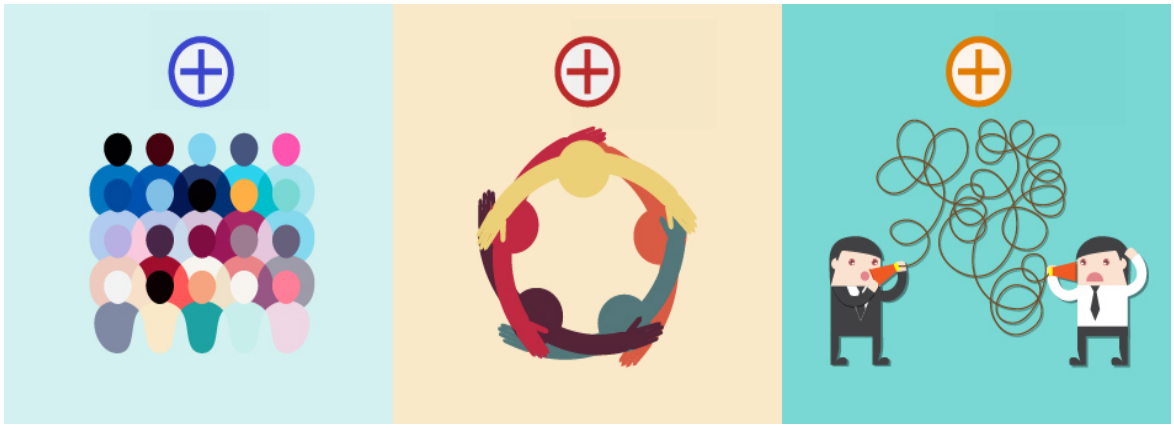
Ambiente escolar positivo y seguro. Cohesión grupal

Para comenzar, ¿qué voy a aprender?

. Para comenzar

En esta situación de aprendizaje tratarás los siguientes contenidos.

Pulsa en los iconos para ver con qué saberes se relacionan. Para ello tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma "Bienestaremocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)



¿Qué voy a aprender?

¿Has visto a una persona que sea físicamente exactamente igual a otra? ¿Conoces a dos personas que piensen y sientan lo mismo en cada situación? Cada uno de nosotros es un ser único, con características, talentos y personalidades que nos hacen especiales. En este mundo, nadie es igual al otro. Celebremos nuestras diferencias. Juntos creamos un mosaico colorido y maravilloso que enriquece nuestra vida.

En esta unidad, nos sumergiremos en un mundo de **aprendizaje y crecimiento personal**, fortaleciendo al mismo tiempo nuestras **habilidades sociales y emocionales**. ¿Has oído hablar alguna vez de la cohesión grupal? Aprenderemos a trabajar en equipo, reconociendo y valorando las **fortalezas individuales** de cada miembro y cómo se combinan para lograr grandes resultados.

También exploraremos la importancia de valorar las diferencias entre los seres humanos. ¡Qué aburrido sería si todos fuésemos iguales! Cada persona es única y especial, y nuestras diferencias nos enriquecen. Aprenderemos a **apreciar y respetar las diversas perspectivas que cada uno aporta al grupo**.

El **diálogo y la comunicación** positiva serán habilidades clave que desarrollaremos. Aprenderemos a escuchar activamente, a expresar nuestras ideas y sentimientos de manera respetuosa.

¿Te apetece embarcarte en un montón de actividades en las que tendremos la oportunidad de compartir nuestras experiencias? Vamos allá.

. Itinerario de aprendizaje

Lectura facilitada

Para comenzar. ¿Qué voy a aprender?

Presentación de la situación de aprendizaje y del producto final que se elaborará.

Tan iguales y tan diferentes

Respeto y valoración de la diversidad, unidos en nuestras diferencias.

La unión hace la fuerza

Se trabajará la cohesión grupal y el trabajo en equipo; juntos somos más fuertes, unidos alcanzamos grandes logros.

¿Hablando se entiende la gente?

Comunicación positiva, verbal y no verbal. Palabras de respeto, corazones abiertos.

Para terminar. ¿Qué he aprendido?

Elaboración de la evaluación y el producto final de la situación de aprendizaje.

Consejos para las actividades

Trabajo individual

Lee con atención el enunciado.
Es importante que entiendas qué te están preguntando. Para conseguirlo, primero tienes que dedicar un tiempo a concentrarte. Después, lee el enunciado tantas veces como sea necesario, hasta comprenderlo con exactitud.

Dedica unos minutos a reflexionar.
No tengas prisa; es mejor que pienses con calma tu respuesta. Puedes subrayar lo más importante, hacer un resumen o anotar las ideas que te vienen a la cabeza. Después, contrasta todas tus ideas y escoge la respuesta más adecuada para resolver el enunciado.

Escribe las respuestas.
Cuando hayas decidido la respuesta más adecuada, escríbela. Tu docente te dirá si debe ser escrito a mano o en el ordenador. De cualquier forma, recuerda que es importante la presentación: sin tachones, con letra clara, texto ordenado, respeta los márgenes y presta atención a la ortografía.

Repasa el ejercicio.
No olvides repasar tus respuestas; comprueba que son las correctas antes de finalizar la actividad.

Si tienes dudas, pregunta a tu docente.
Tu docente siempre está para ayudarte y enseñarte. Si hay algo que no entiendes con claridad, pregúntale. Recuerda respetar el trabajo de tus compañeros: levanta la mano, habla bajo y utiliza las "palabras mágicas" (por favor, gracias).

Trabajo en parejas

Leed con atención el enunciado.
Es importante que entendáis qué os están preguntando. Dedicad un tiempo a concentraros y leed el enunciado tantas veces como sea necesario, hasta comprenderlo con exactitud.

Estableced turnos de palabra.
Antes de realizar la actividad, decidid los turnos de palabra. Marcad los tiempos para hablar y el orden; debéis poneros de acuerdo y hacer un reparto en igualdad de condiciones.

Respeta a tu pareja.
Daos tiempo para terminar; no tengas prisa para explicar tus ideas. Respeta a tu compañero, no le presiones y espera a que finalice para poner en común la actividad.

Anota tus respuestas.
Si es necesario, puedes apuntar tus respuestas antes de exponerlas. Te ayudará a ordenar las ideas y a explicarlas mejor.

Escucha con atención.
Presta atención a lo que dice tu compañero para entender de verdad. A la hora de hablar, recuerda: respeta los turnos y las opiniones, habla bajo, expón tus ideas sin imponerlas y utiliza las "palabras mágicas" (por favor, gracias).

Trabajo en pequeños grupos

Sois un equipo.
Juntos haréis la actividad, debéis tomar todas las decisiones poniéndoos de acuerdo para trabajar como un equipo unido. Estableced la forma para llegar a un consenso entre todo el grupo. Podéis hacerlo levantando la mano o escribiéndolo en un papel. Acepta con respeto las ideas de la mayoría.

Todos debéis participar.
Da igual el número de personas que forméis el grupo, todas deben participar. Se trata de colaborar y trabajar en equipo para realizar la actividad. Decidid el reparto de tiempos y respetadlo. Sentaos juntos de forma que podáis ver la cara de todos.

Organizad el trabajo.
Es importante que decidáis qué roles habrá en el equipo y qué tareas se realizarán. Después, designad quién asumirá cada rol y quién hará cada tarea. ¿Quién será portavoz? ¿Quién dará los turnos de palabra? Os ayudará a trabajar de forma más ordenada.

Compartid ideas.
Se trata de debatir y no de discutir. No tengas prisa por explicar tus ideas. Escucha las opiniones de tus compañeros con atención para poder entender qué quieren decir. Cuantas más ideas se expresen, mejores opciones para realizar la actividad.

Respeta a tus compañeros.
Permanece en tu sitio, con tu equipo, sin moverte por la clase. Sé amable y cordial. Cumple las tareas asignadas. A la hora de hablar, recuerda: pide la palabra, respeta los turnos, los tiempos y las opiniones, habla bajo, expón tus ideas sin imponerlas y utiliza las "palabras mágicas" (por favor, gracias).

Trabajo en gran grupo

Sois un equipo.
Juntos haréis la actividad, debéis tomar todas las decisiones poniéndoos de acuerdo para trabajar como un equipo unido. Estableced la forma para llegar a un consenso entre todo el grupo. Podéis hacerlo levantando la mano o escribiéndolo en un papel. Acepta con respeto las ideas de la mayoría.

Todos debéis participar.
Da igual el número de personas que forméis el grupo, todas deben participar. Se trata de colaborar y trabajar en equipo para realizar la actividad. Decidid el reparto de tiempos y respetadlo. Sentaos juntos de forma que podáis ver la cara de todos.

Organizad el trabajo.
Es importante que decidáis qué roles habrá en el equipo y qué tareas se realizarán. Después, designad quién asumirá cada rol y quién hará cada

tarea. ¿Quién será portavoz? ¿Quién dará los turnos de palabra? Os ayudará a trabajar de forma más ordenada.

Compartid ideas.
Se trata de debatir y no de discutir. No tengas prisa por explicar tus ideas. Escucha las opiniones de tus compañeros con atención para poder entender qué quieren decir. Cuantas más ideas se expresen, mejores opciones para realizar la actividad.

Respeta a tus compañeros.
Permanece en tu sitio, con tu equipo, sin moverte por la clase. Sé amable y cordial. Cumple las tareas asignadas. A la hora de hablar, recuerda: pide la palabra, respeta los turnos, los tiempos y las opiniones, habla bajo, expón tus ideas sin imponerlas y utiliza las “palabras mágicas” (por favor, gracias).

Para realizar las actividades interactivas tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de “Bienestar emocional”

Tan iguales, tan diferentes

Todos somos únicos y especiales

Vamos a descubrir algo maravilloso: **¡todos somos únicos y especiales!** En esta unidad aprenderemos, por tanto, a valorar y respetar las diferencias entre nosotros. Cada uno tiene su propio conjunto de habilidades, talentos e intereses que lo hacen especial. Al reconocer y celebrar estas diferencias, **construiremos un ambiente de amistad y respeto donde todos nos sentiremos valorados por lo que somos**.

Nuestras diferencias nos complementan

Recuerda esta frase: **nuestras diferencias nos complementan**. Somos como un gran puzle de miles y miles de piezas, todas únicas, todas imprescindibles. A medida que destapemos las características maravillosas de cada una de las piezas, también descubriremos lo que tenemos en común. Aunque seamos diferentes, todos compartimos el deseo de ser amados, respetados y aceptados. Aprenderemos a **mirar más allá de las apariencias** y a conectarnos con las emociones y sueños que nos unen como niños y como seres humanos.

Aprender de los demás compartiendo ideas y ayudándonos

Para vivir en sociedad, que no es otra cosa que ser parte de una comunidad que comparte vida, es muy importante **aprender de los demás compartiendo ideas y ayudándonos mutuamente**. Para ello, es fundamental tener **empatía**; tratando de entender cómo se siente y

qué necesita el otro, experimentamos diferentes afectos hacia las personas que nos rodean y nos ayudan a entendernos. Los afectos son emociones y sentimientos que podemos sentir, como el amor, la felicidad, la alegría, el enfado o la tristeza. Es normal sentir diferentes afectos en diferentes momentos, y es importante aprender a manejarlos adecuadamente.

Nuestra primera experiencia social es con la familia. En ella, aprendemos muchos valores, tradiciones y hábitos que nos ayudan a crecer y desarrollarnos. También encontramos personas con las que compartir la amistad, que no es más que una relación especial entre dos o más personas que se quieren, se respetan y se apoyan mutuamente.

Finalmente, subimos el último escalón de los afectos en la vida en sociedad, llegando al amor, que es un sentimiento poderoso y positivo que tenemos hacia las personas importantes para nosotros.

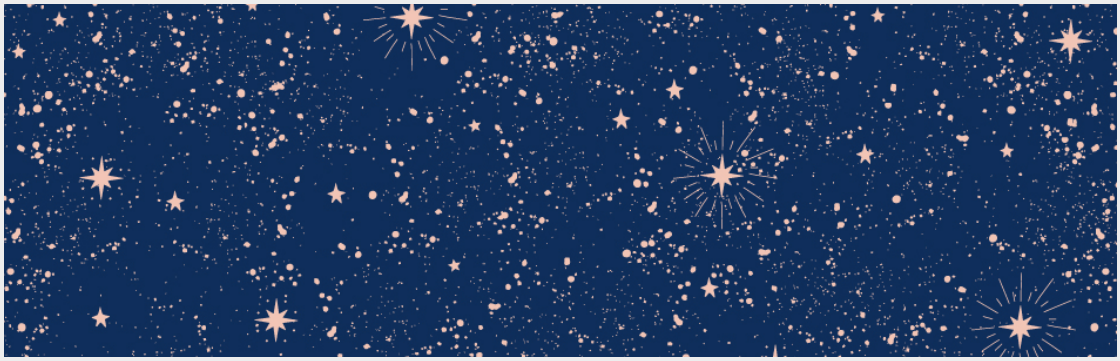
Valorar las diferencias entre personas

Valorar las diferencias entre personas es fundamental para crear un mundo donde todos nos sintamos respetados y aceptados.

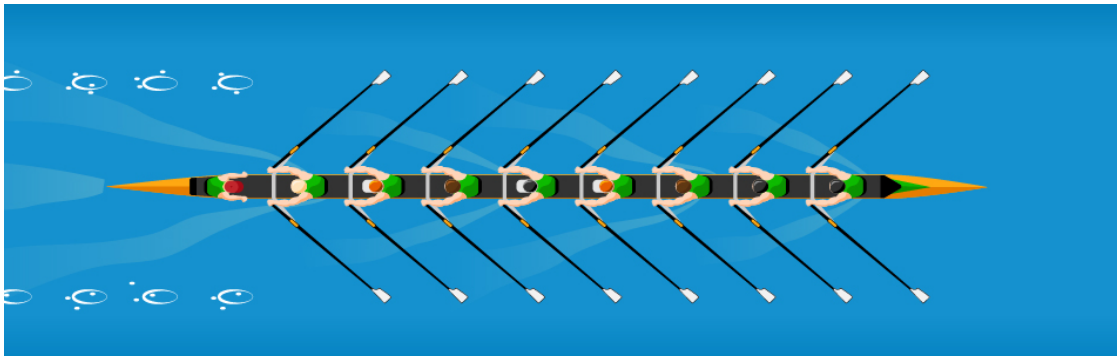
El diálogo y la escucha serán nuestros poderosos aliados en la interrelación con los demás. Aprenderemos a utilizar el diálogo como un canal de comunicación positiva y constructiva. Al escuchar activamente y expresar nuestras ideas de manera respetuosa, crearemos un espacio de entendimiento.

Aprenderemos a valorar nuestras propias fortalezas y a reconocer y apreciar las virtudes de los demás. Juntos crearemos un mosaico vibrante y diverso. En un mundo lleno de colores y formas, la diversidad es el ingrediente mágico que lo hace especial. Cada persona, cada compañero o compañera que tienes a tu lado es como una estrella en el cielo: brillante, luminosa…, única. Al mirar a nuestro alrededor, descubrimos que la diversidad está en todas partes: en los colores de nuestra piel, en

nuestras costumbres culturales y en las diferentes formas en las que vemos el mundo.



¿Has visto alguna vez una competición de traineras?



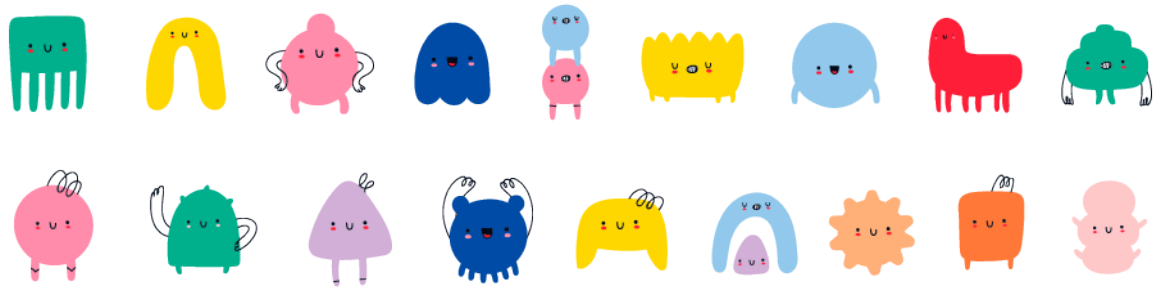
Desde lejos, todos los componentes del barco parecen iguales, pero nada más lejos de la realidad. Cada deportista que ves remar es diferente al otro, pero juntos, poniendo su talento y sus diferentes características a disposición del equipo, hacen que la embarcación llegue a meta alcanzando una velocidad que ninguna persona por sí sola podría lograr. Recuerda: tanto en el deporte como en la vida, "nadie es tan bueno como todos juntos".

Escucha o lee

Escucha el siguiente relato.

Para escuchar el audio que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)

<ud10ep_audio1_ap2_bosque.mp3>



Lectura facilitada

Había una vez un bosque encantado donde vivían criaturas de todas las formas y tamaños. Había animales grandes y pequeños, de colores brillantes y oscuros, con patas, alas y aletas. Aunque eran diferentes en apariencia, todos convivían en armonía. Un día, el bosque fue golpeado por una fuerte tormenta. Los árboles temblaban y las criaturas se refugiaban en sus madrigueras. Después de que la tormenta pasara, se dieron cuenta de que un árbol majestuoso había caído, bloqueando el camino que solían tomar.

Las criaturas se reunieron y comenzaron a buscar una solución.

El pájaro más pequeño propuso volar por encima del árbol caído, mientras que el conejo sugirió cavar un túnel por debajo. El pez dijo que podría encontrar un camino a través de un arroyo cercano. En lugar de discutir sobre cuál era la mejor opción, las criaturas se dieron cuenta de que cada uno tenía una habilidad única para superar el obstáculo. Juntos, trabajaron en equipo y utilizaron sus diferentes fortalezas para encontrar una solución creativa. El pájaro voló por el aire, el conejo cavó un túnel y el pez encontró una ruta acuática. Así, cada criatura superó el obstáculo de una manera única, pero, al final, todos llegaron al otro lado del árbol caído.

Desde aquel día, el bosque encantado se convirtió en un lugar donde las diferencias eran celebradas y cada criatura era valorada por su singularidad. Aprendieron que la diversidad los fortalecía y que, al unir sus diferentes habilidades, podían lograr cosas asombrosas.

Actividad 1

Contesta a estas preguntas seleccionando la respuesta que creas correcta.

Para realizar esta actividad tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)

Pulse aquí para jugar

Actividad 2. La fiesta de los superhéroes

Duración: 30 minutos
Agrupamiento: gran grupo

Es el momento de realizar una actividad grupal muy divertida. Seguro que te resulta muy fácil identificar los poderes de tus superhéroes favoritos. Pues vas a hacer lo mismo, pero con tus compañeros de clase.

1. Colócate, ayudado de celo o cinta adhesiva, un folio en blanco en la espalda. Cuando el profesor haga sonar la música, dará comienzo la fiesta de los superhéroes.
2. Muévete con total libertad por el aula, y párate en las espaldas del compañero que te encuentres en tu camino. Con la ayuda de un bolígrafo, escribe o dibuja algún superpoder que le atribuyas (ejemplos: "Eres muy generoso" / "Eres muy rápido corriendo" / "Eres muy divertida" …).
3. Cuando la música deje de sonar, vuelve a tu pupitre. Puedes despegarte el folio de la espalda y comprobar lo maravilloso y especial que eres.
4. Comparte con tus compañeros tus impresiones sobre la actividad.

Actividad 3. La sopa de letras de mis superpoderes

Duración: 15 minutos
Agrupamiento: individual

Con algunas de las virtudes que han destacado de ti tus compañeros (y, si quieres, con alguna otra característica que sabes que tienes), vas a crear tu propia sopa de letras.

1. Rellena los cuadros con las palabras que te definen y rellena los huecos que queden con letras al azar.
2. Intercambia la sopa de letras con tu compañero y localiza sus superpoderes señalando las palabras que lo definen.

La unión hace la fuerza

Trabajo en equipo y moralidad

Trabajo en equipo

La analogía de intentar romper una hoja de papel individualmente frente a un montón de hojas apiladas nos muestra la importancia de la unión y el trabajo en equipo en nuestra vida. Al unir fuerzas y colaborar, somos capaces de superar desafíos que podrían parecer imposibles de enfrentar en solitario. Esta unión está estrechamente relacionada con las **reglas de convivencia**, que son como las normas de un gran juego en el que todos participamos y compartimos espacio y tiempo. Estas reglas son fundamentales para el respeto mutuo en nuestras relaciones con amigos, familiares, vecinos y compañeros.

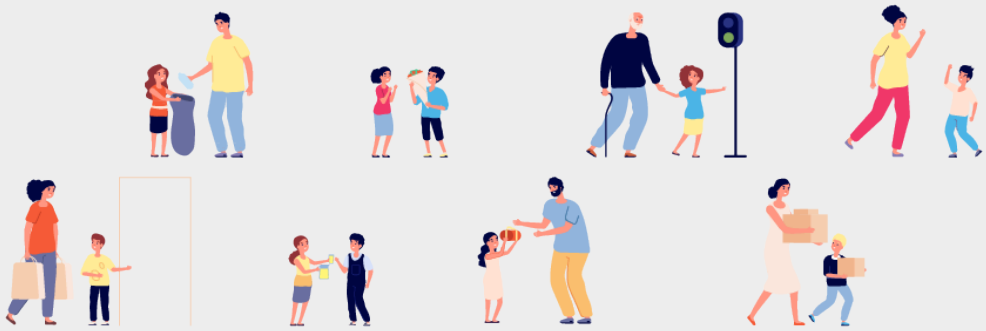
El **trabajo en equipo** es un ejemplo destacado de cómo la colaboración puede llevar al éxito. En el deporte, por ejemplo, aunque alguien sea talentoso en un deporte colectivo, como balonmano o baloncesto, es la combinación de habilidades y el apoyo del equipo lo que lleva al triunfo. En la vida, cada uno aporta sus habilidades y talentos al grupo, y trabajar juntos nos permite combinar ideas para resolver problemas y alcanzar metas. Sin embargo, el trabajo colaborativo requiere paciencia, respeto y cooperación, ya que las diferencias de opinión pueden surgir. Aprender a escuchar y comprometerse se vuelve fundamental en estas situaciones.

Moralidad

La **moralidad**, que es un conjunto de valores y principios que guían nuestras acciones y decisiones en la vida, también juega un papel clave

en la convivencia y la colaboración. Nos ayuda a distinguir entre lo que está bien y lo que está mal, y nos motiva a hacer lo correcto. Por ejemplo, la moralidad nos impulsa a ayudar a alguien que lo necesita, a ser honestos y respetuosos, a tratar a los demás con amabilidad. Aprendemos sobre la moralidad en el hogar, la escuela y la sociedad, y nos ayuda a ser personas responsables y buenas.

La **conducta cívica**, como un traje especial de ciudadanos responsables, se refiere a cómo nos comportamos en la sociedad. Respetar las normas de convivencia, moralidad y legalidad contribuye al bienestar colectivo. El respeto a las reglas de convivencia, como decir "por favor" y "gracias", compartir y cuidar materiales, y tratar a los demás como nos gustaría ser tratados, construyen relaciones positivas y un ambiente armonioso. La **legalidad** nos recuerda que debemos cumplir con las leyes y normas establecidas por el Gobierno para mantener el orden y proteger los derechos en la sociedad. Actuar de manera legal, como respetar las señales de tránsito y no robar, contribuye a la seguridad y la justicia.



Comprender las leyes desde edades tempranas es esencial para ser ciudadanos responsables. La conducta cívica abarca acciones como votar, cuidar el medio ambiente y respetar los espacios públicos, y es fundamental para construir una comunidad en la que todos se preocupen por el bienestar de los demás y colaboren para mejorar el entorno. Así, la unión, el trabajo en equipo, la moralidad y la conducta cívica nos permiten construir un mundo más armonioso y justo.

En el siguiente enlace podrás ampliar información visualizando una guía para mejorar las relaciones en el aula.

Beneficios de la cohesión grupal y el trabajo en equipo

Comunicación constante

Un equipo de científicos intercambia información y descubrimientos de manera continua para avanzar en la investigación contra el cáncer.

Objetivo común

Un grupo de voluntarios se unen para limpiar un parque y restaurar su belleza natural.

División de tareas

En un restaurante, cada miembro del equipo tiene su rol específico, desde el chef que cocina los platos hasta el camarero que atiende a los clientes.

Apoyo mutuo

En una familia, los hermanos se apoyan mutuamente en momentos de dificultad.

Persistencia y perseverancia

En la clase de 5.º A, varios grupos de alumnos trabajan de manera cooperativa para realizar un trabajo de investigación en la materia de Ciencias Sociales.

Actividad 1

Las hormigas y el trabajo en equipo

Lee con atención este texto sobre las hormigas que demuestra que son un gran ejemplo de cohesión grupal y trabajo en equipo:

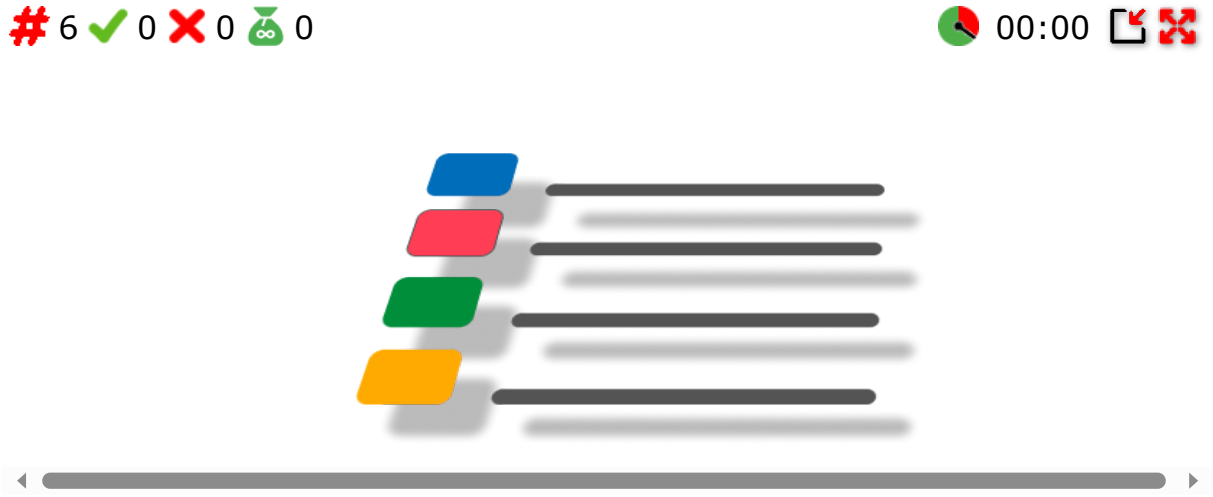
Las hormigas son unos pequeños insectos que demuestran un increíble trabajo en equipo. A pesar de su tamaño diminuto, logran grandes cosas cuando se unen para trabajar en favor de un objetivo común: cuidar y alimentar a su colonia. La clave de su éxito radica en la **comunicación constante** que mantienen entre sí. Utilizan feromonas y vibraciones para transmitir información importante, como la localización de fuentes de alimento o peligros potenciales.

Cada hormiga tiene un papel específico dentro de la colonia debido a su **división de tareas**. Algunas hormigas se dedican a recolectar comida, mientras que otras construyen y mantienen el hormiguero. También hay hormigas que cuidan de las crías y las protegen. Esta organización en roles y tareas permite que el trabajo sea más eficiente y se pueda atender a las necesidades del grupo de manera efectiva.

Lo más asombroso es el **apoyo mutuo** que demuestran. Si una hormiga encuentra una carga demasiado pesada para llevar sola, sus compañeras acuden en su ayuda sin dudarlo. Juntas, colaboran para superar obstáculos y enfrentar desafíos, demostrando que la unión hace la fuerza.

La **persistencia y perseverancia** de las hormigas son impresionantes. A pesar de los obstáculos que puedan encontrar en su camino, nunca se rinden. Siempre buscan soluciones y siguen adelante con determinación para alcanzar sus objetivos. Estas pequeñas criaturas nos enseñan que, con trabajo en equipo, comunicación constante y apoyo mutuo, se pueden lograr cosas increíbles.

Para realizar esta actividad tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)



Pulse aquí para jugar

Actividad 2

Duración: 30 minutos
Agrupamiento: individual

Dibuja una hormiga como la de la imagen (puedes añadirle algún complemento de superhéroe que la haga especial, como una capa o unas gafas

especiales). A continuación, indica cuáles crees que son las **tres características** que hacen de las hormigas unos animales tan simbólicos y **explica tus razones**. Al terminar, comparte tus impresiones con el resto de los compañeros.

RECUERDA

Cuando nos unimos y trabajamos en grupo, nuestras habilidades y esfuerzos se combinan, convirtiéndonos en un equipo poderoso; nos sentimos orgullosos y nos damos cuenta de que formamos parte de un grupo, una comunidad, o una clase, por ejemplo. Con nuestro esfuerzo conjunto, podemos alcanzar nuestras metas, aprender, divertirnos y hacer del mundo un lugar mejor para todos.

¡La unión hace la fuerza y juntos podemos lograr cosas increíbles!

Puedes inspirarte también en el siguiente vídeo.

Para visualizar el vídeo que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/inc

https://www.youtube.com/embed/Ai7K8kNZNUo

Escucha o lee

Escucha la siguiente historia sobre los agricultores de Villa Hormiga. Concéntrate para comprender bien la historia y los detalles clave.

Para escuchar el audio que figura a continuación tienes que acceder a la versión web de esta unidad didáctica que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)

<ud10ep_audio2_ap3_villahormiga.mp3>

Lectura facilitada

Lee la siguiente historia sobre los agricultores de Villa Hormiga. Concéntrate para comprender bien la historia y los detalles clave.

Hace muchos años, en un pequeño pueblo llamado Villa Hormiga, se produjo un hecho que demostró de manera contundente que la unión hace la fuerza.

En aquel lugar, los habitantes dependían en gran medida de la agricultura para su sustento. Durante una temporada de sequía prolongada, los cultivos comenzaron a marchitarse y la situación se volvió desesperante. Los agricultores estaban preocupados, ya que sus familias y la comunidad en general dependían de las cosechas para sobrevivir. En medio de la angustia, un grupo de agricultores decidió unirse y formar una cooperativa. Compartieron sus conocimientos, recursos y fuerzas para encontrar una solución conjunta. Cada uno aportó lo que podía: algunos brindaron semillas, otros herramientas y maquinaria, y algunos compartieron técnicas de riego eficientes.

Juntos, comenzaron a trabajar en los campos, aprovechando cada gota de agua disponible. Se ayudaban mutuamente, compartiendo las tareas y ofreciendo palabras de aliento en momentos difíciles. A medida que trabajaban en equipo, surgía un sentido de comunidad y solidaridad que se hacía cada día más fuerte.

La cooperativa implementó sistemas de riego más eficientes, como el riego por goteo, que permitía optimizar el uso del agua. Los agricultores también compartieron técnicas de cultivo sostenible que ayudaban a conservar la humedad y nutrir el suelo. A medida que avanzaban, los cultivos empezaron a recuperarse lentamente.

La noticia de la cooperativa se extendió por Villa Hormiga y más y más vecinos se unieron al proyecto ofreciendo su ayuda, desde donaciones de agua hasta

tiempo voluntario en los campos. Todos se dieron cuenta de que la unión era la clave para superar la difícil situación.

Finalmente, llegó el día de la cosecha. Los agricultores, con los brazos cansados pero llenos de esperanza, recolectaron los frutos de su trabajo en equipo. Las cosechas fueron abundantes y los cultivos se veían más saludables que nunca.

La unión de los agricultores no solo salvó sus cultivos, sino que también fortaleció los lazos entre ellos e hizo de Villa Hormiga un lugar más feliz y solidario.

Actividad 3

A continuación, encontrarás diez preguntas sobre el texto. Decide, en cada una de ellas, si la afirmación es verdadera o falsa en relación con el contenido de la historia.

Para realizar esta actividad tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)

10 0 0 0 00:00

Pulse aquí para jugar

Si las hormigas...

Si las hormigas son un ejemplo animal de que la frase ***la unión hace la fuerza*** es una realidad, las **cooperativas** son uno de los muchos ejemplos en los que los seres humanos somos más eficientes y operativos trabajando en equipo. Su enfoque en la colaboración, el trabajo en equipo y la solidaridad demuestra que, al unir nuestros esfuerzos y talentos, podemos lograr resultados extraordinarios que benefician a todos los involucrados. La unión de varias personas que persiguen un mismo fin siempre es motor de cambio positivo, además de contribuir a una sociedad más sostenible

Las cooperativas tienen características distintivas que las diferencian de otras formas de organización. Estas son algunas de las **características de las cooperativas**:

Propiedad y control democrático

En una cooperativa, todos los miembros tienen voz y voto en la toma de decisiones importantes.

Beneficio mutuo

El objetivo principal de una cooperativa es satisfacer las necesidades de sus miembros a través de la cooperación.

Ayuda y solidaridad

Todos trabajan juntos y se apoyan unos a otros para alcanzar objetivos comunes.

Compromiso

Además de satisfacer las necesidades de sus miembros, también trabajan para mejorar la calidad de vida de la comunidad en general.

Actividad 4

Las cooperativas: un ejemplo de unión efectiva

Para realizar esta actividad tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)

Rellena las frases incompletas colocando las palabras de la siguiente lista:

metas - colectivo - unión-individual - cooperativa - grupo - fuerza - habilidades - colaborativa - beneficio

- Una [ ] es una forma de organización en la cual las personas trabajan juntas por un objetivo común.
- La [ ] es una poderosa herramienta que permite alcanzar [ ] más grandes de las que podríamos lograr solos.
- Cuando un [ ] de personas trabaja de forma [ ] , pueden superar obstáculos y lograr grandes éxitos.
- La [ ] de un [ ] radica en su capacidad para trabajar por el [ ] común.
- Las cooperativas valoran la diversidad de [ ] de sus miembros, reconociendo que cada uno tiene algo único que aportar.
- En los deportes colectivos, el talento [ ] puede ganar un partido, pero la fuerza del colectivo gana campeonatos.

Enviar

Actividad 5

Duración: 15 minutos
Agrupamiento: pequeños grupos

Escribid una historia que ejemplifique la idea de que la unión hace la fuerza **con la técnica del folio giratorio**: un miembro del grupo escribe la primera frase de la historia, y pasa el folio al siguiente compañero para que este continúe la historia. El folio rotará de componente en componente hasta que la historia llegue a su fin.

¿Hablando se entiende la gente?

Hablemos

“Hablando se entiende la gente”. ¿Alguna vez has escuchado esa frase? Es un dicho muy sabio que nos enseña la importancia de comunicarnos de manera positiva para entender y ser entendidos por los demás.

El diálogo

Diálogo significa compartir nuestras ideas, pensamientos y sentimientos con otras personas. Cuando aprendemos a hablar con respeto, escuchando atentamente a los demás y expresando nuestras opiniones de forma amable, podemos resolver conflictos y aprender un montón de cosas nuevas. Para ello es imprescindible la **escucha activa**, que implica prestar atención a lo que dice la otra persona y tratar de entender su punto de vista; la empatía, que consiste en ponerse en el lugar del otro; y el respeto, que nos lleva a tratar a los demás con consideración, incluso si no estamos de acuerdo con ellos. Cuando esto ocurre, recuerda que para expresar tus opiniones debes seguir unas normas de argumentación básicas, como presentar razones y evidencias, evitar mentiras y centrarte en responder al contenido de las ideas de la otra persona, sin atacarla personalmente.

Comunicación verbal y no verbal

Tanto la forma en que hablamos como la manera en que nos movemos y expresamos son muy importantes para entender a los demás. Aprendiendo ambas cosas, podemos comunicarnos mejor y entender lo que sienten y piensan las personas en diferentes situaciones.

La comunicación en palabras se llama **comunicación verbal**. Es cuando usamos las palabras para contar cosas, expresar emociones o dar información. Pero no solo importa lo que decimos, también cómo lo decimos, como si estamos tristes o contentos. La comunicación sin palabras se llama **comunicación no verbal**. Son los gestos que hacemos, las caras que ponemos, cómo movemos el cuerpo y cómo miramos. A veces, nuestros gestos y caras dicen lo que realmente sentimos, incluso si tratamos de esconderlo con palabras.

Saber entender tanto las palabras como las caras y gestos nos ayuda a entender mejor lo que los demás quieren decir. ¡Es como descifrar un mensaje secreto! Aprender esto nos ayuda a ser buenos amigos y entender cómo se sienten las personas.

Comunicación verbal

- Se basa en el uso de **palabras**, ya sea habladas o escritas.
- Utiliza el **lenguaje hablado o escrito** para transmitir mensajes.
- Es más **explícita y directa**, ya que las palabras tienen significado claro.
- Incluye el uso de **vocabulario** y entonación.
- Puede ser más fácil de **entender**.
- **Se puede utilizar** en entornos donde la **comunicación cara a cara** es difícil o imposible (por ejemplo, mediante llamadas telefónicas o mensajes escritos).
- Permite **expresar ideas y pensamientos**.

Ejemplos: conversaciones, discursos, cartas, mensajes de texto, etc.

Comunicación no verbal

- Se basa en expresiones **faciales**, gestos y **lenguaje corporal**.
- Utiliza el **expresiones faciales y gestos** para transmitir mensajes.
- Puede ser más **sutil o indirecta**, ya que las expresiones faciales y gestos pueden variar en interpretación.
- Incluye el uso de **sonrisas, miradas, posturas, movimientos** corporales.
- Puede **variar según las culturas** y nos obliga a interpretar correctamente las diferentes situaciones.
- Es esencial en la **comunicación cara a cara** para complementar y reforzar el significado de las palabras.
- Puede **expresar emociones intensas y estados de ánimo.**

Ejemplos: sonrisas, abrazos, movimientos de manos, etc.

Las cuatro E de la argumentación:

Escucha activa

Escucha atentamente a los demás cuando estén hablando. Respeta sus opiniones y espera tu turno para hablar. La argumentación consiste en conversar y entender diferentes perspectivas.

Explica tu opinión

Cuando quieras expresar tu punto de vista, explica claramente qué piensas y por qué lo piensas de esa manera. No uses palabras ofensivas ni ataques personales.

Ejemplos y razones

Para respaldar tu opinión, comparte razones y ejemplos que expliquen por qué crees lo que crees. Puedes usar ejemplos de tu propia experiencia o situaciones que hayas observado.

Escucha y considera las opiniones de los demás

Si alguien tiene una opinión diferente a la tuya, escúchala con respeto.

Actividad 1

Lee cada ejemplo y decide si se trata de **comunicación verbal** o **no verbal.**

Tu profesora le da una calcomanía a un compañero y le dice: "¡Buen trabajo en el examen!".

- ◯ Verbal
- ◯ No verbal

Comunicación verbal. La profesora utiliza palabras para expresar reconocimiento y felicitaciones por el buen trabajo del compañero.

Incorrecto, se trata de un ejemplo de comunicación verbal. La profesora utiliza palabras para expresar reconocimiento y felicitaciones por el buen trabajo del compañero.

Solución

1. Opción correcta
2. Incorrecto

Un niño muestra su enfado cruzando los brazos, pues ha perdido el partido de baloncesto en el recreo.

- ◯ Verbal
- ◯ No verbal

Incorrecto, se trata de un ejemplo de comunicación no verbal. El niño expresa su enfado a través del lenguaje corporal, cruzando los brazos.

Comunicación no verbal. El niño expresa su enfado a través del lenguaje corporal, cruzando los brazos.

Solución

1. Incorrecto
2. Opción correcta

Los amigos se saludan “chocando” las manos y sonriendo.

- ◯ Verbal
- ◯ No verbal

Incorrecto, se trata de un ejemplo de comunicación no verbal. Los amigos se saludan a través del gesto de chocar las manos y sonriendo.

Comunicación no verbal. Los amigos se saludan a través del gesto de chocar las manos y sonriendo.

Solución

1. Incorrecto
2. Opción correcta

María escribe una carta a su abuela contándole sobre sus vacaciones.

- ◯ Verbal

- ◯ No verbal

Comunicación verbal. María utiliza palabras escritas en la carta para contarle a su abuela sobre sus vacaciones.

Incorrecto, se trata de un ejemplo de comunicación verbal. María utiliza palabras escritas en la carta para contarle a su abuela sobre sus vacaciones.

Solución

1. Opción correcta
2. Incorrecto

En un teatro, un actor llora durante una escena triste.

- ◯ Verbal
- ◯ No verbal

Incorrecto, se trata de un ejemplo de comunicación no verbal. El actor comunica tristeza a través del llanto durante la escena.

Comunicación no verbal. El actor comunica tristeza a través del llanto durante la escena.

Solución

1. Incorrecto
2. Opción correcta

Dos amigos se comunican por teléfono y se cuentan chistes y risas.

- ◯ Verbal
- ◯ No verbal

Comunicación verbal. Los amigos utilizan palabras habladas para compartir chistes y reír juntos.

Incorrecto, se trata de un ejemplo de comunicación verbal. Los amigos utilizan palabras habladas para compartir chistes y reír juntos.

Solución

1. Opción correcta
2. Incorrecto

Para realizar esta actividad de evaluación tienes dos opciones:

- ○ Acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de “Bienestar emocional” (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.
- ○ Marcar la opción que creas correcta y comprobar el resultado con tu profesor/a o con otros estudiantes.

Opción correcta

Incorrecto

Solución

1. Opción correcta
2. Incorrecto

Actividad 2

Los detectives de las emociones

A continuación, irás viendo una serie de imágenes de personas que quieren decirnos algo con su comunicación no verbal. Contesta a las preguntas indicando qué sentimiento o emoción quiere expresar el protagonista.

Para realizar esta actividad tienes que acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de “Bienestar emocional” (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.php)

6 ✔ 0 ✖ 0 0 00:00

Pulse aquí para jugar

Cohesión grupal y conciencia de grupo

Cuándo se te rompe algo, ¿cómo intentas unirlo? Exacto, con pegamento. **La cohesión grupal es como el pegamento que mantiene unido a un equipo.** Para mantener esa cohesión, es fundamental cuidar de nuestros compañeros. Cuando alguien está triste, preocupado o necesita ayuda, es importante estar allí para ofrecer nuestro apoyo. Podemos compartir palabras amables, dar un abrazo o simplemente escuchar a nuestros amigos cuando lo necesiten. **Trabajar juntos, apoyarse mutuamente y ser amables** son los ingredientes del éxito en la cohesión grupal. ¡Cuando nos cuidamos unos a otros, podemos enfrentarnos a cualquier desafío y llegar a nuestra meta!

Cinco *tips* para una clase unida:

Comunicación abierta y respetuosa

Todos en clase podemos expresar nuestras ideas y opiniones sin temor a ser juzgados. Escuchar activamente a los demás y respetar sus puntos de vista fortalece los lazos del grupo.

Trabajo en equipo

Trabajar juntos en proyectos, juegos o actividades de cualquier tipo nos permitirá conocernos mejor y apoyarnos mutuamente.

Celebrar el éxito de todos

Destacar los esfuerzos y contribuciones de cada compañero ayudará a fortalecer la confianza y la solidaridad en clase.

Fomentar el cuidado mutuo

Muestra empatía y permanece atento a las necesidades emocionales de tus compañeros.

Resolver conflictos de manera constructiva

Aprender a ceder, a escuchar al otro y a buscar soluciones. De esta manera, la cohesión del grupo será más fuerte.

Actividad 3. ¿Qué puedo hacer yo por el grupo?

Duración: 15 minutos
Agrupamiento: parejas

Observa con detenimiento cada uno de los cinco *tips* para una clase unida.

Ahora piensa y escribe en parejas (podéis acompañar vuestra explicación de un pequeño dibujo), para cada uno de los *tips*, una pequeña acción personal que contribuya a la cohesión de tu clase.

(Ejemplo: *celebrar el éxito de todos*: felicitar a los compañeros cuando ganen un partido en el recreo).

Para terminar, ¿qué he aprendido?

Evalúate

Es el momento de evaluar todo lo que hemos aprendido a lo largo de esta unidad didáctica.

Vamos a analizar cómo nos hemos apoyado mutuamente y creado un ambiente de confianza y respeto trabajando en equipo y valorando las diferencias entre nosotros. Recordaremos también la importancia de la comunicación positiva en la interrelación de manera respetuosa con los demás.

Comprobaremos, además, el grado de asimilación de conceptos como la comunicación, tanto verbal como no verbal.

Esta autoevaluación nos permitirá reconocer nuestros avances y áreas de mejora, y nos guiará hacia un futuro en el que podamos seguir creciendo como un equipo unido y respetuoso. ¿Listos para descubrir cómo hemos progresado juntos?

A continuación, te enseñamos algunas actividades para evaluarte.

Actividad 1.

Elige la respuesta correcta de entre las tres opciones que se presentan en las siguiente afirmación.

Para trabajar en equipo, es importante _____ las ideas de todos.

- ◯ compartir
- ◯ escuchar
- ◯ ignorar

Actividad 2.

Elige la respuesta correcta de entre las tres opciones que se presentan en las siguiente afirmación.

Cada persona tiene habilidades y talentos _____ que aportan al equipo.

- ◯ diferentes
- ◯ únicos

- ◯ similares

Actividad 3.

Elige la respuesta correcta de entre las tres opciones que se presentan en las siguiente afirmación.

El diálogo nos permite resolver problemas y tomar decisiones _____ en el grupo.

- ◯ individualmente
- ◯ conjuntas
- ◯ rápidamente

Actividad 4.

Elige la respuesta correcta de entre las tres opciones que se presentan en las siguiente afirmación.

Podemos saber si un compañero está triste o feliz a través de su _____ corporal.

- ◯ ropa
- ◯ lenguaje
- ◯ comportamiento

Actividad 5.

Indica si las siguiente afirmación es verdadera o falsa.

La cohesión grupal es como el pegamento que mantiene unido a un equipo.

- ◯ Verdadero
- ◯ Falso

Actividad 6.

Indica si las siguiente afirmación es verdadera o falsa.

La comunicación no verbal incluye expresiones faciales y gestos.

- ◯ Verdadero

Falso

○

Actividad 7.

Indica si las siguiente afirmación es verdadera o falsa.

La comunicación no verbal no revela nuestros verdaderos sentimientos y emociones.

- ○ Verdadero
- ○ Falso

Para realizar esta actividad de evaluación tienes dos opciones:

- ○ Acceder desde la versión web de esta unidad que encontrarás en la plataforma de "Bienestar emocional" (https://dgbilinguismoycalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/index.
- ○ Marcar la opción que creas correcta y comprobar el resultado con tu profesor/a o con otros estudiantes.

ENVIAR RESPUESTAS

Para terminar

Duración: 105 minutos
Agrupamiento: pequeños grupos

Producto final. El teatro de las emociones

Vamos a preparar y representar una obra de microteatro. Para ello, seguid los siguientes pasos:

Preparación inicial (15 minutos)

En esta primera parte, vuestro docente os recordará los aspectos básicos sobre la comunicación no verbal y cómo expresar nuestras emociones sin palabras. Os dejamos este resumen como ayuda.

Comunicación no verbal

- Se basa en expresiones **faciales**, gestos y l**enguaje corporal**.
- Utiliza el **expresiones faciales y gestos** para transmitir mensajes.
- Puede ser más **sutil o indirecta**, ya que las expresiones faciales y gestos pueden variar en interpretación.
- Incluye el uso de **sonrisas, miradas, posturas, movimientos** corporales.
- Puede **variar según las culturas** y nos obliga a interpretar correctamente las diferentes situaciones.
- Es esencial en la **comunicación cara a cara** para complementar y reforzar el significado de las palabras.
- Puede **expresar emociones intensas y estados de ánimo.**

Ejemplos: sonrisas, abrazos, movimientos de manos, etc.

Formación de grupos

Nos dividiremos en grupos de 5 compañeros y compañeras.

Tarjetas de emociones

Cada grupo recibirá tarjetas con diferentes emociones escritas y dibujadas. Estas tarjetas representan las emociones que tendremos que expresar.

Emociones (30 minutos)

En cada grupo, cada miembro sacará una tarjeta y deberá mostrar la emoción sin hablar. Usaremos expresiones faciales y gestos para transmitir la emoción. Los demás miembros del grupo deben observar con mucha atención las expresiones faciales y gestos de su compañero para adivinar qué emoción está representando.

Por último, vamos a mezclar ahora, en forma de una pequeña obra de teatro, la comunicación verbal y la no verbal.

Obra de teatro final (60 minutos)

Nos reuniremos en un círculo para decidir la temática de nuestra obra de teatro sobre las emociones. Tendremos que escribir, de manera cooperativa, un pequeño guion de una representación que no exceda los cinco minutos de duración. En el guion, diferenciaremos la comunicación

verbal de la no verbal, poniendo **V** o **NV** cuando corresponda. Por último, representaremos nuestra pequeña obra ante el resto de compañeros.

Partes del guion teatral

- Título de la obra (recuerda que vuestra obra debe girar en torno a las emociones).
- Actos (son las divisiones principales de una obra de teatro; en este caso, con tres será suficiente, ya que vuestra obra no debe exceder los cinco minutos).
- Escenas (cada acto se divide en escenas. Las escenas representan diferentes momentos o lugares en la obra).
- Personajes (poned nombre a los personajes que participan en la obra. Cada personaje tiene un papel que debéis representar).
- Diálogos (están escritos en forma de conversaciones y llevan el nombre del personaje que las dice antes del diálogo. Acompañad a estos diálogos de la especificación *Comunicación verbal "V"*).
- Acotaciones (indicaciones y descripciones para guiar a los actores. Acompañad estas descripciones de la especificación *Comunicación no verbal "NV"*).
- Duración de vuestra obra: máximo 10 minutos.

Obra publicada con Licencia Creative Commons Reconocimiento No comercial 4.0