

3

Yo soy así**Descripción**

Se pretende con esta actividad que, a través de la complicidad, la observación y el diálogo, los niños se perciban a sí mismos y a los demás como seres importantes y valiosos.

La imagen que cada uno tiene de sí mismo está muy relacionada con las experiencias y valoraciones que recibe de las personas más próximas, en especial padres, profesores y compañeros. Tener un autoconcepto positivo es un factor muy importante, no sólo para la propia adaptación personal, sino también para las relaciones que se establecen con los otros. En el entorno escolar y desde edades tempranas se deben desarrollar actividades que favorezcan la autoestima y permitan a los alumnos expresar su valoración de sí mismos y de los otros compañeros.

Objetivos

- ▲ Favorecer una autoimagen corporal y personal positiva, el conocimiento y la aceptación de sí mismo y de los demás como medio para mejorar la empatía.
- ▲ Manifiestar los propios sentimientos, expresarse sobre sí mismo y sobre los demás respetando la opinión de los otros.
- ▲ Valorar las diferencias individuales como algo positivo, adoptando una actitud de respeto hacia las mismas.

Materiales

- ▲ Una caja con un espejo dentro.
- ▲ Fotocopias de la ficha nº 1: *Lista de frases inacabadas*.

Tiempo

Una hora.

Antes de iniciar la actividad

«¿Habéis pensado alguna vez que todos somos diferentes? Eso nos convierte en únicos e irrepetibles. Por eso somos valiosos, importantes y necesarios. Acercarnos a los demás para descubrir cómo son, nos enriquecerá porque tendrán algo distinto a nosotros que podremos conocer y de lo que podemos aprender.»

Desarrollo de la actividad

SECUENCIA 1

El profesor plantea a los alumnos la actividad del siguiente modo: “Tengo una caja mágica; dentro de ella está la cara de la persona más importante del mundo. ¿Quién quiere verla?” Los alumnos se acercan de uno en uno a mirar dentro de la caja (en la que verán su cara reflejada pues dentro de ella hay un espejo); se les pide que guarden el secreto y no digan lo que han visto hasta que hayan mirado todos dentro.

SECUENCIA 2

Se inicia un diálogo con los alumnos sobre la persona especial que vieron dentro de la caja, con preguntas del tipo:

- ▲ ¿Por qué es especial esa persona? ¿en qué es especial?
- ▲ ¿Hay muchas personas especiales?
- ▲ ¿Todos tenemos algo especial?
- ▲ ¿Qué compañeros te parecen especiales? ¿por qué?

SECUENCIA 3

Los alumnos se sientan en círculo. Por turno van saliendo al centro y los demás dicen una cualidad o algo especial de él o ella.

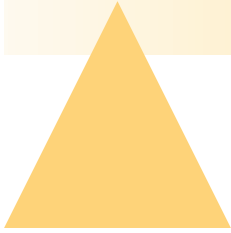
SECUENCIA 4

Cuando se ha generado un ambiente positivo, se entrega a los alumnos la fotocopia de la ficha nº 1: *Lista de frases inacabadas*.

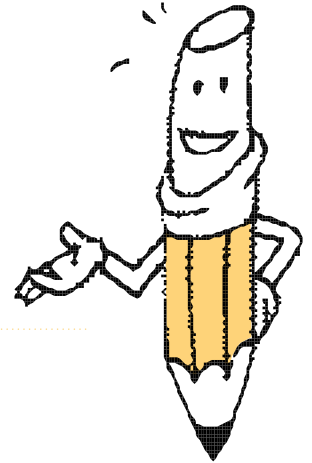
Se les explica que deben elegir las frases que deseen y completarlas explicando por qué creen que son así. Pueden también poner otras cualidades y explicarlas. Una vez que las han completado, se inicia la puesta en común, dando la oportunidad a todos los alumnos de expresar ante los demás el propio yo.

Comentario final

«Todos tenemos cualidades positivas por “fuera” y por “dentro”. Debemos fijarnos en nosotros mismos y en los demás para descubrirlas.»



FICHA 1
Lista de frases inacabadas



Yo soy alegre

porque

Yo soy valiente

porque

Yo soy fuerte

porque

Yo soy buen compañero

porque

Yo soy divertido

porque

Yo soy

porque

Yo soy

porque

Yo soy especial

porque