

# ALETAS DE DIAMANTE

NADANDO EN SITUACIONES DIFICILES...

**Autor: Sadid Ramirez Rueda**



# BIENVENIDO...

	Pag.
¡Hola! .....	3
Estoy aquí porque.....	4
Tus aletas se engrosarán con.....	5
Debes saber que.....	7
Pasos para fortalecer mis aletas de diamante.....	8
Un concepto construido.....	8
Armando soluciones.....	11
Tejido flexible.....	14
Una torre firme y segura.....	17
El reflejo de situaciones adversas.....	20
Con otros amiguitos se logró.....	23

# ¡HOLA!

**Soy una cartilla.**

**Se que en la vida hay situaciones difíciles de resolver. Cada uno de nosotros cuenta con diferentes competencias para afrontarlas, sin embargo, hay quienes no utilizan las herramientas adecuada para resolverlas.**

**Por esta razón fui creada como propuesta pedagógica para que tus estudiantes, fortalezcan la habilidad de la resiliencia.**

**En mi encontraras 5 actividades que te permitirán orientarlos a identificar, reconocer y adquirir competencia para solucionar situaciones difíciles.**



**Sigamos navegando...**





# ESTOY AQUÍ PORQUE...

**He visto que quieres contribuir a que tus estudiantes, confronten circunstancias complicadas de forma adecuadas; necesitan saber que cada situación tiene solución, aunque muchas veces no identifiquen las virtudes con las que cuentan para resolverlas; poseen muchas competencias que les ayudaran en esas situaciones, únicamente deben reconocerlas y hacer buen uso de ellas.**

**Para esto diseñaron en mí, una serie de estrategias didácticas que te enseñan como ayudar a los niños, a fortalecer esta habilidad llamada resiliencia (desde sus competencias) y así lograr tranquilidad.**



# LAS ALETAS SE ENGROSARÁN CON...

El fortalecimiento de la resiliencia mediante estrategias pedagógicas.

## OBTENIENDO...

### **Actividad N° 1**

Orientar en el ¿Qué es la resiliencia?

### **Actividad N° 2**

Reconocer que competencias individuales permiten afrontar situaciones difíciles.



### **Actividad N° 3**

Explorar la manera adecuada de actuar cuando hay un cambio en la vida.

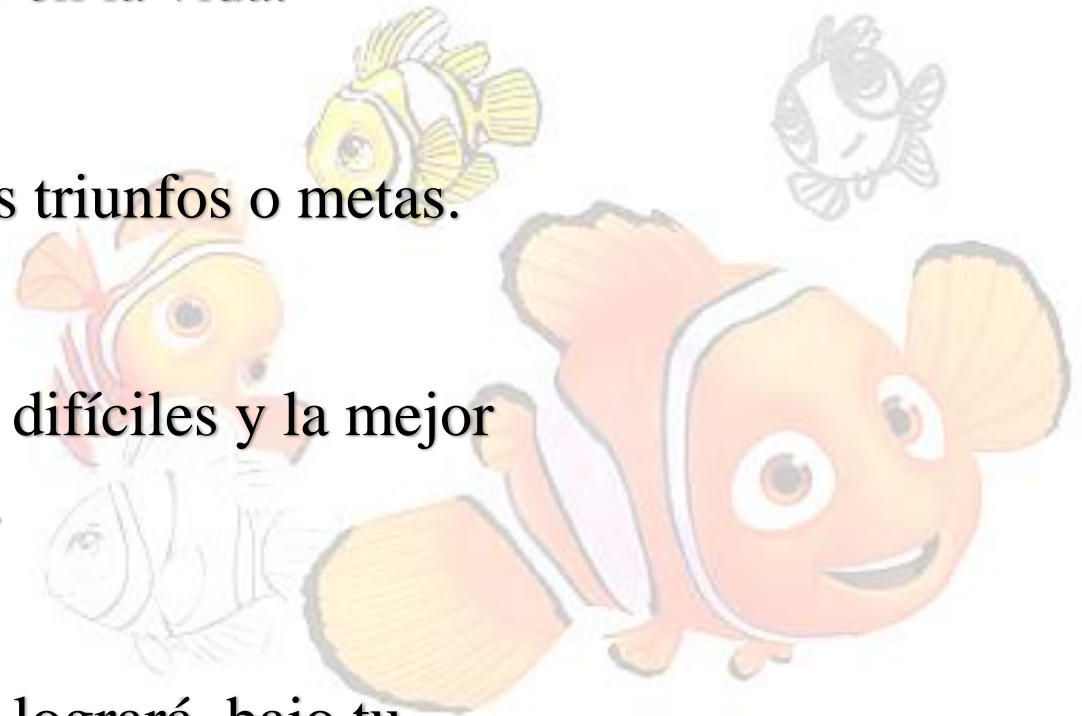
### **Actividad N° 4**

Conocer cuáles son los triunfos o metas.

### **Actividad N° 5**

Identificar situaciones difíciles y la mejor manera de resolverlas.

**NOTA:** Esto se logrará, bajo tu supervisión y la participación activa de los estudiantes.



# DEBES SABER QUE...

La habilidad que se va a fortalecer se conoce como resiliencia, es esa capacidad que tiene cada persona para superar las situaciones difíciles y poder salir fortalecido de ellas.





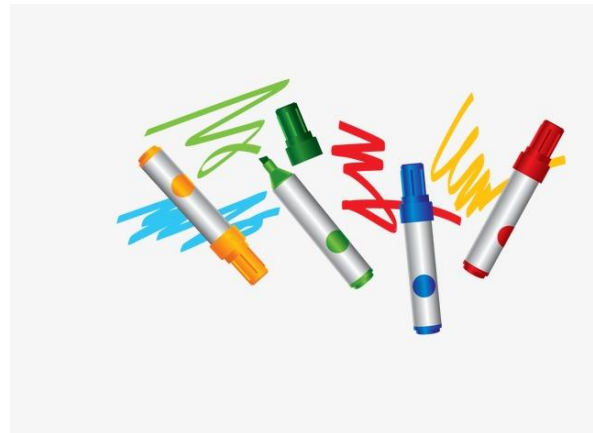
# PASOS PARA FORTALECER MIS ALETAS DE DIAMANTE...

## *1. Un concepto construido*

Los materiales que utilizaremos son:



Tablero



Marcadores



Borrador



# PEQUEÑOS ALETEOS...

- Se divide el tablero en dos partes.
- En lado izquierdo se coloca como título “cuando tengo una situación difícil...” Debajo de esta, 10 estudiantes al azar deben pasar y escribir con una sola palabra la emociones, sensaciones o sentimiento que les genera o genero esa situación, deben mencionar en voz alta la situación en la cual pensaron.
- En la parte derecha del tablero se debe escribir la palabra “entonces...” 10 estudiantes diferentes a los anteriores deben mencionar cual es la situación y escribir como lograron afrontarla.
- Al finalizar en la parte central del tablero se coloca la palabra resiliencia y se continua con su definición.

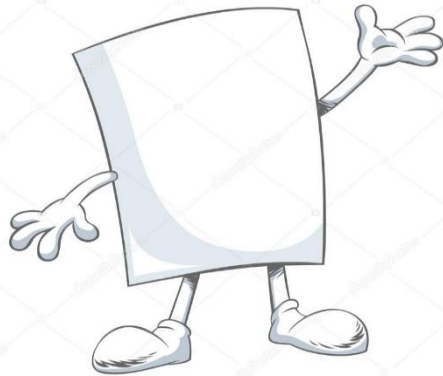
# TÚ COMO PROFESOR DEBES...

Aclarar que cada persona presenta diferentes dificultades y también genera distintas formas de resolver una situación adversa, después de poner la palabra resiliencia y de acuerdo a lo expuesto en el tablero se da la definición de este concepto y se explican las formas adecuada de abordar estas situaciones.



## 2. *Armando soluciones.*

Los materiales que utilizaremos son:



Hojas blancas



lápiz



Rompecabezas



# PEQUEÑOS ALETEOS...



- Se enumeran de 1 a 6 los estudiantes.
- Se hace la conformación de los grupos, a cada uno de ellos se le entrega una hoja en blanco, en esta deben escribir el nombre de su equipo, junto a esto se les entregara un rompecabezas el cual le faltara una ficha.
- Deben formar la frase “en medio de toda dificultad, hay una oportunidad”, para el espacio que queda en blanco, cada grupo debe construir la parte que hace falta y esta debe encajar perfectamente en el rompecabezas.
- Deben escribir en una parte de la hoja como lograron crear la ficha faltante.
- Al finalizar un integrante del grupo debe pasar al frente y decir el nombre que le asignaron y las estrategias utilizadas.



# TÚ COMO PROFESOR DEBES...

Pasar al frente un integrante del grupo para que mencione la forma cómo se resolvió la dificultad, se da a conocer la importancia de conocer las habilidades propias y las herramientas que contribuyan a resolver una problemática.

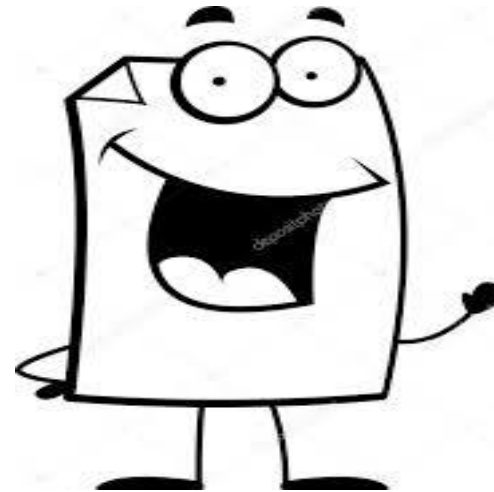


### *3. Tejido flexible.*

Los materiales que utilizaremos son:



Lana



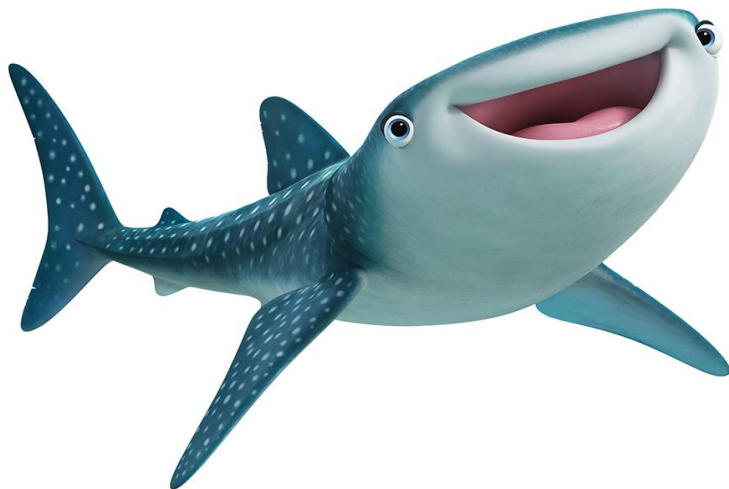
Hojas en blanco



Lápiz

# PEQUEÑOS ALETEOS...

- El grupo debe dividirse en dos equipos, un equipo debe quedarse al interior del salón, a este se le entregará una lana, la cual deben pasar por sus manos, formando entre todos un círculo.
- El otro grupo que se encuentra fuera del salón se le informa que al entrar deben estar en silencio y lograr que sus compañeros destruyan el círculo y formen un cuadrado que debe quedar evidenciado con la lana.



# TÚ COMO PROFESOR DEBES...

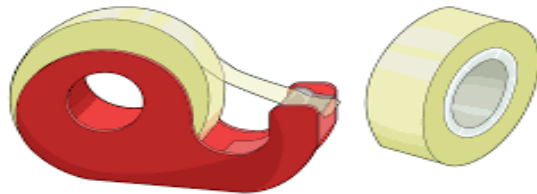
Pasar algunos estudiantes del primer grupo, los cuales darán a conocer que sintieron y observaron al tener que cambiar de posición y el otro grupo debe decir que evidencio al momento de hacer que sus compañeros construyeran el cuadrado. Durante la intervención de los participantes se debe resalta la importancia de identificar las dificultades que se presentan al momento de adaptarse a otras situaciones o personas.





## 4. Una torre firma y segura.

Los materiales que utilizaremos son:



Cinta



Marcadores



Pegante



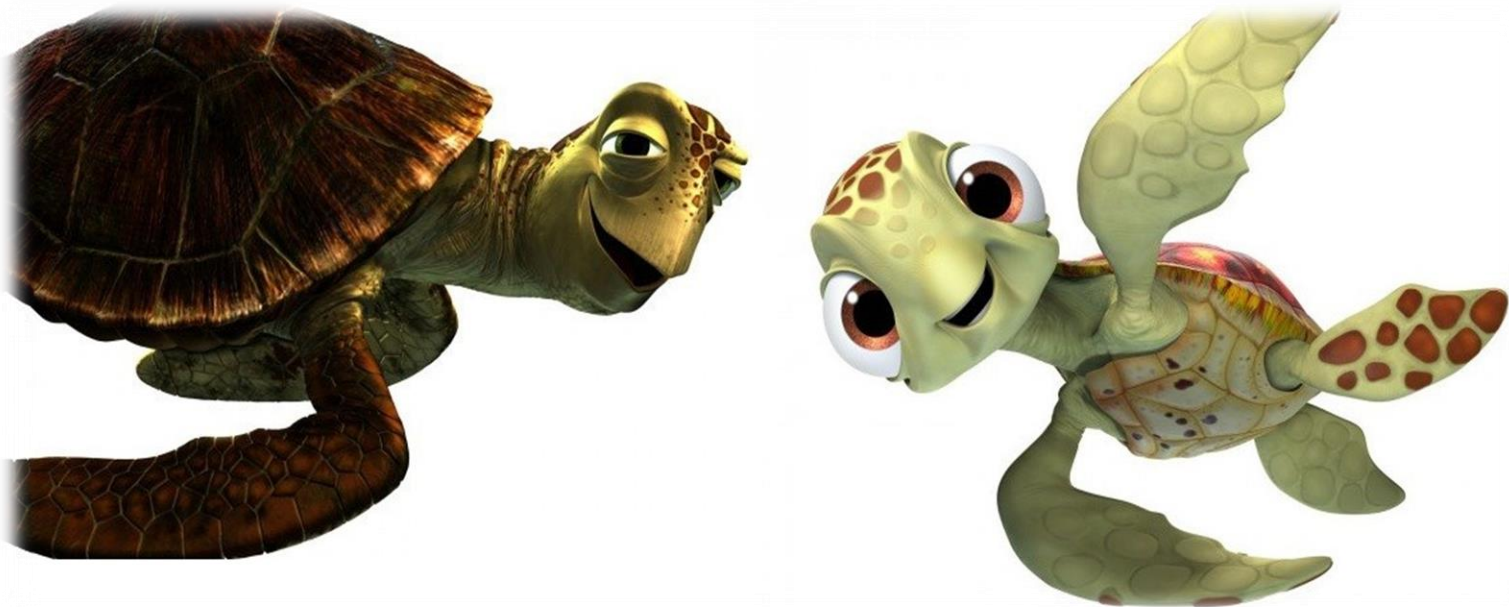
Hojas blancas.

# PEQUEÑOS ALETEOS...

- Se conforman 6 grupos de trabajo y se dividen en el espacio del salón.
- En los grupos cada estudiante debe escribir una situación de la que se sienta orgulloso o que considere como un triunfo.
- Cada grupo debe construir una torre con las hojas en las cuales cada estudiante plasmo sus logros (deben quedar visible las respuestas).
- En la cima de la torre deben poner la palabra VIDA y un integrante debe pasar con la torre a leer todos los triunfos de su equipo.

# TÚ COMO PROFESOR DEBES...

Enfatizar en la importancia de reconocer las cosas positivas propias y de los demás, con el fin de que estas sean más relevantes en situaciones difíciles, para que así se construya a un proyecto de vida estable y firme, también se resalta el sentimiento de paz que se presenta luego de superar adversidad de forma adecuada.



## 5. El reflejo de situaciones adversas.

Los materiales que utilizaremos son:



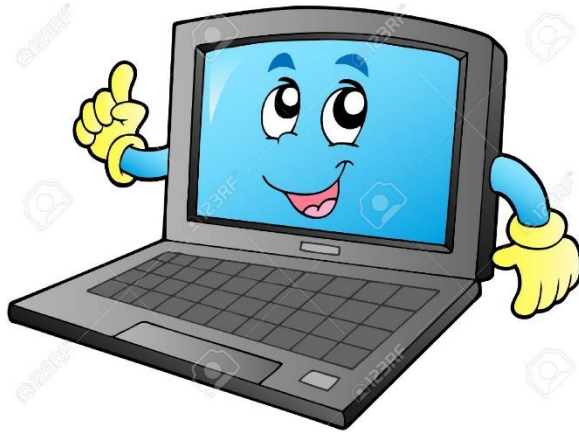
Video Beam



Bafles



Película Buscando a Dory



Computador



Hojas blancas



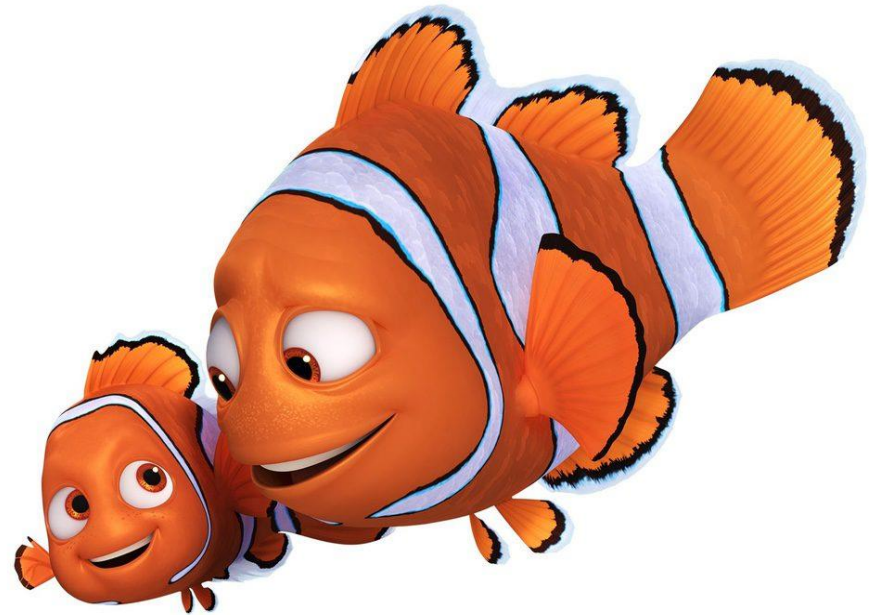
# PEQUEÑOS ALETEOS...

- Se le entrega a cada estudiante una hoja donde deben identificar y escribir las dificultades que se presentaron a Dory (la protagonista de la película). También la manera en cómo afrontó estos inconvenientes.



# TÚ COMO PROFESOR DEBES...

Leer las respuestas de los estudiantes y resaltar de acuerdo a la película, la importancia de conocer las virtudes, habilidades propias y de los demás, también la forma adecuada de resolver las situaciones adversas.



# CON OTROS GRUPOS SE LOGRO...

- ✓ Hacer la apropiación teórica del concepto de la resiliencia.
- ✓ Identificar y reconocer las competencias personales que permiten afrontar situaciones difíciles.
- ✓ Indagar acerca de los triunfos y metas logrados.
- ✓ Explorar la flexibilidad al cambio que tiene cada niño.



**“TODOS TENEMOS LAS ALETAS DE  
LA RESILIENCIA, DE COMÓ SEAN  
FORTALECIDAS DEPENDE TU  
BUEN NADO”**







**UDECA**  
UNIVERSIDAD DE  
CUNDINAMARCA

