nuestro rol en la sociedad. Sin duda ha hecho mucho por nosotros durante los últimos años desde que existimos en este mundo llamado ciberespacio. Creo que la música es el mejor aliado para poder aprender cualquier idioma, estimular el aprendizaje y descubrir nuestra inteligencia creativa. Pero aún más, creo que una de las más sensacionales formas de modificar conducta es por medio de la música. Ya que, a través, de ella las personas pueden autodescubrir el origen de cómo sienten, piensan, y hasta cómo actúan. Un gran filósofo dijo alguna vez que una vida sin música sería un error. Y es cierto, la música es necesaria en nuestras vidas para hacer muchas de las cosas que diariamente hacemos, pensamos, sentimos y enfrentamos. No hay momentos donde no existan tiempos para escuchar, pensar, crear, llorar, reír, dejar de estar y de ser nuevamente música. Finalizo diciendo que la música debe ser una de las cosas más fundamentales… debemos de enseñar a vivir con ella desde el día en que nacemos … hasta los últimos días de nuestra vida.

#### ¿Qué piensan de esta reflexión?

**Trasfondo de la importancia de la música**

* + La música es tan antigua como la medicina, la educación, la política y la sociología. Ha coqueteado con diferentes disciplinas como la economía, la neurociencia, la medición, la química y hasta la física.
  + Pero qué me dirían si les digo que donde la música ha hecho su mayor contribución a la ciencia ha sido en la psicología. Por décadas la música y la psicología guardan una fuerte relación y, aunque son dos disciplinas puras, con sus convergencias interdisciplinarias se ha logrado probar a través de los años en numerosas investigaciones y aportaciones sobre como con la música se puede lidiar y manejar las emociones, la inteligencia, y los procesos mentales. Así nos ofrecen recomendaciones valiosas para un aula saludable.
  + Esta guía tiene como objetivo ofrecer algunas recomendaciones, ejemplos, y estrategias con el fin de promover conductas apropiadas a través de la música, utilizándola como refuerzo positivo y como recompensa.

**La música y su influencia en nuestras emociones y conducta**

* + - La música se considera la más vieja forma de cura, y antiguamente era una parte predominante de la enseñanza temprana de los griegos, los chinos, los indios del este, los tibetanos, los egipcios, los indios americanos, los mayas y los aztecas.
    - Hipócrates la utilizaba con los enfermos de la mente y Aristóteles señaló la importancia de ésta ante las emociones incontrolables, al explicar el efecto beneficioso para motivar la catarsis. Mientras, Platón recomendaba la danza y la música a personas que padecían angustia fóbica y miedo o terror.
    - Se ha demostrado también cómo la música puede hacer disminuir el dolor, la ansiedad y el estrés. Su uso puede beneficiar a quienes buscan un desarrollo personal, a quienes padecen trastornos mentales, personas con discapacidades físicas o sensoriales, personas de la tercera edad, niños con problemas de aprendizaje o trastornos del lenguaje, mujeres embarazadas, pacientes en situación terminal, a quienes se encuentran en estado de coma o a quienes padecen de adicciones o se encuentran internos en cárceles.
    - Decimos música y a nuestra mente vienen una lluvia de imágenes, experiencias y gratos recuerdos que de seguro sé que podríamos compartir con un café y unas tostadas con mermelada de guayaba. Desde que nos levantamos hasta que nos acostamos estamos rodeados de música. El primer encuentro con la música se destaca en la formación del sistema neurofisiológico del ser humano. Desde la construcción del ritmo cardiaco, hasta la forma con la que respiramos. Todo lo que hace nuestro cuerpo es pura música. Les comparto unos datos que sustenta el poderoso y mágico poder de la música. Los componentes básicos de la música como ritmo, melodía y armonía se asimilan a características de nuestro organismo. El ritmo cardíaco, la sincronización rítmica al caminar, la melodía y volumen de nuestras voces al hablar.
    - La música es una herramienta terapéutica eficaz. Transmite diferentes ondas auditivas hasta vibraciones de relajación profunda en los estados de sueño.
    - Curiosamente podemos mencionar que los estudios de base científica confirman que el oído maneja la mayor parte de los estímulos sensoriales cerebrales. De éstos, el 20% corresponde a la vista, el 30% corresponde al gusto, olfato y tacto, el 50% corresponde al oído, que despierta e impulsa al cerebro, además de protegerlo contra el deterioro. Esto nos permite tener una idea de cuan poderoso es aquello que escuchamos y cómo influye en nuestro cerebro.
    - La música además de influir en nuestro estado anímico estimula la memoria, el aprendizaje y los procesos de asociación. Es por ello por lo que, muchas veces asociamos canciones a personas concretas o a momentos que hemos vivido.
    - Tiene una fuerte relación en la modificación de conducta ya que ha logrado probar diversos cambios significativos en problemas de conducta, problemas específicos de aprendizaje y trastornos del neurodesarrollo como por ejemplo trastorno del espectro autista, trastorno por déficit de atención y todas sus variantes entre otros.

La música nos permite establecer canales de comunicación. Desafortunadamente muchos niños y jóvenes carecen de un conocimiento básico de la música y sus valiosas aportaciones tanto para el aprendizaje, como para la modificación de conducta. Es importante que aprendan lo útil que es para promover la felicidad y el desarrollo de conductas apropiadas.

###### ¿Qué les parece si para entrar en calor hacemos nuestro primer ejercicio con una dinámica musical?

**Navegando con el ABC musical**

**Instrucciones:** A continuación, escucharán varios géneros musicales y deberán reflexionar sobre los sentimientos que despiertan. Es importante que esta reflexión la describan a través del ABC conductual. En una hoja realizarán tres columnas con las siguientes letras. A evento B pensamiento y C consecuencia o conducta.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Género** | **A- Evento**  Con qué situación asocian la canción | **B - Pensamiento**  A quién les recuerda | **C - Consecuencia**  Qué emoción provoca |
| Hip Hop |  |  |  |
| Reggaetón |  |  |  |
| Música del ayer |  |  |  |
| Salsa |  |  |  |
| Música clásica |  |  |  |
| Sonidos de la naturaleza |  |  |  |

### Variante

En la letra A pondrán algún evento que puedan identificar a través de la música que se encuentran escuchando. Mientras que en la letra B usted va a analizar cómo pensaría y sentiría esa persona que se encuentra en el evento con ese género que está escuchando. Y, por último, en la columna C usted escribirá qué tipo de consecuencias o conducta realizaría esa persona ante ese evento que usted inventó por cada género. Luego compartamos impresiones.

Aquí les presento un ejemplo, una lista de cuatro géneros que pueden utilizar como base para identificar las emociones. Además de estos géneros pueden seleccionar otros de su predilección.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Fragmento musical** | **Evento** | **Sentimientos/Pensamientos** | **Consecuencia** |
| Hip Hop | Fiesta escolar- Night Dance | ‘’Estoy contento, voy a menear el esqueleto’’. | Energía, sensación de gozo |
| Bomba | Semana puertorriqueña | ‘’Amo mi cultura, obra escolar.. a pasarla bien.’’ | Distracción de la rutina cotidiana escolar. A bailar. Compartir con mis amigos. |
| Plena | Celebración de la navidad | ‘’Quiero un break, ya casi vamos de receso, para descansar y pasarla bien.’’. | Alegría, baile, aires navideños de compartir en familia. |
| Trap | Pelea | ’Energía con mensajes fuertes’’. | Se me altera el ánimo. Llorar, bailar, gritar. |
| Salsa | Fiesta de mis papás | ‘’No quiero sufrir más por ella/ el’’.  “Aaa… esta no es mi música, loco por salir de aquí” | Aburrido… |

tra actividad también podría ser que una vez culminado el ejercicio la actividad, compartamos un poco con nuestros compañeros sus experiencias vividas mientras realizaban el ejercicio. Cada estudiante comentará cómo se sintió cuando escuchó

O

cada género. ¿Qué emociones experimentó?, ¿Con cuál género musical o fragmento musical se identificó más y por qué?

Piensa… con qué música se identifican mejor tus estudiantes. Qué les interesa, qué les aburre. Cómo puedes transformar su estado de ánimo y despertarlos.

Identifica varios géneros de música… uno para activar a los estudiantes, uno para relajarlos, uno para ponerlos a pensar. Cuál utilizarías y con qué fin.

### ¿Qué nos dicen las investigaciones?

* + Las investigaciones nos dicen que existe un vínculo claro y precedente entre la música y las emociones.
  + Al utilizar adecuadamente la música se puede contribuir a la creación de un entorno emocional, una conducta positiva y adecuada lo cual promoverá un aprendizaje positivo en el salón de clase.
  + La música refuerza las emociones. Debes saber que este puede ser uno de tus refuerzos positivos para fomentar X conducta en tus estudiantes. También puede ser una de tus recompensas si entiendes que se han portado bien.

### Ejercicio de reflexión-

Qué podemos decir de estas frases célebres sobre la conducta y la música

1. **Nuestra conducta es la única prueba de la sinceridad de nuestro corazón.** Charles Thomson Rees Wilson (1869-1959) Físico escocés
2. **Nuestro carácter es el resultado de nuestra conducta.** Aristóteles (384 AC-322 AC) Filósofo griego.
3. **Obra siempre de modo que tu conducta pudiera servir de principio a una legislación universal.** Immanuel Kant (1724-1804) *Filósofo alemán.*
4. **Sin música la vida sería un error.** Friedrich Nietzsche (1844-1900) *Filosofo alemán.*
5. **La música es el verdadero lenguaje universal.** Carl Maria von Weber (1786-1826)

*Compositor alemán.*

1. **La música es para el alma lo que la gimnasia para el cuerpo.** Platón (427 AC-347 AC)

*Filósofo griego.*

### Mitos y Realidades acerca de la música y la conducta

Hagamos un ejercicio práctico. Discutamos en grupo qué mitos y realidades pueden surgir a través de la utilización de la música y su influencia en las expectativas de conducta.

Instrucciones: Formemos dos grupos. Uno representará los mitos y el segundo las realidades. Ambos grupos deberán realizar debates aportando citas y argumentos sobre la importancia de la música en el aprendizaje y en la conducta.

**Mito:** Escuchar música de Mozart hace más inteligentes a los niños.

**Realidad:** Sí, la música ayuda con el aprendizaje. La música en el pasado era considerada como uno de los cuatro pilares del aprendizaje, compartiendo escenarios con disciplinas como la geometría, la aritmética y la astronomía. Particularmente la música clásica ha demostrado favorecer el aprendizaje.

**Mito:** La música solo se utiliza para relajarse.

**Realidad:** No solo para eso, se usa para muchas otras cosas. La música se utiliza para fomentar el aprendizaje y promover emociones positivas. Algunas canciones también pueden provocar estados de ánimo negativos. Los ritmos te calman o te alteran, las letras también.

**Mito:** Si escucho música de algún género puede tener una conducta determinada. **Realidad:** La música provoca varios cambios de estados de ánimo. Cada persona la experimenta de formas distintas, otros de forma similar. La música que a mí me alegra, puede que a ti no. Si podemos destacar el cambio radical entre los géneros, unos con ritmos fuertes y otros con ritmos más tenues. Cada cual escoge el que más le gusta.

**Mito:** La música puede hacer que se transforme una conducta determinada.

**Realidad:** La música puede provocar cambios manipulables en los estados de ánimo. Es la letra la que condiciona el rasgo de la personalidad. Por lo tanto, debemos tener cuidado con los mensajes que permitimos que los niños escuchen. Hay música positiva, otras cargadas de mensajes no apropiados.

Hoy día, la música se usa más en grados preescolares o elementales. Sin embargo, los estudios de base científica revelan que debe estar presente en todos los grados, a diario. Es una herramienta fuerte que favorece y transforma positivamente el aprendizaje.

### ¿Qué debemos hacer?

Explotar el beneficio de la música en el proceso de **ayudar al personal de la escuela a realizar intervenciones conductuales basadas en la evidencia para mejorar el comportamiento, el desempeño académico y social del estudiantado.**

### ¿Y por qué es tan importante?

Al escuchar la música se estimulan conexiones en una amplia franja de regiones cerebrales normalmente involucradas en la emoción, la recompensa, la cognición, la sensación y el movimiento. Agustín Ibáñez y Lucía Amoruso neurocientíficos cognitivos. (2015).

### El gusto musical se cultiva

Igual que cultivamos el deporte como medio preventivo para tener una mejor salud física, o que educamos el paladar con ciertos alimentos para cuidarnos de condiciones y mantener un buen peso, podemos ayudar a que los niños y jóvenes aprendan a apreciar la música para proteger su salud emocional, fomentar el aprendizaje y establecer comportamientos positivos y adecuados.

**Para reflexionar:**

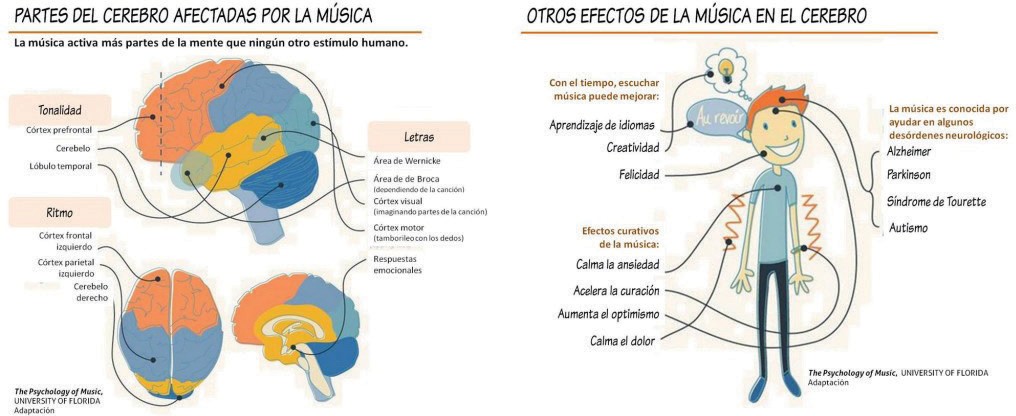
El amor a la música es una herramienta de vida, vital para la formación de individuos estables.

**Ejercicio:** ¿De qué otras maneras podemos cultivar el gusto por la música? Instrucciones: Utiliza la música clásica para poner a tus estudiantes a leer cuentos cortos en silencio. Crea una rutina semanal donde los expones por unos 20 minutos a este ejercicio, para que vayan leyendo una novela en intervalos, o un cuento en particular que hayas elegido tú o ellos. Poco a poco, que lo disfruten al son de la música. Crea el ambiente.

Puedes también poner la música bajita de fondo y ponerlos a leer en voz alta, alternando entre un estudiante y otro. Lo importante es que semanalmente los expongas a asociar la lectura con la música de fondo.

### Resumen de la importancia de la música

Tomado de la universidad de florida. The Psychology of Music.



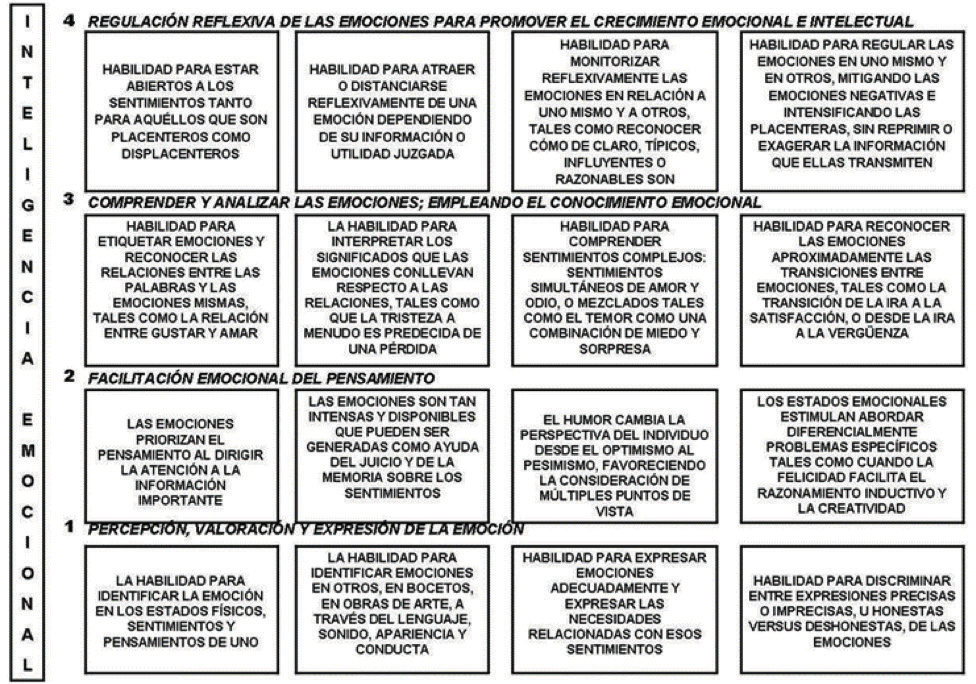
### La integración de la música como estrategia para fomentar conductas positivas esperadas

Sabemos cuan influyente es la música en el ser humano. La música como sonido es una vibración mágica que despierta diversos pensamientos que se atan a nuestra conducta.

Mientras mas canciones escuchamos más caracterizamos nuestros pensamientos, vitalizamos nuestros pensamientos, nos aferramos a nuestras creencias, valores y vamos definiendo nuestra conducta en los diferentes escenarios donde compartimos diariamente.

### Integrando la música y su influencia para el desarrollo de nuestra inteligencia emocional en apoyo del PBIS

A través de la música podemos desarrollar diferentes tipos de inteligencias y podemos desarrollar destrezas emocionales que nos ayudan en la solución de problemas.



Tomado de Mestre, Guil, Brackets, Salovey, 2008.

### ¿La música y las emociones?

* + La música contribuye a fomentar la socialización, nos mueve a compartirla con otros, invita a bailar, a cantar, a sentir emociones de todo tipo. Por eso cuando pensamos en música, pensamos en danza, en baile, van de la mano.
  + Favorece el autocontrol mediante el ritmo. Al mismo tiempo que es un agente integrador, la música produce beneficios sociales como la integración grupal. Permite la relajación, la expresión de sentimientos, y la canalización.

Les comparto este dato interesante: Zoltán Kodály (1882-1967), uno de los más destacados músicos húngaros de todos los tiempos, consideraba la voz como el primer instrumento natural que tenemos. También decía que si logramos proponer en los alumnos la introducción de la utilización de la voz como instrumento musical el mismo será una gran herramienta para expresar sus sentimientos y emociones a través del canto. Y recomienda la canción popular como elemento motivador para el aprendizaje. ¡Así que manos a la obra!

### Ejercicio

Identifica una canción de moda, con un mensaje positivo, que puedas encontrar su letra y que puedas compartirla con los estudiantes. La vas a ensayar con ellos para que se la aprendan. No tiene que ser la canción completa, puede ser su coro. O pueden ser varias canciones y sus coros. Las cuales utilizarás en momentos precisos para despertar su interés y su ánimo.

### Cuáles canciones escogerías y porqué

**Variante**

Junto a tus estudiantes escriban unas líneas de coro relacionadas a las expectativas de conducta de la sala de clases, tomando un ritmo prestado de una canción popular.

Ser respetuoso … cuáles son sus reglas…. hagan un coro que sustituya el coro de la canción Dura de Daddy Yankee. El propósito es que puedas repasar con ellos las reglas de forma entretenida y que las recuerden al son de la música que les gusta.

Ensáyalo con tus compañeros del equipo líder, cómo lo harías. Si no es con Dura de Daddy Yankee… ¿qué canción escogerías para tomar prestado su ritmo (no su letra)?

Vamos a hacerlo

De qué canción tomarías su ritmo… qué letra te inventarías para promover la expectativa….

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Algunos ejemplos de la actividad Analizando, deconstruyendo y construyendo conductas deseadas con el PBIS

**Instrucciones:** A continuación, observarán varios estilos de composiciones. Estas son: rap, bomba, y plena. La conducta por promover será el ser respetuoso en el ambiente escolar. Encontrarán que las coplas están realizadas en una forma tradicional y luego viene el ejemplo PBIS. Analicemos un poco estas coplas en estos tres géneros. Compartamos impresiones. Tú lo puedes hacer mejor con tus estudiantes…más entretenido.

### El Rap del Respeto al Estilo Tradicional

Estrofa

Oye tú que te gusta gritar, empujar y darle a los demás. No haces caso

No pides permiso

Y a la hora de la verdad te metes en líos…

No pides perdón

Ni tampoco una nueva oportunidad Es algo tan fácil para empezar

No puedes seguir, tienes que parar

Tengo una nueva forma para que dejes de ser inquieto. Ven siéntate conmigo

Y aprende sobre el respeto.

### Ahora el Rap del Respeto al Estilo PBIS

Estrofa

Oye tú …te felicito

Usas un tono de voz moderado

Y tratas amable a tus compañeros

con el PBIS has aprendido lo que es el respeto.

Coro

Respeto es. algo importante.

El respeto nos ayuda a vivir felices

Nos ayuda a tener una convivencia pacífica con los demás...

Respeto, respeto, creo en el respeto

### La Bomba del Respeto...

Coro

El respeto es algo importante.... demostrar...

Se aprende en la casa y la escuela. Y se enseña a los demás.

Estrofa PBIS

Esto es algo bien simple Fácil de enseñar

Se empieza por lo más sencillo Como escuchar a los demás...

**Plena del Respeto** La plena del respeto Coro

El respeto se necesita

Se demuestra, y se aprende

Y te ayuda en la vida a llevarte con los demás.

Estrofa

Si eres de esos niños que le gusta molestar Arrastrar los bultos por el piso

y hablar sin escuchar.

Estrofa PBIS

No te vayas de mi lado. Yo te puedo enseñar. Te enseñaré sobre el respeto

Y así lograremos la paz.

### Otras Actividades

* Actividad: Conociendo mis Emociones
* Cantamos las emociones:

Utilizando la canción Despacio me tranquilizo”, uno de los “emoticantos” que proponen de Castro y del Barco (2012),iremos adquiriendo pautas para el control emocional que pondremos en práctica cuando una situación lo requiera. Podemos encontrar más canciones en su página web:<http://www.clavedesolidaridad.org/>

Canción: Despacio me tranquilizo

### Ejemplo de la canción

Respiro muy deprisa cuando me enfado, si me tranquilizo respiro más despacio. Hablo muy de prisa cuando me enfado, si me tranquilizo hablo más despacio

Y cuando me enfado…..1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Yo me tranquilizo

Si vuelvo a enfadarme…. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Sé tranquilizarme

Ando muy de prisa cuando me enfado, Si me tranquilizo ando más despacio. Me duele la cabeza cuando me enfado, Si me tranquilizo se me va pasando.

Y cuando me enfado…..1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Yo me tranquilizo

Si vuelvo a enfadarme…. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Sé tranquilizarme

Pierdo los papeles cuando me enfado, si me tranquilizo los voy encontrando. Salen mal las cosas cuando me enfado, si me tranquilizo mejora el resultado.

Y cuando me enfado…..1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Yo me tranquilizo

Si vuelvo a enfadarme…. 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 Sé tranquilizarme

Respiro muy de prisa cuando me enfado.

**Canciones de grupo:** tenemos a nuestra disposición numerosas canciones con las que trabajar en el aula. Zufiaurre et al. (2010) nos proponen estas: Pin-Pon es un muñeco y el Patio de mi casa, con las que desarrollarán el autocontrol emocional, la confianza en sí mismos, la expresión de sentimientos, la atención, la memoria, la coordinación, y el ritmo entre otros.

Si ….regresamos a las canciones valiosas de nuestra niñez

###### Canción: Pin-Pon es un muñeco

Pin Pon es un muñeco

de trapo y de cartón, de cartón se lava la carita

con agua y con jabón...

Se desenreda el pelo con peine de marfil, de marfil,

y aunque se dé tirones, no grita y dice uy!

Pin pon dame la mano con un fuerte apretón que quiero ser tu amigo

pin pon pin pon pin ponnnn y cuando las estrellas comienzan a salir

pin pon se va a la cama

se acuesta y a dormir, ¡a dormir!

* Relajación musical: A través de música de relajación, los niños pueden hacer meditaciones de atención plena y conectarse con sus emociones. Esta actividad se puede hacer de dos formas.1) utilizando alguna música ya preseleccionada por el maestro o 2) puede hacerse escogiendo algunos estudiantes que toquen algunos instrumentos de precisión menor como los son: campanas, palo de lluvia, xilófono entre otros.

### Integrando la música con la danza

**Ejercicio-** Promovamos el sentido de pertinencia en la escuela. Vamos a inventar un baile corto para los estudiantes en la escuela utilizando la música creada solo a través de palmadas y chasquidos con los dedos, combinada con vueltas y giros del cuerpo y movimiento secuencial de las manos y los pies. Sean creativos, algo que no sea complejo e interesante.

### Vamos a inventarnos algo como equipo PBIS. ¿Qué se te ocurre…?

Variante.. ahora crea un baile particular de cada grupo de cada grado con el mismo concepto. Los estudiantes pueden traer un giro interesante al ejercicio.

### Ejercicio….. Integrando el dibujo y la música

Un proyecto de grupo puede ser hacer un mural con representaciones dibujadas de lo que son las expectativas de conducta creadas por cada estudiante en el grupo. Puede ser un trabajo individual de cada estudiante o pueden hacerlo de forma grupal. El estudiante escoge la expectativa de conducta. Mientras están en su etapa creativa se les pone música de fondo. La música promueve la creatividad, los ayuda a energizar su mente y cuerpo, los ayuda a motivarse para ejecutar. Pueden poner música de la naturaleza, música clásica o música pop instrumental.

### La importancia de la música en la Inteligencia Social

###### Estrategias para fomentar la inteligencia social a través de la música.

**Autocontrol y autorregulación:** La autora recomienda la utilización de canciones infantiles que promuevan desafíos gradualmente. Por ejemplo, la canción ‘’El perro Bingo’’ donde el desafío es gradualmente omitir cada letra es una buena estrategia para trabajar el poco control de impulsos. A mí se me ocurre que también podemos utilizar la canción del Pollito Pío. Esta canción divertida ofrece muchos elementos descriptivos y hace que trabajes al mismo tiempo con el control de impulsos y la memoria. En qué otra podemos pensar……

**Autoconfianza y habilidades de liderazgo:** Pedirles a los niños que canten una estrofa de su canción favorita. Eso puede ser un proyecto. Así los conoces y exploras cuál es su género favorito. Un detalle importante es que no importa la melodía, ni la letra, sino el hacer la conexión empática entre ambos.

### Variante-

Otra idea es pedirles a los estudiantes que inventen canciones con algún tema en específico. Por ejemplo: Podemos hacer una canción dirigida a ser cuidadoso, ser resiliente. Esto sería una expectativa de conducta. Podemos decirles a los niños que hagan equipos y estos equipos pueden formarse como grupos musicales y deberán inventar alguna canción con algún sonido, vasos, palitos, palmadas, ruidos con la boca, etc. El sistema de recompensas será hacer un día o noche artística relacionada a la conducta deseada con el fin de mostrar de manera artística y creativa lo importante de ser cuidadoso o ser resiliente. Ellos escogen las expectativas.

### Otras actividades partiendo de PBIS

**Materiales:** Instrumentos (maracas, chinchines, claves, xilófono). Lectura del cuento instrumentado.

**Desarrollo de la actividad:** Previo a la lectura del cuento instrumentado, el/la profesor/a solicita la ayuda de todos los alumnos para llevar a cabo la actividad. Se procede a la lectura del cuento con instrumentos y se le asigna de forma previa a cada protagonista o personaje un sonido o instrumento. A los niños se les comunica que cuando escuchen el nombre de x personaje o protagonista hagan sonar el instrumento que corresponde o hagan un sonido en particular (Ej. Princesa = maracas, vaca=muuuuu). Una vez finalizado, el/la profesor/a da las gracias por la ayuda prestada y recalca que si no hubiera sido por la unión entre todos no hubiera sonado igual. Se refuerza la expectativa de colaboración, la regla de trabajo en equipo.

### La importancia de fomentar la prevención del acoso escolar

A continuación, presentamos algunas actividades.

Abrazos Musicales

Se establece la expectativa de conducta. Vamos a compartir y a ser solidarios. Bailaremos y nos daremos un abrazo. El contacto debe ser apropiado, abrazar sin apretar, ser respetuosos. **Objetivos**: pertenecer a un grupo y enriquecer las relaciones sociales.

* + **Materiales**: Música que le guste a los estudiantes
  + **Desarrollo:** una música suena a la vez que los participantes danzan por la habitación. Cuando la música se detiene, cada persona abraza a otra. La música continúa, los participantes vuelven a bailar (si quieren, con su compañero). La siguiente vez que la música se detiene, se abrazan tres personas, luego se repite y se abrazan cuatro, luego 5…… El abrazo se va haciendo cada vez mayor, con más personas, hasta llegar al final todo el grupo abrazado. (En todo momento ningún/a niño/a puede quedar sin ser abrazada).
* Somos un grupo unido, somos solidarios, todos nos apoyamos.

### Cantar – dramatizar, dibujar, bailar.

Escoger hacer una dramatización de una canción, cantar una poesía, cantar un cuento con un mensaje positivo, dividiéndose las partes y responsabilidades e integrar gestos, muecas, lenguaje corporal, el baile. Además de los gestos, se puede complementar el ejercicio creando títeres para los personajes, rótulos con dibujos, representación del argumento con los niños, escenificar los diálogos con solistas.

Se pueden hacer competencias de canto entre grupos, en el sentido positivo, para compartir en la escuela. Competencia sana que promueve la creatividad, que promueve el que los estudiantes se conozcan, que compartan.

Las bellas artes tienen el poder mágico de hacernos cambiar nuestras emociones y por tanto nuestras conductas. Ayúdenos a fomentar una manera novel de promover expectativas de conducta. Al principio no será fácil, nacerán dudas, inquietudes, hasta una que otra incertidumbre de creer si lo lograremos o no. Yo les invito a recorrer la única disciplina donde todo se ha escrito, en diferentes versiones. La música, un arte de muchos caminos y el principio de una nueva forma de vida… Graciani, 2018.

## ------------------ DANZA ------------------

Como parte de las actividades de integración de las bellas artes al PBIS tenemos la posibilidad de integrar la danza. Con ella logramos que los estudiantes puedan utilizar el lenguaje corporal para comprender sus emociones y el mundo que los rodea. Se usa también como un medio de expresión, comunicación personal y social, para apreciar diferentes momentos de vida, contextos históricos y culturales.

### La danza permitirá a los estudiantes:

* experimentar las posibilidades de movimiento del cuerpo para aprender a valorarlo y cuidarlo, así como desarrollar algunos elementos del lenguaje dancístico como medio para manejar las emociones y demostrar conductas apropiadas.
* comunicar sus ideas, pensamientos, sentimientos y emociones, con el fin de que profundicen en el conocimiento de sí mismos.
* desarrollar autonomía, autocontrol, aceptación de normas.

### Ejes de enseñanza

Cuando trabajamos con actividades educativas integrando la danza nos enfocamos en:

* **la apreciación-** identificando contenidos que favorecen el desarrollo de la percepción, sensibilización y pensamiento crítico de los estudiantes al reconocer las posibilidades del cuerpo y del movimiento.
* **la expresión-** fundamentada en la realización de proyectos coreográficos para utilizar el lenguaje corporal y dancístico donde se expresan sentimientos e ideas propias.
* **la contextualización-** que nos permite observar y reflexionar acerca de la percepción del cuerpo y de las manifestaciones dancísticas en diferentes tiempos, lugares y culturas.

Las actividades y ejercicios se adaptarán a los intereses musicales y momento evolutivo del desarrollo del estudiante. Todas tienen una intención lúdica y activa. Se busca siempre desarrollar un clima positivo y afectivo teniendo en cuenta las diferencias individuales de los estudiantes.

### Con las distintas actividades

**recomendadas buscamos que los estudiantes:**

* Trabajen de forma colaborativa, en sesiones grupales para comprender y compartir ideas.
* Aprendan sobre expectativas de conducta, sobre responsabilidad, respeto y colaboración. Buscamos que lleven a cabo las actividades dancísticas en un ambiente de armonía y respeto.
* Nos enfoquemos en el área de aprendizaje –
  + **conceptual** (saber): para descubrir las diferentes posibilidades de movimiento que tiene el cuerpo.
  + **procedimental** (saber hacer): para experimentar formas, movimientos, ritmos y expresiones corporales.
  + **actitudinal** (ser): para estar sensibilizado con las actividades a realizar, expresar nuestras emociones, liberar nuestras tensiones y lograr la paz interior, buscamos salud y bienestar.

### Evaluación- Para evaluar estas actividades se desarrollarán:

* foros interactivos al final de los ejercicios donde los estudiantes expresan cómo se sintieron, qué emociones provoca el desarrollo del ejercicio, cómo podemos integrar la danza en nuestras vidas para fomentar la salud y el bienestar.
* los estudiantes también pueden escribir ensayos expresando su experiencia
* pueden recrear la experiencia mediante el dibujo y la pintura
* o grabar un narrativo y demostración de su ejercicio de danza como medio para documentar los resultados.

### Actividad 1- El espejo.

* Pueden participar todos los estudiantes
* Materiales- radio con música suave ( puede ser new age).
* Trabajaremos con la coordinación rítmica.
* En términos de conducta nos enfocamos en participar con interés y desinhibición, permitiéndonos disfrutar imitar a otro.

**Instrucciones-** Se forman parejas. Frente a frente, uno de los dos se moverá lentamente intentando seguir la melodía, su ritmo y el otro le imitará como si fuera la imagen de un espejo. Después de un rato se intercambian los roles. Se expresa a través del movimiento cómo nos sentimos con la influencia de la música. Luego conversamos sobre cómo nos sentimos realizando el ejercicio de imitar a otro, cómo nos sentimos cuando nos imitaron.

### Actividad 2- Las emociones

* **Cantidad de participantes**: todos
* **Materiales**-emociones representadas por palabras que el maestro ya preseleccionó y se ponen en papel, se cierran y se ponen en una bolsita. El maestro debe tener una emoción para cada estudiante.
* Trabajaremos con actividad física, psicomotriz.
* Utilizaremos el cuerpo para representar palabras y expresar nuestras emociones.
* Trabajamos identificando las emociones, cuáles son las expresiones, cómo nos sentimos cuando tenemos que demostrar la emoción, cómo podemos sensibilizarnos ante la expresión no verbal del otro.

**Instrucciones**- Cada alumno debe elegir una palabra y representar su significado bailando la emoción. Utilizará su lenguaje no verbal, con movimiento actuado. El resto del grupo debe adivinar la emoción. El maestro debe modelar el proceso con una emoción, para que ellos se suelten y se sientan en confianza. En el proceso se reirán mucho.

### Actividad 3- El Cucurucuuuuu más original

###### Cantidad de participantes: todos.

* **Materiales**: tiza, mejor si se hace en la cancha, en el patio.
* Trabajaremos con coordinación rítmica
* Experimentaremos sensaciones espaciales.
* Trabajamos con la interpretación de movimientos de animales y la liberación de sonidos para liberar tensiones.

**Instrucciones**- Con una tiza debes trazar un gran círculo en el piso; donde quede suficiente espacio en su interior para todos los estudiantes. Los estudiantes estarán sentados primero fuera del círculo hasta que uno se levante imitando el movimiento de una gallina (puede ser otro animal si se desea) y se tiene que buscar un ritmo en el movimiento, su interpretación del animal, el que quieran darle. Además, deben emitir un sonido, cacareando en el caso de la gallina, explorando un sonido musical, con

un estilo original diciendo cucurucu, curu, cu…. situándose en el medio del círculo. Así todos, uno detrás de otro, se van colocando dentro del círculo, emitiendo el mismo sonido con su movimiento y ritmo personal. Con esto vamos trabajando con la confianza personal, la creatividad, originalidad, despliegue de ritmo y sentimiento.

Cuando son estudiantes más grandes en vez de imitar a un animal se puede poner un pie forzado, una palabra con la que tienen que acabar una oración. Cada estudiante piensa y escribe su línea, cada uno se levanta, hace un movimiento rítmico de su preferencia y cantan una línea terminando con la palabra y se sientan en el medio del círculo. Las palabras pueden ser los valores, las expectativas de conducta. Terminan juntos en el círculo, como un equipo unido.

### Actividad 4 La silla bailadora

###### Cantidad de participantes: todos.

* **Materiales** - sillas, radio y música pop.
* Trabajamos con actividad física, psicomotriz
* Buscamos que los estudiantes bailen y jueguen buscando identificar una silla para sentarse.

**Instrucciones**- Se dispone de al menos 15 sillas o pupitres. Los alumnos se desplazan bailando al ritmo de la música alrededor de las sillas. Cuando la música cesa los estudiantes deben sentarse. Algunos no tendrán silla, así que deben quedar fuera del juego como observadores que como quiera bailan mientras el resto del grupo termina el ejercicio. Cada vez que pare la música se retira una silla. Hasta que quede un ganador. Si son muchos alumnos pueden formar dos o tres equipos que competirán entre ellos.

### Actividad 5- Coreografía al son de una canción famosa

###### Cantidad de participantes: todos.

* **Materiales**: video o radio, música con ritmo alegre al son de la canción de Silento Watch Me, whip/nae, nae , la Macarena o alguna otra conocida que sea apropiada para el ambiente escolar.
* Trabajaremos con actividad física, psicomotriz.
* Promovemos la coordinación rítmica.
* Buscamos trabajar con transmitir energía positiva, despertar la alegría, mover el esqueleto despertando las emociones al ritmo de música que les interese a los estudiantes. Rompemos con la monotonía, se ejercitan y la pasan bien. Comparten con otros.

**Instrucciones**- El maestro o un grupo de estudiantes montan y enseñan la coreografía (que no sea compleja). Buscamos que aun los que se sientan que no bailan, al menos muevan las manos o su cuerpo como mejor les salga. En estas actividades no hay nada correcto o incorrecto, no buscamos movimientos perfectos. La escuela completa puede tener una actividad de baile en grupos masivos. Una variante es que los estudiantes se ubican en grupos y pueden hacer batallas de baile en el mismo salón o entre salones. Se pueden vestir con camisas de distintos colores entre grupos para distinguirlos y hacer la batalla en el buen sentido de la palabra. Es pasarla bien y ver cómo trabajan distintas coreografías. Los maestros identifican las recompensas. El maestro o un comité de jurado decidirá cuál es la recompensa y cuáles son los criterios para otorgarla.

Antes de comenzar la actividad se explica cuáles son las expectativas y las reglas, cómo se espera que se traten durante la actividad, buscamos compañerismo, unión, que trabajen de forma colaborativa, que sean creativos, que disfruten la música y el baile.

### Actividad 6- Formando figuras con el cuerpo

###### Cantidad de participantes: todos.

* **Materiales**: ninguno
* Trabajaremos con actividad física, psicomotriz.
* Promovemos la coordinación rítmica.
* Mediante el ejercicio se promueven conductas de colaboración, respeto a la diversidad , compañerismo entre los miembros de un grupo. El espíritu de equipo se crea y fortalece, enfatizando que el arte no es perfecto, se disfruta. Unos tienen más flexibilidad y movimiento que otros, pero todo estudiante debe tener la oportunidad de trabajar con el movimiento corporal y aprender a tener seguridad de su cuerpo. Trabajamos con conocer nuestros talentos y retos, aun así, disfrutando del arte de la danza. Todos podemos aprender.

**Instrucciones**: Movimiento corporal para hacer formas: se elige qué forma hacer y los estudiantes con sus cuerpos pueden crear formas, hacer líneas con sus brazos, curvas con sus torsos y figuras angulares con sus piernas. El cuerpo y la realización de las formas en una combinación de movimientos hace divertida la actividad de la danza.

También se pueden formar figuras geométricas. Las líneas paralelas o perpendiculares al piso son aceptables. Puedes tratar que los estudiantes hagan un círculo con sus brazos y luego con todo su cuerpo. El día de la actividad se debe procurar vestimenta apropiada, camisa por dentro del pantalón largo que permita flexibilidad tanto a las niñas como los niños. Que se sientan cómodos.

### Actividad 7- Descubriendo el ritmo de otras culturas

###### Cantidad de participantes: todos

* **Materiales**- videos de bailes culturales, radio, música, televisor o computadora para proyectar.
* Trabajaremos con actividad física, psicomotriz
* Promovemos el desarrollo de aprendizaje basado en proyectos y la coordinación rítmica.
* Promovemos trabajar con los intereses particulares de los estudiantes, favorecemos el modelar conductas de compañerismo, trabajo colaborativo, responsabilidad y compromiso.

**Instrucciones**: El maestro identificará los países y los anotará en papelitos y los pondrá en una bolsita. Los estudiantes tomarán un papel. Al conocer su país deberán investigar un baile típico. Para desarrollar el proyecto deberán investigar qué tipo de baile tiene el país, explicar cómo se baila y si se utiliza en alguna ocasión especial, su historia. Pueden demostrar un video donde se aprecie la coreografía y la música que puede acompañar el baile. El estudiante puede demostrar una parte del baile para que sus compañeros lo aprendan. El maestro puede determinar que el proyecto se desarrolle de forma individual o grupal. Buscamos conocer la diversidad de bailes culturales, descubrir cómo distintos grupos mueven su cuerpo a través del mundo y disfrutan de la danza. Nuestros estudiantes conocerán nuevos ritmos musicales, nuevas coreografías, la riqueza de la diversidad de movimientos a través del mundo. Se sensibilizan con otras culturas y conocen como expresan sus emociones.

**Variante**- se puede hacer un proyecto en la sala de clases, investigar la danza de un país, recrear el movimiento, creando disfraces, pintando un escenario de fondo e incorporando música típica.

### Actividad 8- Balance al ritmo de la naturaleza

Buscamos una conexión con la paz que nos da la naturaleza mediante el balance. Una técnica de movimiento consciente que incluye el ejercicio físico. Buscamos estabilidad, aumento de la movilidad, mejorar la postura y la respiración. Incorporamos un enfoque lúdico y creativo, explorando aspectos emocionales del movimiento: la expresividad, la confianza, la creatividad y la libertad de movimiento.

Mediante la danza recreamos el movimiento de los árboles, cuando les da la brisa; recreamos el vuelo del pájaro, cuando se suspende en el aire y lo disfruta; el movimiento de un pez en el agua; de un delfín saltarín. La expresión corporal del individuo se conecta con su expresión creativa y emocional de cómo se retrata a través del movimiento corporal la naturaleza. El cuerpo logra un movimiento natural, buscamos paz, respiración relajada, distracción y bienestar emocional.

## ------------------ ARTES VISUALES ------------------

#### Actividad de Manejo de Emociones y Artes Visuales

###### Actividad 1. ¿Cómo se pintan las emociones?

**Problema**: Manejo de Emociones **Grados**: 4-8 **Duración:** 10m aprox. (Variante:15m)

**Emoción**: Coraje

**Expectativa de conducta**: relajado

**Expectativa de conducta:** Sé respetuoso. Ser amable. Se cauteloso. Autocontrol.

**Materiales**: PLASTICINA

**Criterios:** Controla la efusividad, y el uso de palabras soeces.

**Propósito:** Detectar y Mantener la calma en situaciones de coraje. Buscar la paz entre situaciones de discordia.

###### Paso a paso

* **Al coach:** Acuerde con el grupo de maestros para que el día designado tengan los materiales para hacer la actividad. Mantenga siempre actitud de calma y de

apertura. Evite juzgarse y juzgar a los demás. Siempre escuche y diga anime a que pueden realizar la actividad.

###### Maestro:

* + Asigne a cada estudiante traer plastilina de colores
  + En el salón. Llenar con agua el vaso.

###### Actividad 1:

* + Solicite a los estudiantes estar ubicados en su pupitre.
  + Pregunte a los estudiantes ¿cómo se sienten?, copie en la pizarra las respuestas.
  + Pregunte si hay algo que le esté provocando sentir esa emoción.

###### En el caso de coraje:

* + Provea un ejemplo de algo que le esté molestando y le produzca un coraje:
  + Seleccione un color, explique el porqué del color y empiece a moldearlo según la forma que su coraje le haga moldearlo.
  + Puede ir contando la historia que le está ocasionando el coraje hasta que queda como quisiera que se viera eso que le produce coraje.
  + Solicite a los estudiantes identificar cosas que le hayan producido coraje, que piensen cómo un color puede representar ese coraje y qué le haría a la plastilina moldeándola de la forma que deseen. Apartándola, rompiéndola, separándola… tirándola a la pared (pero solo para propósitos del ejercicio de desahogo). Esta actividad tomará varios minutos.

###### Variante:

* En grupos de tres pueden pegar pedazos de plastilina sobre un mismo papel, aplastándola con los dedos en diferentes direcciones hasta rellenar el papel. Eso da un efecto de mezcla de colores que agrada.
* Exhiba los trabajos o pida que expliquen cómo empezaron y cómo se sintieron al terminar.

###### Qué logra en el estudiante:

* Capacidad de concentración.
* Mejorar los procesos de lecto-escritura.
* Relajación (disminución del stress).
* Motivar la creatividad.
* Mejorar la motricidad fina.
* Buen desarrollo del comportamiento social.

###### Actividad 2: ¿Cómo se pintan las emociones?

**Problema:** Manejo de Emociones **Grados**: (k-3) **Duración:** 10m aprox.

**Emoción**: Coraje/Stress

**Expectativa de conducta:** Sé respetuoso. Se cauteloso. Autocontrol.

**Materiales:** Pintura, papel, pinceles (o palitos) Agua. Mesa

**Criterios:** Se dirige con un tono de voz adecuado, cuidado en seguir instrucciones. Mantener limpio el área.

###### Propósito:

Llevar al estudiante de una conducta que le hace daño a una conducta que lo ayude a sentirse mejor.

###### Paso a paso

* + **Al coach:** Acuerde con el grupo de maestros para que el día designado tengan los materiales para hacer la actividad. Mantenga siempre actitud de calma y de apertura. Evite juzgarse y juzgar a los demás. Siempre escuche y anime a que pueden realizar la actividad.

###### Maestro:

* + - Asigne a cada estudiante traer pintura, pinceles, un vasito plástico, servilleta y un papel 8.5 x 14”
    - En el salón. Llenar con agua el vaso.

###### Actividad 2:

* Organice el lugar; sillas o mesas, disponga de un lugar para demostrar (pizarra o mesa) junto a los materiales.
* Pregunte ¿cómo se sienten? Preste atención a las respuestas. Puede repetir la respuesta o preguntar sobre la respuesta a modo de mostrar atención e interés.
* Pregunte si hay algo que le esté provocando sentir esa emoción.
  + Provea un ejemplo:
    - Cuando no dormimos bien o suficiente, podemos estar malhumorados durante el día y ante cualquier comentario respondemos de forma abrupta (argumentando con palabras y lenguaje corporal hostil)
    - Permita que hablen, muestre atención y siga preguntando a qué creen que se debe
* Entregue papel y solicite a los estudiantes pintar el fondo del color que represente el estado de ánimo o emoción que sienten o deseen expresar en el momento presente. Esta actividad tomará varios minutos.
* En *sitcky note* escribir la emoción que está representando.
* Deje secar el papel mientras explica las distintas emociones.

###### ¿Por qué afectan el comportamiento?

**Resultado esperado (de los estudiantes):**

* Identificar sus emociones.
* Desarrollar autoconciencia (de sus estados emocionales).
* Buscar momentos para calmarse y continuar sus tareas.
* Mantener o mejorar periodos de atención sostenida.

Así a lo largo del año todos están practicando una conducta y un buen número de estudiantes se convierten en modelos de esta conducta.

###### Actividad 3: ZENTAGLE SOBRE PIEDRAS

**Problema**: Manejo de Emociones **Grados**: 4-8 **Duración:** 20m aprox.

**Emoción:** Angustia, tensión

**Expectativa de conducta:** relajado

**Expectativa de conducta:** Sé respetuoso. Ser amable. Se cauteloso. Autocontrol.

**Materiales:** Pintura, pinceles, Piedras y agua

**Criterios:** Controla la efusividad, y el uso de palabras soeces.

**Propósito:** Detectar y Mantener la calma en situaciones de coraje. Buscar la paz entre situaciones de discordia.

###### Paso a paso

* + **Al coach:** Acuerde con el grupo de maestros para que el día designado tengan los materiales para hacer la actividad. Mantenga siempre actitud de calma y de apertura. Evite juzgarse y juzgar a los demás. Siempre escuche y diga anime a que pueden realizar la actividad.

###### Maestro:

* + - Asigne a cada estudiante traer una piedra en una caja
    - En el salón tener disponible agua el vaso.

###### Actividad 3:

* + - Una vez relacionados con el Zentagle, los estudiantes pueden realizar actividades más complejas que los ayuden a relajarse por más tiempo.
    - Las piedras de río son ese objeto que suele pintarse y cuidarse por más tiempo.
    - Pida al estudiante elegir colores que le resulten relajantes (según la sicología del color estos pueden ser azules y verdes, aunque muchas veces por contraste se puede elegir amarillo y blanco.
    - Puede comenzar realizando patrones de flor o diseños variados. Utilizando puntos. **Algunos ejemplos:**



###### Variante:

* Puede ser escribir en la piedra la expectativa de conducta deseada.



###### Variante:

* En grupos de tres pueden pegar pedazos de plastilina sobre un mismo papel, aplastándola con los dedos en diferentes direcciones hasta rellenar el papel. Eso da un efecto de mezcla de colores que agrada.

###### Qué logra en el estudiante:

* Capacidad de concentración.
* Mejorar los procesos de lecto-escritura.
* Relajación (disminución del stress).
* Motivar la creatividad.
* Mejorar la motricidad fina.
* Buen desarrollo del comportamiento social.

#### Actividad de trabajo colaborativo

**Actividad 4: ¿Cómo se pintan las emociones? Problema:** Manejo de Emociones

**Duración:** Variará de la cantidad de estudiantes, tamaño de la pared, tema y expectativas

de comportamiento.

**Conducta:** Emoción de Tristeza

**Expectativa de conducta:** Colaboración. Amabilidad. Alegría.

**Materiales:** Pintura, papel, pinceles (o palitos) Agua. Mesa

**Criterios:** Reconoce sus propias emociones. Comunica lo que siente a través del arte. Busca controlar sus emociones de acuerdo a las circunstancias.

**Propósito:** Llevar al estudiante de una conducta que le hace daño a una conducta que lo ayude a sentirse mejor.

**Paso a paso** MURAL

* **Al coach:** Acuerde con el grupo de maestros para que el día designado tengan los materiales para hacer la actividad. Mantenga siempre actitud de calma y de apertura. Evite juzgarse y juzgar a los demás. Siempre escuche y diga anime a que pueden realizar la actividad.

###### Maestro:

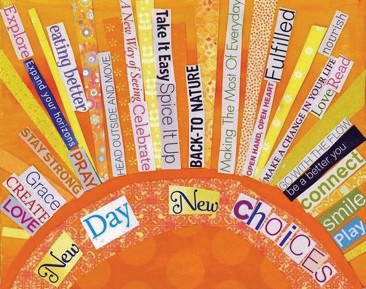
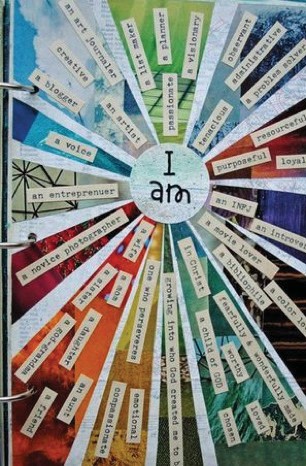
* + Asigne a cada estudiante traer pintura, pinceles, un vasito plástico, servilleta y un papel 8.5 x 14”
  + En el salón. Llenar con agua el vaso.

###### Actividad 4:

* Proponga a los estudiantes la creación de un mural que exprese las expectativas de conducta que queremos practicar y ejemplos de cómo las logramos.
* Anote en la pizarra junto a las expectativas que los estudiantes propongan.
* Discuta las ideas de cómo lo pueden presentar visualmente.
* Facilite con ejemplos y ayude a que los estudiantes elijan de acuerdo a los materiales que tienen.

###### Algunos ejemplos:



Sistema de recompensa:

El que mejor se haya comportado durante la creación del Mural realizará el corte de cinta durante la inauguración del Mural.

#### Actividades de Mindfullnes y Artes Visuales

###### Mindfullnes ¿Por qué afectan el comportamiento?

La neurociencia cognitiva ha descubierto que la práctica del Mindfullnes ayuda al cerebro a funcionar mejor conectando a las neuronas entre sí. Esta técnica se utiliza para cuando los pensamientos están revueltos por algún motivo. Es la manera en que el cerebro se hace sentir cuando la amígdala ha sido activada por estrés o miedo. Si bien esta técnica puede mejorar emocionalmente a la persona, también le ayuda a aumentar su habilidad para concentrase en tareas. Su práctica de forma continua permite transpolar esa la atención sostenida hacia otros escenarios con otros contenidos, temas, o tareas manuales que requiera atención.

###### Artes visuales

La neurociencia cognitiva también ha estudiado cómo el cerebro responde al contraste y al movimiento. Observar el movimiento despierta en el cerebro los sistemas emocionales y de recompensa. En el sistema emocional se liberan neurotransmisores como dopamina y serotonina desde la amígdala que fluyen por el lóbulo prefrontal abriendo espacio para el pensamiento racional y consiente, mientras activa la ínsula que es el centro del placer.

###### Actividad 5: Dibujo

**Conducta:** Estrés **Duración:** 10m aprox.

**Expectativa de conducta:** Estar relajado. Prestar atención, concentración

**Materiales:** Papel, marcador

###### Propósito:

* Buscar calma y concentración.

###### Paso a paso

* Organice a los estudiantes en círculo en el piso, mesa o en su pupitre.
* Hable sobre el stress. ¿Qué es?
* Anote en una parte de la pizarra ¿Qué lo produce? Y en otra parte de la pizarra: ¿Cómo podemos trabajar con el estrés?
* Entregue un papel de color en blanco con un marcador y tijera.
* Cada estudiante calcará la silueta del brazo de un compañero y la recortará.
* Cada estudiante elegirá una frase de cómo responder ante el estrés y la escribirá en la parte del papel que desee.
* Coloque música suave. Muestre cómo dibujar con patrones.
* Pida a los estudiantes dibujar líneas siguiendo un patrón hasta que complete el recorte.

###### Resultado esperado (de los estudiantes):

* Identificar sus emociones.
* Desarrollar autoconciencia (de sus estados emocionales).
* Buscar momentos para calmarse y continuar sus tareas.
* Mantener o mejorar periodos de atención sostenida.

###### Actividad 6: Jarra de brillo

**Conducta:** Ansiedad, inquietud Duración: 10m aprox. **Expectativa de conducta:** Estar relajado. Prestar atención, concentración **Materiales:** Botella de agua, o jarra de mantequilla, bolsita de brillo.

###### Propósito:

* + Buscar calma y concentración.

###### Paso a paso

* + - **Al coach:** Acuerde con el grupo de maestros para que el día designado traigan una botella de plástico o un pote de mantequilla de maní, mayonesa o equivalente y una bolsita de brillo del color de su preferencia.
    - **En el salón.** Llenar con agua y vaciar el brillo en el envase de mantequilla de maní. Sellar al terminar. Puede también traer una botellita de agua, pedirle a los estudiantes que se tomen un poco para que al echarle el brillo no se desborde, sellarla con la tapita.

###### Actividad 6:

* + - * Organice a los estudiantes en círculo en el piso. En posición de indio y con la botella frente a ellos (que se pueda alcanzar con los brazos).
      * Pedirles a todos que a la cuenta de tres tomen la botella y la agiten y vean que así son las emociones, a veces estamos revueltos, pero si nos sentamos y respi- ramos profundo y tenemos pensamientos positivos al igual que el brillo se agitó luego fue al fondo y se acomodó. La enseñanza es que todo puede volver a la calma.
      * Ahora vamos a repetir el ejercicio y las instrucciones son que vamos a hacer silencio, a la cuenta de tres vamos a agitar la botella, tienen que observar el brillo acomodarse, ver y esperar con calma y observando hasta que el brillo se deposite en el fondo (atención plena). También puedes hacer el ejercicio con música de fondo.
      * Los estudiantes deben permanecer con sus botellas en la parte de abajo del pupitre o el maestro guardarlas en el salón. Si un estudiante está inquieto o ansioso se le puede dar la botella, pedirle que la agite y que observe y vea cómo las partículas se van al fondo, al mismo tiempo va haciendo sus respiraciones profundas de modo que al igual que las partículas de brillo vuelven a su lugar, el estudiante se vaya calmando y volviendo a una conducta tranquila.
      * Si todo el grupo está revuelto se puede tener como práctica agitar las botellas y esperar que las partículas de brillo se asienten para empezar de nuevo las tareas de la clase.

###### Resultado esperado (de los estudiantes):

* + - * Identificar sus emociones –cuando se sienten ansiosos o inquietos.
      * Desarrollar autoconciencia (de sus estados emocionales).
      * Buscar momentos para calmarse y continuar sus tareas.
      * Mantener o mejorar periodos de atención sostenida.

## Segunda administración de los benchmarks

##### En las últimas tres horas de coaching relacionado a las bellas artes se tienen que administrar los BoQs para conocer el progreso en puntuaciones con los indicadores de calidad de PBIS.

###### Referencias Actividad de Manejo de Emocionas y Artes Visuales Actividad 1:

Sitios Web

* + - * + Castilla la Mancha - [http://ceip-cesarcabanyascaballero.centros.](http://ceip-cesarcabanyascaballero.centros/) castillalamancha.es/content/plastilina-más-que-pasta-para-modelar http:// [www.getty.edu/education/teachers/classroom\_resources/curricula/expressing\_](http://www.getty.edu/education/teachers/classroom_resources/curricula/expressing_) emotions/expressing\_emotions\_lesson01.html
        + Universidad ECCI - [https://www.ecci.edu.co/es/Bogota/taller-libre-modelado-](http://www.ecci.edu.co/es/Bogota/taller-libre-modelado-) en-plastilina-y-dibujo-555?language\_content\_entity=es
        + [http://elva.daxcentre.org](http://elva.daxcentre.org/)

###### Actividad 2:

Fogo, L.G. (2017) Engagement with the visual arts increases mindfulness.

Honors Theses.. University of Tennessee at Chattanooga Sitios Web

* + - * + Getty Center<http://www.getty.edu/education/teachers/classroom_resources/> curricula/expressing\_emotions/expressing\_emotions\_lesson01.html
        + Enhancing Emotional Literacy Through the Arts
        + [http://elva.daxcentre.org](http://elva.daxcentre.org/)
        + Mind Explore Kids - <http://mindexplorekids.org/mind-jars/>

###### Actividad 3:

Sitios Web

* + - * + Pinterest - [https://www.pinterest.cl/](http://www.pinterest.cl/) pin/82120393189288924/?referrer=CwABAAAADDM5MzI0Nzk3MDYzMQA
        + Universidad ECCI - [https://www.ecci.edu.co/es/Bogota/taller-libre-modelado-](http://www.ecci.edu.co/es/Bogota/taller-libre-modelado-) en-plastilina-y-dibujo-555?language\_content\_entity=es
        + [http://elva.daxcentre.org](http://elva.daxcentre.org/)

###### Actividad 4:

Fogo, L.G. (2017) Engagement with the visual arts increases mindfulness.

Honors Theses.. University of Tennessee at Chattanooga Sitios Web

* + - * + Pinterest
        + Trabajo colaborativo Arte PBIS

###### Actividad 5:

Fogo, L.G. (2017) Engagement with the visual arts increases mindfulness.

Honors Theses.. University of Tennessee at Chattanooga Sitios Web

* + - * + Education Closet - https://educationcloset.com/2016/01/05/zentangle-goal- setting-precision-patterns-perseverance/
        + Mind Explore Kids - <http://mindexplorekids.org/mind-jars/>

###### Actividad 6:

Fogo, L.G. (2017) Engagement with the visual arts increases mindfulness.

Honors Theses.. University of Tennessee at Chattanooga Sitios Web

* + - * + Mindfullness in School - //mindfulnessinschools.weebly.com/art-activities.html
        + Mind Explore Kids - <http://mindexplorekids.org/mind-jars/>

## Notas: