



# CREANDO FUTURO 2.0.

## BLOQUE 2

ITINERARIO DE EDUCACIÓN PARA  
LA PARTICIPACIÓN JUVENIL. CANTERA.

**Título:** *Creando futuro 2.0.*

**Subtítulo:** *Bloque 2. Itinerario de educación para la participación juvenil. Cantera.*

**Coordinado por:** *Antonio Moreno Mejías.*

**Impresión:** *impreso en Madrid por Printhouse.*

**Editado por:** *Red Creando Futuro.*

**Fecha de edición:** *Madrid, septiembre de 2015.*

**Portada y maquetación:** *Taller de diseño de Traficantes de Sueños.*

**Isbn:** 978-84-608-2505-0

**Depósito legal:** M-30829-2015

© copyleft

# ÍNDICE

2.1.1	CAMINO RECORRIDO <b>p4</b>
2.1.2	UNA NUEVA PROPUESTA PARA LA CONVIVENCIA <b>p4</b>
2.2.1	PROYECTO "CANTERA": OBJETIVOS, DESTINATARIAS Y METODOLOGÍA. <b>p7</b>
2.2.2	DESARROLLO DEL PROCESO, EVALUACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN. <b>p13</b>
I FASE	I FASE CANTERA <b>p20</b>
II FASE	II FASE CANTERA <b>p42</b>
ANEXOS	ANEXOS <b>p70</b>
I	ANEXO I <b>p0</b>
II	ANEXO II <b>p71</b>
III	ANEXO III <b>p72</b>
IV	ANEXO IV <b>P73</b>

### 2.1.1 Camino recorrido.

*“Navega el navegante, aunque sepa que jamás tocará las estrellas que lo guían.”*  
Eduardo Galeano.

El proyecto “Cantera” es un proceso socioeducativo que nace y se desarrolla en los Institutos de Enseñanza Secundaria (I.E.S. en adelante) de distintas localidades de la provincia de Sevilla impulsado por Colectivo Barrio, desde el año 2005, pretendiendo que los y las jóvenes analicen su realidad y tomen conciencia del papel participativo que pueden llegar a adoptar, enfocado en la educación en valores (a través de la adquisición de habilidades sociales) y la educación para la participación social.

Durante el curso escolar 2010/11 tiene lugar el desarrollo de este programa en la ciudad de Cádiz por primera vez. Más tarde se van sumando territorios al proyecto y se van creando adaptaciones del mismo.

Cantera toma como punto de partida los IES, como espacio de educación formal (tutorías), sin embargo, para participar de forma activa, es necesario hacerlo de forma voluntaria. Por esta razón, se crea un espacio de participación en horario extraescolar, en el tiempo libre.

El proyecto se desarrolla con una metodología participativa, de experiencia e intercambio, que centra su atención en el desarrollo de habilidades básicas individuales y grupales para la participación de jóvenes de entre 13 y 15 años durante un periodo de dos años.

En el espacio de formación de la Red Creando Futuro (Red CF en adelante) del año 2012, se decidió darle una vuelta de tuerca al conjunto de la propuesta metodológica, trabajando desde entonces, desde las distintas experiencias y territorios, en la readaptación del proyecto que a continuación presentamos.

### 2.1.2 Una nueva propuesta para la CONVIVENCIA.

*“Ojala encontremos un pincel lo suficientemente grande como para pintar el mundo del color que se merece, el color de la esperanza”* Subcomandante Marcos.

Educar para la participación es educar para la libertad. Un trabajo complejo en un país sin memoria que aún hereda formas de hacer, de relacionarse desde el conflicto no resuelto, desde el miedo y el silencio.

Por ello, una de las apuestas más emocionantes, a la que nos enfrentamos a la hora de desarrollar este proceso de educación para la participación, son las que nos vinculan de dentro a fuera, con los cuidados, los afectos y el mundo emocional: todas las habilidades, aprendizajes y experiencias que construyen la convivencia entre personas.

En estos aspectos el Proyecto Cantera quiere poner su énfasis: capacidades y habilidades para construir espacios colaborativos y de cuidados, donde permitírnos crecer con otra madera más solidaria, más tierna y coherente, más desde el corazón... y así, lo demás, llegará.

.....

El desarrollo del programa combina la educación formal y no formal como ámbitos de aprendizaje, a pesar de haber tenido a lo largo del recorrido experiencias de Cantera en el ámbito no formal, apostamos por la inclusión en el horario lectivo de los IES, ya que nos asegura la universalidad de la propuesta.

#### Espacio formal:

Se desarrollará en dos fases que corresponden a los cursos escolares de 2º y 3º de la ESO y se realiza dentro del IES en horas de tutoría.

Por ser la puerta de entrada al proyecto, se requiere trabajar de manera cuidadosa el clima grupal, partiendo siempre de los intereses del grupo. Para facilitar este proceso se tomará como punto de partida la MOTIVACIÓN del grupo, teniendo en cuenta que ésta es una de las claves fundamentales para que se participe en las sesiones de una forma activa. Se pondrá por tanto el acento en el conocimiento mutuo, la cohesión grupal y la creación de un clima de confianza y respeto, de un espacio en el que se sienten seguros por ser totalmente suyo.

Las áreas de trabajo en este espacio serán las siguientes:

- ¿Qué siento? (Emociones). La parte más afectiva, adquirir e incorporar habilidades de gestión positiva de las emociones, respeto por una misma, lenguaje expresivo, conocimiento de la propia unicidad, y diversidad en la que nos movemos en los grupos.
- ¿De qué soy capaz? (Capacidades). Relaciona la parte emocional con las herramientas de las que disponen las personas participantes para el trabajo colaborativo: técnicas comunicativas y de resolución de conflictos, escucha, cuidados grupales para, a partir de lo que se es, poner en funcionamiento las habilidades sociales y las capacidades al servicio del grupo.
- ¿Qué me motiva? (Centros de Interés). Donde se trabajan desde las herramientas que las participantes son capaces de adquirir, para volcarlas en torno a centros de interés del grupo y crear en el ámbito de la comunidad educativa toda una serie de ideas y actividades sencillas que pueda construir.

Dentro de la propuesta está incorporado el enfoque de género, cuidando y fomentando la educación no sexista tanto en el lenguaje como en las experiencias que se propician.

#### Espacio no formal:

A partir de la sexta y la cuarta sesión en el aula, respectivamente, siempre respetando los ritmos de cada grupo, se llevará a cabo un espacio de educación no formal en el que el alumnado de forma voluntaria pueda desarrollar algunas de las acciones que durante las sesiones de tutoría hayan emergido del grupo. Posibilitando la creación de un equipo de trabajo voluntario que sirva de devolución de las habilidades y capacidades adquiridas en las tutorías, en torno a alguna acción sencilla que mejore la convivencia y donde se ponga el acento en la FORMACIÓN y la ORGANIZACIÓN de los grupos, fomentado la reflexión y el análisis de la realidad de su entorno más cercano, ayudando a que adquieran una actitud crítica ante su contexto más cercano (centro educativo, barrio, pueblo...).

### 2.2.1. Proyecto "Cantera": Objetivos, destinatarias y Metodología.

*"La educación no cambia el mundo: cambia a las personas que van a cambiar el mundo"* Paulo Freire.

Cantera promueve la convivencia en torno a 4 áreas: Yo, mi grupo, el aula y la comunidad educativa, entendiendo la comunidad como el espacio en el que ellos viven y se relacionan, y no solo el espacio escolar.

#### OBJETIVOS GENERALES:

- Fomentar espacios en los que el alumnado descubra e incorpore en su vida habilidades básicas para la misma.
- Propiciar la reflexión colectiva basada en su realidad y en la del entorno que viven.
- Impulsar iniciativas juveniles con herramientas propias de las metodologías participativas.
- Generar un equipo coordinado de trabajo entre todos/as los/as agentes implicados en el proceso.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Objetivos espacio formal:

- Facilitar el auto-conocimiento y conocimiento mutuo, el intercambio de ideas y experiencias, el diálogo, la cohesión grupal y el sentimiento de pertenencia común a un grupo.
- Favorecer la capacidad de reflexión, comunicación y escucha, que faciliten la resolución de conflictos en grupo.

- Realizar un itinerario educativo con los y las jóvenes que pase por la expresión de las emociones y el fomento de sus propias capacidades llegando hasta sus centros de interés.
- Realizar un itinerario educativo con los y las jóvenes que, transversalmente, recorra cuestiones que vayan desde ellas mismas hasta su comunidad, pasando por el grupo de referencia y su propia aula.

### Objetivos espacio no formal:

- Crear un espacio de trabajo colaborativo y voluntariado orientado a los centros de interés de la propia gente joven.
- Conseguir que las participantes adquieran una actitud crítica ante lo que les rodea.
- Descubrir otras formas de hacer las cosas y nuevas posibilidades de organizarse, comunicarse y trabajar en equipo, a través de la puesta en marcha de una acción colectiva.
- Descripción de Resultados esperados y cómo pueden contribuir a la consecución de los objetivos previstos.
- Motivación de las personas jóvenes para participar en acciones de voluntariado.
- Mejora de las habilidades de las personas jóvenes para trabajar en grupo: capacidad de escucha, respeto a los turnos de palabra e intervenciones de las y los compañeros, resolución dialogada de los conflictos.
- Mejora de la autoestima de las personas jóvenes, en relación a su capacidad para formar parte activa de un grupo.
- Mejora de la capacidad reflexiva de las personas jóvenes.



- Coordinación con tutores y tutoras de los grupos del IES.
- Creación de un grupo de personas jóvenes activas y en acción.
- Realización de al menos una actividad en el centro educativo, organizada por el grupo del espacio no formal.
- Realización de al menos una actividad en el centro educativo, organizada por el grupo del espacio formal.
- Satisfacción de los grupos por su participación en el proceso y motivación de las personas jóvenes para continuar con este proyecto en el siguiente curso.
- Valoración positiva de los equipos docentes hacia la continuidad del proyecto y compromiso de participación para el próximo curso escolar.

## Personas destinatarias.

Destinatarias directas:

- Alumnado del primer y segundo ciclo de la E.S.O. (2º y 3º curso)
- Respecto al espacio no formal, se crea un grupo de personas voluntarias salidas de los diferentes cursos y grupos.

Destinatarias indirectas:

- En el desarrollo del programa intervienen a su vez, aunque de forma indirecta, los distintos agentes implicados en el proceso, entre ellos están:
- Espacio formal: equipo docente-tutores/as, equipo directivo, personal del ayuntamiento de cada localidad y personal técnico de juventud o que ejerzan trabajo desarrollado con el grupo objeto del proyecto.

- Espacio no formal: Comunidad educativa y comunidad de proximidad (barrio, familia, grupos de referencia...)

## Metodología

El objetivo del programa “Cantera” es educar para la convivencia dentro del marco del itinerario de educación para la participación, pero ¿a qué nos referimos cuando hablamos de ello?, ¿se enseña a participar?

En el bloque 1 del material se puede encontrar las líneas metodológicas de trabajo en los distintos proyectos de la Red que aquí recordamos y concretamos en “Cantera”.

Está claro que en esta vida, se aprende todo lo que uno/a desea, o por lo menos busca las oportunidades de ello; sin embargo, educar para la convivencia y la participación es una tarea pendiente. Estamos acostumbradas a hacerlo como simples “consumidoras” de actividades, pero, ¿cómo se aprende eso? A participar se aprende participando y ello a su vez implica:

**QUERER:** estar motivada, sentir la necesidad de hacerlo.

**SABER:** contar con los conocimientos, habilidades para perseguir ese fin que deseamos conseguir.

**PODER:** tener la oportunidad de poder formar parte del proceso.

“Cantera”, pretende dar esa oportunidad o posibilidad de participación, de comprometerse, de decidir colectivamente qué es lo que queremos hacer y cómo, de interiorizar y valorar nuestra acción, partiendo del conocimiento de nosotras mismas, de quienes somos y cómo nos sentimos, disfrutando y aprendiendo de ello.

Entendemos que para poder llevar a cabo este proceso, necesitamos de una metodología participativa, centrada en el aprendizaje cooperativo, teniendo en cuenta los siguientes principios:

- **Formarse como grupo de aprendizaje.** Se trata de construir y mantener una relación de trabajo colectivo basada en la comunicación y la confianza, que permita aprovechar todas las posibilidades del aprendizaje en grupo.
- **Recuperar y reconocer su experiencia.** El aprendizaje se construye a partir de lo que ya se sabe, de los conocimientos y experiencias anteriores relacionados directa o indirectamente con el tema en cuestión.
- **Construir nuevas ideas, nuevos conocimientos.** Para que exista aprendizaje, el conocimiento y la experiencia anterior, han de contrastarse con nuevos conocimientos y experiencias para poder hacer síntesis entre lo que ya sabíamos y lo nuevo que descubrimos.
- **Experimentar los conocimientos, la práctica.** Hemos de referir el aprendizaje a la experiencia, no a la mera acumulación de conocimientos, orientar el aprendizaje a la aplicación práctica, a su adecuación y concreción en la realidad, personal y colectiva, del grupo de aprendizaje.
- **Reconocer y dar valor a lo aprendido.** El proceso de aprendizaje culmina cuando se produce la interiorización de los nuevos conocimientos. Cada persona y todo el grupo necesita saber lo que va aprendiendo y cómo lo va haciendo, tener/tomar plena conciencia de ello.

Algunos aspectos metodológicos predominantes:

- La participación, entendida como la posibilidad de que las participantes sean las auténticas protagonistas del proceso de formación.
- La construcción colectiva de los contenidos a tratar, de forma inductiva, partiendo de aspectos concretos, cercanos, hasta aquellos más globales o generales.
- El carácter dialéctico, el contraste continuo entre la teoría y la práctica, los conceptos y las acciones.

- La utilidad, de forma que los contenidos sean aplicables a la realidad y actividad cotidiana, mejorando los niveles de eficacia de las intervenciones.

La metodología de trabajo que se llevará a cabo en este proceso se realizará a través de dinámicas de grupos, debates, simulación de roles, etc. Las actividades se desarrollarán según diferentes tipos de organización como el trabajo en grupo, por parejas o el trabajo individual. En todo momento se tendrá en cuenta la participación activa del grupo, fomentando la reflexión tanto individual como colectiva y el buen clima grupal.

Debemos de tener en cuenta sobre todo la edad de los/as chicos/as; una etapa evolutiva en la que empiezan a experimentar cambios físicos y psíquicos y en la que poco a poco van adquiriendo valores que van a adoptar como personas adultas. Por esta razón, y tal y como hemos mencionado al inicio del documento la propuesta didáctica llevada a cabo se basa en la igualdad de género y el respeto mutuo.

## 2.2.2. Desarrollo del proceso, Evaluación y Temporalización.

*“Mi vida no es una línea con vuelo de saeta hacia una sola dirección, sino un rumbo quebrado por sucesos decisivos manteniendo ciertas constantes.”*

José Luis Sampedro

El desarrollo general de todo el proceso se establece de la siguiente manera:

### 1. Creación de equipo de trabajo.

Se establece un contacto en el que los/as técnicos/as de juventud de las distintas localidades, realizan la conexión entre el análisis de la realidad local y los objetivos del programa.

Seguidamente, se hace partícipe al equipo docente del I.E.S. de la labor a desarrollar, concretando la implicación y coordinación de éstos con el programa.

Es importante que los/as técnicos/as de juventud sean conocidas y asumidas a nivel político para la visualización del mismo y su garantía de continuidad.

### 2. Desarrollo del espacio formal.

Atendiendo a los objetivos planteados, a lo largo de las dos fases se irán realizando las sesiones enfocadas alrededor de las diferentes ideas fuerza. Estas ideas se estructuran de tal manera que se irá trabajando el Yo, El grupo de amigos, el Aula y por último la Comunidad. Al mismo tiempo se pretende que los y las jóvenes trabajen estas líneas entrelazadas con sus Emociones, sus capacidades y los centros de interés que ellas manejan.

## 1ª Fase:

Sesión 0: INTRODUCCIÓN

Sesión 1º: ¿QUIÉN SOY? Conociéndome: unos cuantos planetas únicos que interactúan.

Sesión 2º: ¿QUÉ SIENTO? Conocer para expresar, identificar y observar nuestros estados de ánimo.

Sesión 3º: ¿QUÉ ME INQUIETA? Hacia nuevos territorios: Explorando retos e inquietudes propias.

Sesión 4º: ¿QUÉ DOY?, ¿QUÉ ME APORTAN? Aprendiendo a cuidarnos para crear y crecer juntas.

Sesión 5º: ¿CÓMO ME RELACIONO? El arte de reinventarse en compañía.

Sesión 6º: COMUNICACIÓN I: ¿Que expreso? Desarrollando habilidades para una comunicación asertiva.

Sesión 7º: COMUNICACIÓN II: ¿Qué construyo? Palabras que hieren, palabras que crean puentes.

Sesión 8º: PROPUESTAS Y ALTERNATIVAS, cómo comenzar a construir sueños colectivos.

Sesión 9ª: EVALUACIÓN.

## 2ª Fase:

Sesión 1ª: ¿CÓMO ESTOY?: La expresión grupal a través de las emociones

Sesión 2ª: ¿QUÉ ESTÁ CAMBIANDO EN MÍ?: Expresar mis cambios para cambiar mi comunidad.

Sesión 3ª: IDENTIDAD DE GRUPO Y AMISTAD: La cohesión grupal como paso indispensable hacia la transformación social.

Sesión 4ª: CONFIANZA: La generación de alternativas CON mi entorno más cercano.

Sesión 5ª: CUIDADOS: La generación de alternativas PARA mi entorno más cercano.

Sesión 6ª: NEGOCIAR Y ACORDAR: El consenso frente a la mayoría

Sesión 7ª: CAPACIDAD CRÍTICA: La denuncia como herramienta indispensable para la transformación.

Sesión 8ª: CAPACIDAD DE RESOLVER CONFLICTOS: Respuestas concretas a anhelos grupales.

Sesión 9ª: VAMOS A HACERLO I: Puesta en práctica de una propuesta colaborativa.

Sesión 10ª: VAMOS A HACERLO II: Puesta en práctica de una propuesta colaborativa.

Sesión 11ª: EVALUACIÓN

De forma paralela se realizarán varias reuniones de seguimiento del programa con los/as tutores/as y el equipo docente del centro (orientador/a, jefe de estudios...)

### 3. Desarrollo del espacio no formal.

Se realiza de forma paralela al espacio formal.

Espacio extraescolar: en coherencia con los objetivos planteados los contenidos a tratar serán los siguientes:

- Recursos y habilidades para analizar la realidad y reconocerse en ella.
- Herramientas para planificar la acción. Cómo vamos a poner en marcha nuestras actividades.
- Técnicas y habilidades para el trabajo en grupo. La comunicación, reparto de tareas, búsqueda de recursos y organización.

Estos contenidos se plantean de forma flexible, adaptándose a las características y necesidades de los distintos grupos.

### 4. Análisis y devolución.

Fruto de todo el trabajo recogido durante el proceso, encontramos numerosa información, que se puede compartir con diversos agentes (equipo docente, AMPA, técnicos/as, alumnos/as, etc.) para realizar un análisis colectivo, teniendo en cuenta las diferentes opiniones que pueden aportar cada uno/a de ellos/as.

#### **Evaluación**

Durante el desarrollo del proceso, existen varios momentos donde se lleva a cabo la evaluación y valoración de éste.



- Evaluación inicial. Es realizada por el equipo docente y personal técnico de juventud de la localidad y se refiere al entendimiento y comprensión de la metodología de trabajo, objetivos que persigue “Cantera”. Por otro lado, existe una primera valoración de los y las jóvenes participantes. Se realiza en la primera sesión y con ella se establece el conocimiento de expectativas. Esta primera fase de valoración pretende ser un espacio o momento de adaptación a la metodología de trabajo y del proyecto en sí.
- Evaluación intermedia. (Anexo 1) Sistematizamos cada una de las sesiones que se realizan que nos permite establecer, desde las aportaciones del grupo respecto al tema, una valoración de varios aspectos como la adecuación de las dinámicas utilizadas, utilización de espacios, adquisición de habilidades, etc.
- Evaluación final. (Anexo 2) Realizada por los y las jóvenes con objeto de verificar el cumplimiento de sus expectativas, adecuación de metodología, adquisición de habilidades, clima grupal, aspectos positivos, negativos, propuestas para el próximo año y otros indicadores. (Anexo 3 y Anexo 4) Por otro lado, se realiza una evaluación por parte del profesorado tutores/as implicados en el proceso, con especial énfasis en las actividades paralelas al desarrollo del proceso en el IES, centrándonos en aspectos anteriormente citados y otros que tienen que ver más con la evaluación de la organización, desarrollo y puesta en práctica de una acción concreta.

Las herramientas utilizadas para la evaluación de todo el proceso, al margen de otras posibles técnicas o dinámicas que se realicen o utilicen en las sesiones, son:

- Sistematización y evaluación de las sesiones. Anexo 1.
- Cuestionario de evaluación de los y las jóvenes. Anexo 2.
- Cuestionario de evaluación de tutores/as. Anexo 3.

- Herramienta de evaluación de procesos participativos. Anexo 4.  
La temporalización quedaría organizada de la siguiente manera:

(Ver tabla en la siguiente página)

“Cantera” está ideado para ser desarrollado en un mínimo de 10 sesiones y un máximo de 15 en cada una de las fases, de tal manera que las sesiones quedarían organizadas en torno a los bloques temáticos anteriormente detallados y esquematizados en el anterior cuadro. La numeración corresponde al orden que podrían seguir las sesiones y con una “X” están marcadas aquellas que podrían ser realizadas si en el centro permiten un número superior a 10 sesiones.

A partir de la sesión número 6 en la primera fase y de la sesión número 4 en la segunda, sería el momento ideal para comenzar a proponer las sesiones en el espacio no formal de manera paralela a los talleres que se seguirán trabajando dentro del aula. Esto queda supeditado a los ritmos del propio grupo.

	YO	GRUPO	AULA	COMUNIDAD				
TRABAJO CON LAS EMOCIONES	0. INTRODUCCIÓN 1. ¿QUIÉN SOY? 2. ¿QUE SIENTO?	1. ¿CÓMO ESTOY?	4. QUE DOY, QUE ME APORTAN?	2. ¿QUE STÁ CAMBIANDO EN MI?				
TRABAJO SOBRE CAPACIDADES	3. ¿QUE ME INQUIETA?	5. ¿CÓMO ME RELACIONO?	3. IDENTIDAD DE GRUPO Y AMISTAD	6. COMUNICACIÓN I *Comienzan sesiones de tarde I fase	4. CONFIANZA *Comienzan sesiones de tarde II fase	5. CUIDADOS		7. CAPACIDAD CRÍTICA 8. CAPACIDAD RESOLVER CONFLICTOS
CENTROS DE INTERÉS				7. COMUNICACIÓN II ¿QUE CONSTRUYO?	6. NEGOCIAR, ACORDAR	8. PROPUESTAS Y ALTERNATIVAS 9. EVALUACIÓN	9. VAMOS A HACERLO I 10. VAMOS A HACERLO II 10. EVALUACIÓN	

1ª Fase de Canterra - 2ª Fase de Canterra

## I FASE CANTERA

### SESIÓN 0: Introducción.

#### **Objetivo:**

- Presentar y motivar al alumnado el camino a recorrer durante los dos años de Cantera.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

#### **Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, rotuladores de colores y rotuladores permanentes, celo, música, globos, cañón, pantalla, posits, ordenador, altavoces y música movida y divertida.

#### **Desarrollo:**

- VOLANDO ALTO. (20´)

Se les entrega un globo a cada participante. En él tendrán que con rotulador permanente escribir:

- Dos manías o rarezas que les hagan únicos.
- Un sueño que tengan enredado.
- Algo que les guste decir.

Se juega con los globos y música tratando de que no caigan al suelo, la idea es perder de vista el propio globo. Cuando pare la música tenemos que tener otro de otra persona.

Empezamos a buscar a la persona, haciendo preguntas entre las distintas participantes, cuando la encontramos nos contamos las distintas preguntas.

Por último, en grupo grande, se comentan las cosas que nos han llamado más la atención de lo que nos han contado.

- PROYECCIÓN: “Tú Árbol” y espacio de convivencia. (10´).

Se presenta el proyecto Cantera explicando su estructura de desarrollo en el centro y su finalidad: la convivencia.

- ¿Qué creéis que es eso de la convivencia?
- ¿Por qué pensáis que puede ser importante?

Después de esta breve introducción se pone el vídeo de tu árbol ( [www.youtube.com/watch?v=2ont7Ab7280](http://www.youtube.com/watch?v=2ont7Ab7280) ) y se trata de ir sumando sus aportaciones en torno a lo que entienden por convivencia con el vídeo propuesto.

La idea es realizar una explicación básica del proyecto que posibilite una primera comprensión, pues el sentido general se irá construyendo durante el proceso.

- INTRODUCCIÓN DEL PROYECTO (25´).

Se les entrega tres posits de colores a cada persona y se les pide que en cada uno se conteste a la siguiente pregunta:

- ¿Qué te gustaría que ocurriese este año en el grupo?
- ¿Qué vas a aportar al grupo?
- ¿Qué cosas te gustaría aprender?

Por último se ponen en común y se recogen todas las aportaciones para tenerlas en cuenta como centros de interés a lo largo del Cantera.

- Para terminar la sesión cerramos con una técnica de RISOTERAPIA: Já-Já (5´).

Echadas en el suelo en forma de cadena cada persona tiene que posar su cabeza sobre la barriga de la anterior. Cuando la cadena esté hecha, la primera persona tiene que decir JÁ (suficientemente seco y fuerte para que la cabeza de la persona que se apoya sobre ella se mueva), la siguiente JÁ JÁ, la siguiente 3 JÁ, etc. Al final se termina en una “batalla de carcajadas sanísima”.

## **SESIÓN 1: ¿QUIÉN SOY? Conociéndome: unos cuantos planetas únicos que interactúan.**

### **Objetivo:**

- Tomar contacto con las personas únicas que conforman el grupo, de sus formas irrepetibles, propias y diversas.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría).

### **Materiales:**

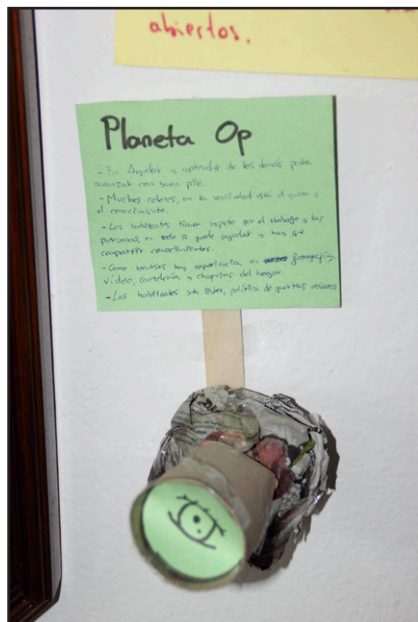
Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Materiales para reciclar, temperas, pinturas de dedos, tijeras, pegamento, hojas de colores, esferas de corcho blanco, cilindros de cartón, revistas, lana, rotuladores de colores, un pañuelo, celo, música, globos, dos perchas, cañón, pantalla y ordenador.

### **Desarrollo:**

- NUESTRO SISTEMA SOLAR EMOCIONAL. (45’).

Se les propone al alumnado crear un planeta que les represente. Deben pensar qué tipo de planeta es, qué tamaño tiene, con qué colores está pintado y que características le hacen especial. A partir de ahí, cada persona trabaja en su propio planeta y decora al gusto con distintos materiales. Es recomendable poner música tranquila que ayude a concentrarse y anime a la acción creativa.



Una vez terminado, cada participante presenta su planeta al resto del grupo. La presentación podría variar en llevarse a cabo de manera individual (para grupos más cohesionados y seguros) o en pequeños grupos donde compartan sus características.

Finalmente se crea un móvil con dos perchas donde se van colgando todos los planetas que representan el sistema solar de la clase, que se dejará en el aula a la vista de todas las personas.

Algunas preguntas motivadoras para la creación y el posterior comentario:

- ¿Con qué tres palabras definirías vuestro planeta?
- ¿Qué es lo que más os gusta de él?
- ¿Qué lugar ocupa en el sistema solar del aula?
- ¿Qué os gustaría mejorar de vuestro planeta?
- ¿Qué características de otro planeta os gustaría tener?
- ¿Qué podéis hacer para conseguirla?

#### • DINÁMICAS DE MOVIMIENTO: (15`)

En caso de quedar el tiempo ajustado a la realización de las dinámicas podremos elegir la que creamos que más necesite el grupo o se adapte a sus características.

La cremallera: algunas de las participantes se ponen en el suelo, en dos filas, cabeza con cabeza semejando una cremallera y extienden las manos hacia arriba. Se piden dos voluntarias para pasar por encima. Se intentará que pase el mayor número de personas.

Saludos: Por parejas tienen que improvisar como sería un saludo entre dos profesores de matemáticas, entre dos bailarinas, entre dos raperas...

No hay vergüenza en el grupo: se trabaja en círculo, la formadora pondrá música y con un pañuelo grande comenzará un movimiento concreto al ritmo de la música con el pañuelo, el grupo tendrá que imitar el movimiento, pero sin el pañuelo. La formadora pasará el pañuelo a otras participantes y estos repetirán lo mismo, así hasta que el pañuelo pase por todas.

## **SESIÓN 2: ¿QUÉ SIENTO? Conocer para expresar, identificar y observar nuestros estados de ánimo.**

### **Objetivo:**

- Aprender a percibir lo que sienten en sus cuerpos y reconocer la diversidad en la que se manifiestan sentimientos y emociones

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### **Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Revistas de paisajes y naturaleza, folios de colores, cartulinas, rotuladores de colores, celo, música, cofre o cajita, espejo, cañón, pantalla y ordenador.

### **Desarrollo:**

- ESCÁNER EMOCIONAL. (5`).

Proponemos al grupo contactar con nosotras mismas en el ejercicio de tratar de percibir como nos sentimos. Para ello vamos a hacer un escáner emocional, vamos repasando con música relajante y respiraciones



profundas, nuestro cuerpo, y cómo nos sentimos.

Se les propone empezar de los pies hacia la cabeza, a ver qué tal nos encontramos físicamente y como nos sentimos de energía en cada punto del cuerpo que vamos pasando.

Se hace una ronda para ver como se sienten las personas participantes.

Este ejercicio podremos utilizarlo para centrar la atención en otros momentos. Es normal que sea difícil que al principio se concentren y se tomen en serio el escáner, podemos hacer reflexión sobre este hecho.

- PAISAJES EMOCIONALES. 40 min.

Se propone hacer un mural relacionando las emociones con paisajes.

Se proporciona un listado con distintas emociones junto con varias revistas para que puedan buscar y recortar imágenes. A continuación, se le propone al grupo que busquen en las revistas un paisaje que represente cada emoción, lo recorte y haga con todas las imágenes un mural, anotando la emoción al lado de cada paisaje elegido.

Al finalizar, se colgaran todos los murales en la pared y, sin hablar y con una música suave de fondo, se irán observando los diferentes murales. Cada participante toma nota del nombre de la persona con la que más ha coincidido al ilustrar determinada emoción.

En función de esas coincidencias, se hacen grupos y, durante 5 minutos comentan por qué han elegido cada paisaje como representación de la emoción.

Listado de emociones: tristeza, ira, alegría, miedo, amor, paz, soledad, felicidad.

Algunas preguntas motivadoras:

- ¿Creéis que es posible sentir, al mismo tiempo, todas las emociones del listado?

- ¿Habéis sentido varias emociones a la vez en alguna ocasión? ¿Cuándo?
- ¿Por qué creéis que el mismo paisaje puede ser elegido para representar diferentes emociones?
- ¿Qué pensáis que podéis hacer para entender mejor lo que sienten las demás?
- EL COFRE. 5 min.

Esta útil dinámica se podrá encontrar también entre las sesiones complementarias del Creando de este mismo material.

Para cerrar la sesión se expone que van a conocer el mayor tesoro del mundo, que está en el cofre. Se creará cierto misterio sobre este hecho. Mientras vayan saliendo de uno en uno se presentará el mayor tesoro en el cofre: un espejo donde podrán ver sus caras.

### **SESIÓN 3: ¿QUÉ ME INQUIETA? Hacia nuevos territorios: Explorando retos e inquietudes propias.**

#### **Objetivo:**

- Reflexionar y adquirir competencias sobre inquietudes, espacios sin explorar y miedos.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

#### **Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, rotuladores de colores, celo, música, pañuelos, cañón, pantalla y ordenador.

## Desarrollo:

- MÍRATE EL CARETO. 10 min.

Una clave para cualquier acción conjunta es mirarse a los ojos, preguntamos al grupo si ya se han mirado entre ellos y ellas, cuáles y como son sus compañeros/as.

Pedimos que en un folio escriban su nombre y hagan la forma de su cara. Se pondrá música y mientras suene, tendrán que pasarse los folios moviéndose por la clase con la mayor rapidez posible.

Cuando la música pare tendremos que buscar a la persona de la que tengamos el folio y dibujarle una parte que la persona dinamizadora diga: ojos, pestañas, nariz, pelo, orejas y sonrisa.

Los dibujos quedan expuestos en el aula como “caricatura de la clase/grupo”.



- PON NOMBRE A TUS DRAGONES. 30 min.

Se reparte una hoja en blanco y se pide que dibujen un mapa que represente su realidad: familia, amigos, actividades que hacen, instituto... podrán dibujar las áreas con libertad en tamaño y formas.

El ejercicio consiste en pensar en cada una de las áreas que han dibujado en el mapa y detectar donde creen que puede haber algún obstáculo, miedo o barrera, alguna cosa que les ralle (inquiete) o les disguste. Tendrán que ir dibujando con símbolos (dragones) estas dificultades y poniéndoles nombre.

Se comparte la actividad y realiza un listado común de todos los dragones que han detectado.

Preguntas motivadoras:

- ¿En qué zonas hay dragones? ¿Son grandes o pequeños? ¿Cómo se llaman?
- ¿Os acordáis en alguna ocasión de algo que os diera miedo u os creara gran dificultad y que haya acabado siendo algo que realmente os gusta hacer?
- ¿Qué estrategias utilizasteis para hacerle frente?

- PIO - PIO. 10 min.

Proponemos un juego en el que todas las personas del grupo son pollitos que se han perdido y buscan a sus familias. Las participantes deberán taparse los ojos con un pañuelo y comenzar a moverse por la clase, cuando éstas encuentren a alguna persona tendrán que decir: pío, pío. Si la otra persona contesta pío-pío quiere decir que es otro pollito perdido, así que tendrán que seguir buscando a la gallina. Cuando, por el contrario, la persona que toquen no diga nada, las participantes deberán coger su mano, no moverse y mantenerse en silencio sin decir “pio pio” cuando vengan otros pollitos para que se vayan uniendo.

Preguntas motivadoras:

¿Cómo os habéis sentido? ¿Os ha resultado fácil moveros? ¿Os sentíais perdidos, seguros, desorientados? ¿Qué estrategias habéis ido usando para no tener miedo?

En muchos momentos en la vida nos sentimos desubicadas, con miedo, perdidas. Poder encontrar el calor de otras personas ayuda a crear confianza y enfrenar los dragones. Ir aprendiendo herramientas mediante ensayo-error para enfrenar, compartir e intercambiar, para sentirnos más fuertes.

## SESIÓN 4: ¿QUÉ DOY Y QUE ME APORTAN? Aprendiendo a cuidarnos para crear y crecer juntas.

### Objetivo:

- Potenciar el grupo como espacio para crecer donde poder aportar y recoger apoyo.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, rotuladores de colores, celo, música, cañon, pantalla y ordenador.

### Desarrollo:

- CARICIAS FÍSICAS 10min.

Todos/as los/as participantes pasean por el espacio con los ojos vendados, mientras la formadora va dando pautas:

1. Cuando nos encontremos con alguien nos tocamos las manos.
2. Cuando nos encontremos nos tocamos la cara.
3. Cuando nos encontremos nos tocamos la cabeza.
4. Cuando nos encontremos nos damos un abrazo.

Una vez finalizado preguntamos que nos ha parecido y cómo nos hemos sentido.

Dependiendo de la energía y la inquietud del grupo, otra variante más calmada de esta dinámica es:

Sacamos a algunas participantes fuera de la sala -aula-, cuando entren de una en una se les venda los ojos y las demás personas tienen que acercarse a ella y mostrarle afecto o cosas positivas a través del contacto físico.

Igualmente se utilizan dinámicas como la de dejarse caer y confiar en que el grupo te recoja o la que en círculo hay una persona en el centro con los ojos vendados que se deja balancear como un péndulo. Estas son dinámicas de contacto físico pero también de confianza.

- RONDA DE CUALIDADES.15 min.

El grupo se colocará en círculo y cada persona tendrá pegado un papel en el pecho y otro a la espalda, donde cada compañero/a de los dos lados tendrán que escribir qué cualidades positivas tienen y qué cosas deberían cambiar para ser mejor. Después se pone en común y anotamos las cualidades expresadas, sobre las que trabajaremos a través de las siguientes preguntas:

- ¿Cómo nos hemos sentido?
- ¿Estás de acuerdo con lo que te han escrito?
- ¿Te habías dado cuenta de que tenías esas cualidades?
- ¿Qué significa “mostrar respeto” por alguien?
- ¿Sabemos respetar a alguien que tiene cualidades que no nos gustan? (Hay que tener en cuenta al otro/a y a uno/a mismo/a; pararnos en las características

negativas y relacionarlas con el valor que le damos a las personas y su merecimiento de respeto).

- Discutid las razones de por qué, o por qué no, habría que mostrar respeto a los/as demás.

- ¿Qué podemos hacer ante esto?

- ¡ROMPED LA RAMA! 15 min.

Introducir el relato.

Relato: Un anciano del pueblo Garífuna hondureño, cerquita de la costa Caribe, se estaba muriendo y convocó en torno a sí a los suyos.

A cada uno de sus muchos seres queridos les entregó una corta y resistente ramita. Romped la ramita, les ordena. Con cierto esfuerzo, todos rompen la ramita por la mitad.

Eso es lo que ocurre cuando un alma está sola y no tiene a nadie. Se rompe fácilmente.

Después el viejo les dio a cada uno de sus parientes otra ramita Y les dijo: Así me gustaría que vivierais cuando yo haya muerto. Reunid todas las ramitas en haces de dos y de tres. Y ahora, quebrad los haces por la mitad. Nadie puede quebrar las ramitas cuando forman un haz de dos o tres. El viejo me miro sonriendo. Somos fuertes cuando estamos con otra alma. Cuando estamos unidos a los demás, no nos pueden romper.

¿Qué significa para vosotras las expresiones unión y ayuda mutua?

¿Os sentís bien acompañadas? ¿Alguna vez os habéis sentido solas?

¿Qué aportáis vosotras al grupo para colaborar y crecer, para estar más unidas?

- LA BANDA DE MÚSICA. 5 min.

Se pide a los participantes que elijan cada uno un ritmo con el cuerpo. La persona dinamizadora hace de directora de orquesta, iremos sumando sonidos poco a poco, hasta crear una melodía.

Cuando nos conectamos a las otras, nos sincronizamos, podemos componer una melodía diversa. La música nace de la suma de lo que tu das y lo que te aportan, de manera armónica.

## **SESIÓN 5: ¿CÓMO ME RELACIONO? El arte de reinventarse en compañía.**

### **Objetivo:**

- Reflexionar y tomar conciencia de la forma que tenemos de relacionarnos

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### **Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Globos, periódicos, revistas antiguas, folios, chokolatinas, revistas, lana, rotuladores de colores, celo, música, cañón, pantalla y ordenador.

### **Desarrollo:**

- ¿COOPERAR O COMPETIR? 10 min.

De pie y de dos en dos, se colocan espalda contra espalda con su pareja y se cogen por los brazos. Enfrente de cada uno (a ser posible en una silla) habrá una golosina para cada uno a unos cuatro pasos de distancia. Cuando contemos hasta tres, han de intentar conseguir la golosina sin soltarse (unos segundos). Quienes se suelten se quedarán como observadores, se trata de ver si hay alguna pareja que se pone de acuerdo para ir primero en una dirección y luego en otra. Habrán conseguido cooperar y habrán ganado. No servirá como modelo de cooperación, si uno, por ser más fuerte consigue arrastrar al otro.



A quienes no lo consigan se les pide volver a la posición inicial y se les propone que hablen y que busquen una solución, pues solo podrán intentarlo otra vez y si no lo consiguen perderán la golosina.

Preguntas motivadoras:

¿Qué ha pasado? ¿Cuál era el problema? ¿Habéis conseguido vuestra golosina? ¿Y vuestra compañera o compañero? ¿Cómo os habéis sentido durante el juego? ¿Qué pensáis y como os sentís los que tenéis la golosina? ¿Había alguna manera de que la hubierais conseguido los dos? ¿Es justo que uno la tenga y el otro no? ¿Quién decide como actuar?

- CREAR O DESTRUIR . 35 min.

Se dispone en el suelo del aula material muy diversos: periódicos, revistas, globos hinchados

Se indica a los participantes que en cuando suene la música pueden destruir, romper, pisar o lo que quieran con los materiales, recreándose con ello. Para ello se utiliza una música de tempo alegre.

Al cesar la música, los participantes se sientan, en silencio y con los ojos cerrados para respirar hondo.

A continuación se les indica que miren a su alrededor ¿Cómo está el espacio? ¿Les gusta como ha quedado? ¿Como les hace sentir?

En la segunda parte del ejercicio se pone una música más tranquila que favorezca la creatividad, y se les pide que a partir de lo destruido creen algo: una escultura, un dibujo.. algo bello y útil. Pueden hacerlo individual o colectivamente.

Finalmente se ponen en común los dos momentos:

- ¿Que ha sido más rápido crear o destruir?

- ¿A qué energía te conectas en cada caso? ¿Cómo os habéis sentido en ambas situaciones?
- ¿Que cualidades habéis tenido que poner en práctica para ambas situaciones?
- ¿Pensais que a veces es necesario destruir? ¿es lo mismo destruir que tener actitud destructiva?
- ¿Con que te identificas más? ¿Te relacionas creando o destruyendo?



- ABRAZOS MUSICALES. 5 min.

Las personas dinamizadoras pondrán música. Las participantes bailaran por el aula hasta que la música deje de sonar. En ese momento las dinamizadoras darán la orden: ¡Abrazos por parejas! ¡Abrazos por tríos! ¡Abrazos por cuartetos! ¡Abrazo colectivo!

## SESIÓN 6: COMUNICACIÓN I : ¿CÓMO ME EXPRESO?

### Desarrollando habilidades para una comunicación asertiva.

#### **Objetivo:**

- Reflexionar y tomar conciencia acerca de la forma que tenemos de comunicarnos con las otras.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

#### **Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, sal, jarra con agua, rotuladores de colores, celo, música, cañón, pantalla y ordenador.

#### **Desarrollo:**

- “LA SAL” 30 min.

Esta dinámica sirve para que las participantes tomen conciencia del poder de sus palabras y del efecto que tienen, o pueden tener, sobre los demás y en el tipo de comunicación que producen.

Se propone un experimento científico y se pide mucha atención.

¿Qué es esto? (enseñando el salero). No, no, el salero sois vosotros. ¿Y esto? (señalando la sal). No, no, esto –la sal- son vuestras palabras, todo lo que decís. ¿Y qué es esto? (señalando la jarra con agua). No, no, esto es un amigo o una amiga con quién os habéis enfadado muchísimo.

Ahora observad atentamente lo que sucede (empezamos a hacer comentarios negativos sobre la jarra y por cada comentario echamos un poco de sal: ¡idiota! ¡Imbécil! ¡No te aguanto! Inútil! ¡Cara de perro! ¡Vete a la mierda!...Ahora permitimos que se acerquen, echen sal y digan sus comentarios despectivos encima de la jarra.

A continuación se remueven las palabras (sal) que ya están en el interior de la otra persona (jarra con agua)

Preguntas motivadoras:

¿Qué efecto creéis que han producido vuestras palabras sobre vuestro amigo o amiga, sobre su cuerpo, sobre su salud, sobre sus emociones? ¿Cuándo nos enfadamos con un amigo o amiga, es para siempre? ¿Pensáis que podéis recuperar vuestras palabras? (demostramos que no se puede sacar la sal de la jarra) ¿Podéis sanar el daño hecho solo pidiendo perdón? ¿Podéis medir de alguna manera el daño que hacéis?

- Para cerrar la VISUALIZACIÓN DEL VIDEO de Masaru Emoto (científico japonés).

<http://www.slideshare.net/begabi/masaru-emoto-los-cristales-de-agua>

Las palabras tienen mucho poder y una vez dichas ya no se pueden recuperar. Por eso es importante pensar bien antes de hablar. Podemos aprender maneras diferentes de decir lo que pensamos.

- MENSAJES CENTRADOS EN SI MISMO. 20 min.

Esta dinámica sirve para vivenciar de manera reflexiva las diferentes posibilidades de comunicación y sus consecuencias. Que aprendan el concepto de comunicación asertiva.

Repartimos una hoja, para cada pareja, que deberán recortar y emparejar según los contenidos. Dejarles unos minutos para que valoren las diferentes formas de comunicar. Cada pareja tendrá que representar una de las situaciones.

### **Situación 1:**

- “¡Mama eres una pesada! Ya te dije 20 veces que cuando termine de hacer esto con el ordenador recojo mi habitación, ahora no lo voy a hacer por mucho que me des la chapa.”
- Mama, estoy haciendo algo que para mi es importante en este momento, si te parece bien, nada mas termine la ordeno.

### **Situación 2:**

- No entiendo porque tiene que enterase Silvia de que me gusta Luis, te lo conté a ti porque eres mi amiga, si hubiera querido que se enterara todo el instituto lo hubiera publicado en el periódico imbécil.
- Me siento mal cuando le cuentas a otras personas mis cosas personales, me gustaría que respetaras nuestra confianza, te agradecería que no lo volvieras a hacer.

### **Situación 3:**

- “Lucia, como me vuelvas a coger mi ropa te mato, a ver si te crees la reina de la casa”
- Lucia me siento invadida cuando coges mis cosas sin consultarme, preferiría que me preguntaras antes qué me parece.

### **Situación 4:**

- “Te pregunté si íbamos al cine, me dijiste que no, y luego me entero que fuiste con Mario y no me avisas. Tranquila que para otra vez no te molesto y os dejo a vuestro rollo exclusivo”

- Me siento desplazada cuando no eres sincera conmigo y no me incluyes en tus planes.

**Situación 5:**

- ¡Es que no entiendo porque si van todas y sus padres las dejan, siempre tenéis que ser vosotros los aguafiestas y yo joderme y quedarme en casa! Genial. Muchas gracias.

- Me gustaría poder ir y que confiarais en mi, para compartir con el resto de mis amigas el momento.

Preguntas motivadoras: ¿Qué opináis de estos mensajes? ¿Quieren decir lo mismo? ¿Cuál os gusta más? ¿El que os gusta más es el que empleáis habitualmente o es el otro el que utilizáis más? ¿Qué diferencias habéis observado? ¿Expresarse sin molestar significa que siempre conseguiremos lo que queremos?

Tenemos derecho a expresar como nos sentimos y lo que pensamos, pero podemos hacerlo sin molestar. Tenemos también derecho a pedir lo que queremos, pero los demás tienen el mismo derecho a decirnos que no (o que sí) y debemos respetar su decisión.

## **SESIÓN 7: COMUNICACIÓN II : ¿QUÉ CONSTRUYO? Palabras que hieren, palabras que crean puentes.**

**Objetivo:**

- Reflexionar y tomar conciencia acerca de la forma que tenemos de comunicarnos con las otras personas y la importancia que tiene para construir propuestas colectivas.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

**Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, rotuladores de colores, celo, música, cañón, pantalla y ordenador.

**Desarrollo:**

- RELATO- LA CASA DE LA PALABRA. 20 min.

“En algunos poblados de Mali se encuentra La Casa de La Palabra. La gente va allí a negociar y a solucionar los conflictos. La casa se levanta sobre columnas de piedras o adobe y no tiene paredes. Sólo está cubierta por un tejado de paja y es tan baja que no es posible estar de pie. Para entrar hay que agachar la cabeza. Así, quien entra recuerda que es preciso ser humilde para comunicarse con los demás. La Casa de la Palabra carece de muebles y las personas se sientan en el suelo, unas frente a otras. Si alguien, llevado por la ira o por la pasión de la discusión, se levanta agitado para abalanzarse sobre el otro, se golpea la cabeza contra el techo. El dolor que siente le recuerda que es necesario ser paciente y que dejarse llevar por las emociones solo sirve para estropear el dialogo”

Se divide a los participantes en grupos de 5 y se lanzan las siguientes preguntas que luego pondremos en común:

- ¿Qué os parece la idea de la Casa de la Palabra? ¿Creéis que sería interesante tener un espacio así en el aula, en el Instituto o en la ciudad?
- ¿Que sentís cuando alguien no piensa de la misma forma que vosotros? ¿Cómo actuáis si eso ocurre?

- PALABRAS DARDO Y PALABRAS PUENTE. 15 min.

En subgrupos diferentes a los anteriores se les pide representar de manera creativa 2 palabras- dardo (palabras que van justo al dolor) y dos palabras puente (que abren camino y permiten entenderse)

Preguntas motivadoras:

- ¿Qué tipo de palabras usamos más?
- ¿Como nos sentimos con ambas palabras?
- ¿Piensas que aprender a hacer palabras puente ayuda prevenir conflictos?

En esta sesión se invita a las participantes a formar parte del espacio de tardes donde irán construyendo y perfilando algún sueño que tengan conjunto.

## **SESIÓN 8: ALTERNATIVAS Y PROPUESTAS: cómo comenzar a construir sueños colectivos.**

### **Objetivo:**

- Reflexionar y visualizar las claves necesarias para el trabajo en equipo. Motivar a la acción.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### **Materiales:**

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, rotuladores de colores, celo y música.

### **Desarrollo:**

- SEGUIR EL TRAZO. 5 min.

Con música y en parejas vamos a imaginar que somos pintores, y que en nuestras extremidades tenemos el pincel.



-En parejas: con alguna de nuestras extremidades trazamos una línea como queramos al aire, al ritmo de la música y la dejamos en algún lugar donde nuestra compañera tenga que continuarla.

- Por toda la clase en grupo grande: se van continuando los trazos de nuestras compañeras.

- MÁQUINA DE HACER SUEÑOS. 35 min.

Vamos a realizar en grupos de 5 una máquina de hacer sueños. Ésta tiene que contener todas las mecánicas necesarias para poder trabajar colectivamente y construir una idea común. La diferencia entre un sueño y un proyecto es una fecha. Se pueden utilizar todos los recursos creativos que las personas participantes quieran para presentarla: teatro, poesía, pintura, dibujo.. Posteriormente se pondrán en común.

- DINÁMICA DE EVALUACIÓN. 10 min.

“APLAUDO, CRITICO, PROPONGO”.

Con cartulinas de colores, la persona monitora dibuja unas manos que aplauden, unas que tienen el dedo pulgar hacia abajo y otras abiertas; éstas responden a tres aspectos que queremos evaluar (positivo, negativo y propuestas).

Se reparte a cada persona tres post-its respondiendo a lo que más le ha gustado, lo que menos y lo que le gustaría seguir haciendo.

Se pegan en las tres cartulinas de colores según corresponda y que a su vez están colgadas en la clase.

Se realiza una lectura de las respuestas dadas por el grupo y un pequeño debate para resumir conclusiones.

## FASE II CANTERA

### SESIÓN 1: ¿CÓMO ESTOY?: La expresión grupal a través de las emociones individuales.

#### Objetivos:

- Favorecer las relaciones interpersonales entre chicos y chicas con objeto de superar la vergüenza que provocan los vínculos entre ambos sexos.
- Conocer aspectos personales de las compañeras.
- Facilitar la expresión de sentimientos y aspectos íntimos.
- Favorecer el trabajo con las emociones de las personas jóvenes y del autoconocimiento de las mismas.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

#### Materiales:

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

Folios, rotuladores de colores, rotuladores permanentes y celo

#### Desarrollo:

- RECORDATORIO DE TODO LO TRABAJADO DURANTE EL CURSO ANTERIOR (10´)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?

Dinámicas:

• JARDIN DE ESPECIES ÚNICAS. (35`):

Sabemos que a la vuelta del curso todas hemos cambiado y crecido mucho, así que tenemos que reconocernos. Proponemos hacer un jardín de especies únicas. Se reparten folios y cada participante tiene que dibujar su especie única que puede tener forma de planta, de flor, de arbusto... de lo que quiera. Contestamos primero individualmente, y luego lo ponemos en común en el grupo, se pondrá en común solo aquellas características que quieran compartir.

- 1- Nombre de la especie.
- 2- Hábitat en los que vive.
- 3- Cosas que le hacen crecer
- 4- Nutrientes necesarios.
- 5- 3 Características que la hacen única
- 6- Plagas que la pueden matar y enfermar.
- 7- Abono necesario.

• “LA SILLA SINCERA” (15`)

Las personas participantes se colocarán formando un círculo. Se pedirán tres voluntarias que irán saliendo de una en una al centro del círculo y se sientan en una silla.

Las que rodean el círculo deberán de realizar 10 preguntas a quien está sentado en la silla de forma que las conteste diciendo la verdad. Solo puede dejar sin contestar 3 de las realizadas por sus compañeros/as.

Deben ser preguntas abiertas sobre cualquier cosa de la vida de esa persona. Es importante que la persona que salga al centro del círculo sea voluntaria para que no se siente obligada.

## SESIÓN 2: ¿QUÉ ESTÁ CAMBIANDO EN MÍ?: Expresar mis cambios para cambiar mi comunidad.

### Objetivos:

- Favorecer las relaciones interpersonales entre chicos y chicas con objeto de superar la vergüenza que provocan los vínculos entre ambos sexos.
- Trabajar la expresión de sentimientos de manera grupal.
- Conocer lo que piensan/sienten el resto compañeras a la vez que se aumenta la autoestima dentro del grupo.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

### Desarrollo:

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (5`)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?

Dinámicas:

- BESO-PLACAJE (10`)

En círculo intercaladamente cada persona es un número o una letra, una persona sentada en el centro del círculo tiene que gritar una combinación de un número y una letra. Al grito tienen que salir corriendo las personas que

se hayan mencionado, la de la letra tiene que dar un beso a la persona que está sentada en el centro, antes de que la persona del número le dé un beso, mientras que la persona del número tiene que darle un beso a la de la letra antes de que esta se lo dé a la que está sentada en el centro.

Es interesante romper con los juegos en los que se segrega al grupo por sexo de forma que la distribución entre los grupos (letras y números) se hará de manera aleatoria.

- BARÓMETRO DE VALORES. (35´)

La idea es reflexionar sobre las relaciones entre chicos y chicas y la dificultad que para algunos/as ello supone.

Todas de pie, decimos al grupo que imaginen una línea en el suelo. Un lado de ésta será verdadero y el otro falso. La persona dinamizadora leerá algunas afirmaciones ante las cuales deberán de posicionarse. Seguidamente darán sus argumentos.

Afirmaciones:

1. Entre chicos, el darse un beso es normal.
2. En una relación, es el chico el que tiene que demostrar sus sentimientos en primer lugar.
3. Me da vergüenza abrazarme a un compañero/a de la clase.
4. Cuando tengo un problema siempre busco ayuda en mi amigo/a.
5. Me arreglo porque me preocupa lo que opinen de mí.
6. Muchas veces no digo lo que pienso porque temo lo que el resto de compañeras vayan a pensar.
7. Las mujeres son más sensibles que los hombres
8. Si no hay celos es porque no estás enamorado@

- EL PEZ KOI. (10´)

“El pez Koi es una carpa japonesa con una capacidad fascinante. Su tamaño depende del tamaño del lugar en el que habite: si vive en una pecera pequeña,

solo crece unos centímetros; si lo trasladamos a un estanque puede llegar a medir más de dos palmos, si vive en un estanque todavía mayor, puede llegar a alcanzar medio metro y si vive en un lago grande puede llegar a alcanzar un metro”

Se propone una lluvia de reflexiones y opiniones sobre como el contexto ayuda a crecer a las personas, y por tanto la responsabilidad en crear confianza y espacios de respeto para crecer en libertad, desde la diversidad que nos caracteriza.

## **SESIÓN DE REFUERZO: ¿QUÉ ESTÁ CAMBIANDO EN MÍ?: Expresar mis cambios para cambiar mi comunidad.**

### **Objetivos:**

- Favorecer las relaciones interpersonales entre chicos y chicas con objeto de superar la vergüenza que provocan los vínculos entre ambos sexos.
- Trabajar la expresión de sentimientos de manera grupal.
- Conocer lo que piensan/sienten el resto compañeras a la vez que se aumenta la autoestima dentro del grupo.

### **Materiales:**

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Folios.
- Bolígrafos.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

**Desarrollo:**

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR. (5´)

Exposición de la formadora y del grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?

Dinámicas.

- “EL INTERCAMBIO DE UN SECRETO”. (55´)

La formadora reparte un folio a cada persona del grupo. Las personas participantes deberán escribir en sus folios la dificultad que encuentran en la relación con sus compañeros/as o bien un problema que tengan con alguien. Se les recomienda que disimulen la letra para que no se sepa la autoría. Todas doblan el folio de forma idéntica, y una vez recogidos se mezclan y se distribuyen a cada personas participante.

A continuación se pide que cada persona asuma el problema que ha aparecido en el folio que le ha tocado y que lo haga como si fuese la autora, esforzándose por comprenderlo. Cada una lee en voz alta el problema utilizando la primera persona «YO» y haciendo las adaptaciones necesarias, para finalmente aportar su posible solución. Al explicar el problema a las demás personas del aula, cada una deberá procurar personalizarlo. No se permite debate ni preguntas durante la exposición.

Al final, la formadora podrá dirigir el debate sobre las reacciones, formulando las preguntas siguientes:

- ¿Cómo te sentiste al describir tu problema?
- ¿Cómo te sientes al exponer otros problemas?
- ¿Cómo te sentiste cuando otra persona relataba tu problema?
- A tu parecer, ¿comprendió bien tu problema?
- ¿Consiguió ponerse en tu situación?
- ¿Crees qué tu llegaste a comprender el problema de la otra persona?
- Como consecuencia de este ejercicio, ¿crees qué vas a cambiar tus sentimientos en relación a las demás?

## **SESIÓN 3: IDENTIDAD DE GRUPO Y AMISTAD: La cohesión grupal como paso indispensable hacia la transformación social.**

### **Objetivos:**

- Favorecer la motivación del grupo respecto al programa.
- Favorecer un clima de confianza.
- Aprender a trabajar en equipo.
- Fomentar y favorecer la autoestima de cara a potenciar las virtudes de cada miembro del grupo.
- Fortalecer la identidad de grupo.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### **Materiales:**

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Bolígrafos (para todo el grupo).
- Folios.

### **Desarrollo:**

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (5´)  
Exposición de la persona formadora y del grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?



Dinámicas.

- “YO TAMBIÉN QUIERO SER DEL GRUPO” (10´)

Se escogen unas cinco o siete personas que quedarán en el centro del aula, formando un círculo bien apretado entrelazando sus brazos. Se escoge a otra persona que va a ser la intrusa: intentará penetrar en el círculo de las compañeras como sea, mientras que estas intentaran que no lo logre. La intrusa intentará abrir el círculo y hacerse un lugar en él junto a las demás como alguien más del grupo. La formadora puede hacer que se añadan más personas intrusas ya que este papel suele despertar fuertes niveles de empatía. Para finalizar el ejercicio todas las personas harán sus comentarios acerca de la experiencia que han realizado u observado. Es importante observar si las personas intrusas intentaron penetrar con la fuerza o el diálogo.

Una variante de este juego es aquella en la que sólo se permite entrar a las personas intrusas al círculo si lo solicitan “Por favor”.

- “PSIQUIATRÍA”(25´)

Necesitamos a una persona voluntaria que salga por unos minutos de la clase. Sentadas en círculo, la dinamizadora explica que la persona voluntaria deberá de realizar preguntas a la persona que desee. Pueden ser preguntas relacionadas con aspectos personales, del IES, de la familia, amigos/as, etc. Deberán de ser preguntas que solo se pueda responder con SI o NO. Por ejemplo: ¿Saliste ayer?...; a la persona que se lo pregunte deberá de responder por la persona que está sentada a su derecha. Si no estoy de acuerdo con la respuesta que da la persona que responde por mí, digo “psiquiatría”, entonces todo el mundo se cambia de sitio. Volvemos a responder por la persona que se ha sentado a nuestra derecha.

Una vez explicada la dinámica al grupo, la persona voluntaria entra en la clase y realizando preguntas a quien desee (preguntas de si/no) deberá de adivinar la consigna que entre todas hemos consensuado.

- ¿SI o SI? (20`)

De forma individual, cada cual deberá de responder y escribir en un folio la respuesta de la siguiente pregunta, ¿Cómo tenemos que actuar para poder hacer los juegos y dinámicas en clase?

Se trata de que el grupo reflexione sobre qué necesitamos para poder trabajar en grupo. Por ello lo exponemos con una pregunta cercana y con la que se sienten más identificadas.

Seguidamente y en subgrupos cada cual deberá de expresar su respuesta de forma que se llegue a un consenso.

En gran grupo, se expone el trabajo de cada subgrupo y mediante un debate se llega a una conclusión.

La persona dinamizadora deberá reforzar la idea de que para poder trabajar en grupo y realizar cualquier actividad debemos de seguir dichas pautas.

## **SESIÓN 4: CONFIANZA: La generación de alternativas CON mi entorno más cercano.**

### **Objetivo:**

- Fortalecer la autoestima.
- Descubrir los prejuicios y razonarlos.
- Estrechar la confianza del grupo/aula.
- Trabajar cuestiones relacionadas con sus centros de interés.

Tiempo de realización: una hora, la clase de tutoría.

**Materiales:**

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Fichas de colores para la dinámica “mensajes de colores”.

**Desarrollo:**

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (15´)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿Para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?. En este punto del proyecto se les comenzará a plantear la posibilidad de realizar aquellas acciones que les parezcan más interesantes. Estas acciones se llevarán a cabo de manera paralela en horario extraescolar. El horario y las acciones que se van a desarrollar serán decididos por ellas.

Algunas preguntas que se pueden utilizar para fomentar la puesta en común de propuestas son:

- ¿Qué hay en mi centro/barrio/pueblo que me gusta y que quiero que continúe existiendo?
- ¿Qué NO hay en mi centro/barrio/pueblo que me gustaría que hubiese?
- ¿Qué hay en mi centro/barrio/pueblo que NO me gusta y que quiero que deje de existir?

Dinámicas:

- “MENSAJES DE COLORES” (45´)

Se colocan sentados en círculo, la personas educadoras repartirán a cada una 7 trocitos de papel de diferentes colores y con diferentes mensajes. Luego, las educadoras irán nombrando las siguientes consignas que están representadas por un color, al nombrarlas las participantes deberá abrir el papel de ese color, leer el mensaje que contenga, volverlo a arrugar y lanzarlo al centro. Al finalizar, las educadoras preguntarán ¿A quién le queda el mayor

número de piedras? Las personas que tengan el mayor numero de piedras, abrirán la piedra de color azul que contiene el mensaje clave “Eres una persona muy importante para nosotros”.

Orden de los sobres:

1º. L@s que lleven puesto alguna ropa o calzado de marca.

VERDE : También se puede vestir sin marcas.

2º. L@s que no vayan a la casa de la juventud.

ROJO: ¡Písala te está esperando!

3º. L@s que tengan o hayan pensado hacerse algún “piercing” y/o tatuajes.

MARRON: Tu cuerpo es tuyo, ¡Tú decides!

4º. Tod@s l@s que no han participado como voluntari@s en algún acto en su barrio. AMARILLO: ¿A qué esperas? ¡Hazte defensor de los derechos humanos!

5º. Tod@s l@s que tienen móvil y utilizan el Whatsapp.

VIOLETA: Relacionarse cara a cara mejora la comunicación

6º. Tod@s l@s que tienen “Facebook, Tuenti, Twitter...

NARANJA: ¡Cuidado! No sabes quién puede estar al otro lado.

7º. AZUL: ¡Eres una persona muy importante para nosotr@s!

## **SESIÓN 5: CUIDADOS: La generación de alternativas PARA mi entorno más cercano.**

### **Objetivo:**

- Lograr la cooperación para favorecer la implicación para con el grupo.
- Favorecer la sensibilidad y escucha hacia los compañeros y compañeras.

- Interiorizar la identidad de grupo

Tiempo de realización: una hora, la clase de tutoría.

Materiales:

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Copias suficientes de la ficha del refugio subterráneo

### **Desarrollo:**

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (5´)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?. En este punto del proyecto se les irá recordando que un grupo de gente del curso está realizando acciones en horario extraescolar y se recordará que toda aquella persona que esté interesada sigue estando invitada.

Dinámicas:

- “EL REFUGIO” (35´)

Es una ficha que se repartirá a cada alumno en la cual se les presenta un caso apocalíptico. En ella deben escoger 5 personas con las que compartirían dicho refugio argumentando el porqué. Se les deja un tiempo de reflexión hasta comenzar el debate a nivel grupal. Se empieza solicitando que cada persona exponga cuales han sido sus elecciones y el porqué. Más tarde se pasa a las reflexiones conjuntas.

Guía para el debate:

1. ¿Qué tal os habéis sentido haciendo el ejercicio?
2. ¿Qué os parecen las argumentaciones que habéis realizado?

3. ¿Tiene algún parecido este ejercicio con la vida real?
4. ¿No hacemos algunas veces exclusiones por ser diferentes? Si no hacemos nosotros/as estas exclusiones, ¿Nos las hacen personas de nuestro entorno?

### *FICHA "EL REFUGIO"*

Imaginaos vuestra ciudad amenazada de bombardeo. Se aproxima una persona y os pide una decisión inmediata. Hay un refugio subterráneo que sólo puede cobijar a seis personas (incluida tú) Hay once que quieren entrar en él. Estas son las características de esas once personas. Tiene que elegir y quedarte con cinco.

-Un violinista de 65 años, homosexual.

-Un abogado de 25 años

-La mujer de ese abogado, de 24 años, que está embarazada. Ambos quieren estar juntos en el -refugio o fuera de él.

-Justin Biber, que en esos días está de concierto en esta ciudad.

-Una universitaria, que tiene votos de castidad.

-Un físico de 28 años que piensa que hay gays y lesbianas que lo son de nacimiento y otros que lo son por vicio.

-Una mujer de 32 años, lesbiana y madre de dos hijos

-Una prostituta, de 35 años.

-Un sacerdote de 75 años

-Un muchacho de 16 años, futbolista y enamorado de la amiga de su hermana.

-Un transformista de cabaret.

- LATA DE CONSERVAS(10`).

Con una música relajada pero que anime a la creatividad, dejamos que cada participante se ponga en algún lugar de la clase que quiera. Se les pedirá que traigan al recuerdo momentos, sensaciones, frases o cosas que hayan sido significativas para ellos por bonitas o por haber aprendido, del recorrido del grupo. Tendrán que escribirlas en papelitos.

Todos los papeles se meterán en un tarro adornado como lata de conservas, que estará a disposición de los participantes para cuando lo necesiten, bien para leer o para incluir nuevos momentos.

- LABORATORIOS CIENTÍFICOS DE VITAMINAS (10`)

Se les pide de tarea para casa que ideen una nueva vitamina concreta para cuidar al grupo. No valen frases, ni propuestas etéreas, tendrán que crear algún canal de acción puntual o continuada donde aplicarlas. Se presentaran al grupo que trabaja en horario extraescolar.

## SESIÓN 6: NEGOCIAR Y ACORDAR: El consenso frente a la mayoría.

### Objetivo:

- Aprender a expresar una opinión y defenderla
- Adquirir herramientas de negociación
- Interiorizar el consenso como mecanismo de toma de decisiones
- Aprender a aceptar, asimilar e integrar la disparidad de opiniones

Tiempo de realización: una hora, la clase de tutoría.

### **Materiales:**

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.

### **Desarrollo:**

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (5`)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?. En este punto del proyecto se les irá recordando que un grupo de gente del curso está realizando acciones en horario extraescolar y se recordará que toda aquella persona que esté interesada sigue estando invitada.

### **Dinámicas:**

- EL ASIENTO

La persona dinamizadora se tiene que sentar en una silla y el grupo tiene que convencerla de la manera que se le ocurra para que se levante de la silla, sólo con una mezcla de creatividad y realismo conseguirán que la dinamizadora se levante. Esta dinámica es para desarrollar habilidades comunicativas. En esta dinámica podemos hacer una adaptación a modo rolplaying, en la que la persona dinamizadora ejercerá como orientador@/director@ del centro y el grupo/aula tendrá con convencer mediante argumentos de la necesidad de su apoyo o consentimiento para realizar alguna acción que el grupo quiera llevar a cabo.

- DEBATE SOBRE FORMAS DE TOMAR DECISIONES

A raíz de las dinámicas de este bloque se lanza al grupo la pregunta de cómo toman decisiones en grupo ya sea en su grupo de amigos o en clase.



Se escriben en la pizarra las distintas formas (todas estamos de acuerdo - consenso -, alguien dice lo que tiene que hacer sin que cuente la opinión de los demás, por votación y mayoría, etc.) se charla sobre cada tipo y se piensa cuál sería la mejor forma de tomar decisiones dentro del grupo de Cantera.

## SESIÓN DE REFUERZO: CAPACIDAD CRÍTICA: La denuncia como herramienta indispensable para la transformación.

### Objetivos:

- Analizar distintas situaciones intentando favorecer una actitud crítica y empática hacia la injusticia.
- Favorecer la expresión de opiniones y respetar la de los demás.
- Aprender a trabajar en grupo.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Folios.
- Bolígrafos.

### Desarrollo:

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (5`)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos ha servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?.

En este punto del proyecto se les irá recordando que un grupo de gente del grupo está haciendo acciones en horario extraescolar y se recordará que toda aquella persona que esté interesada sigue estando invitada. Además se les comentará que ya llevan un tiempo mostrando sus opiniones respecto a diferentes temas y sus gustos con respecto a diversas cuestiones. Han expresado críticas de cosas que no les gustan y han “debatido” con el director@/orientador@ del centro. Llegados a este punto se les dirá que el objetivo de las dos (tres) últimas sesiones será el de poner en marcha alguna de esas propuestas dentro del instituto.

Dinámicas. (45´)

- **EL CONCURSO INJUSTO**

Se colocan en fila y la dinamizadora les informa que van a someterles a unas preguntas sobre geografía, lengua, matemáticas, etc. y que su respuesta determinará el grupo en el que vayan a participar (el de las listas y el de las tontas). Así se va preguntando primero una pregunta muy fácil y luego a la siguiente una pregunta muy difícil, de manera que queden la mayoría en el grupo de las tontas. El grupo comienza a molestarse para dar paso a la siguiente dinámica.

- **LAS SILLAS MAL REPARTIDAS**

El premio del concurso son sillas así que se reparte para el grupo de las perdedoras una sola silla, y para el grupo de las ganadoras todas las demás. Se da nombres a los grupos y se explica la dinámica, el grupo de las listas formado por 2 personas son Noruega y tienen 8 sillas que es la riqueza del país; el grupo de los tontos formado por 3 personas son ahora el grupo de Bangladesh y su única silla es su riqueza. Se trata de que todas las personas del grupo estén tocando todas sus riquezas. Se da la vuelta a la tortilla mientras que el grupo con pocas riquezas aunque incómodamente no encuentra dificultad para subirle las 3 en la silla, el grupo noruego no es capaz de abarcar todo lo que tiene.

Tras el desarrollo de la dinámica hay un debate, con las siguientes preguntas motivadoras:

- ¿Cómo os habéis sentido con la propiedad de cada silla?
- ¿Pensáis que es real? ¿Cómo te sientes al relacionar esto con la situación real de muchas familias?
- ¿Qué posibles soluciones veis?
- ¿De quien creéis son las sillas?

## SESIÓN 7: CAPACIDAD CRÍTICA: La denuncia como herramienta indispensable para la transformación.

### Objetivos:

- Analizar distintas situaciones intentando favorecer una actitud crítica y empática hacia la injusticia.
- Favorecer la expresión de opiniones y respetar la de los demás.
- Aprender a trabajar en grupo.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Folios.
- Bolígrafos.

### Desarrollo:

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (10´)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?.

En este punto del proyecto se les ira recordando que un grupo de gente del curso está realizando acciones en horario extraescolar y se recordará que toda aquella persona que esté interesada sigue estando invitada. Además se les comentará que ya llevan un tiempo mostrando sus opiniones respecto a diferentes temas y sus gustos con respecto a diversas cuestiones. Han expresado críticas de cosas que no les gustan y han “debatido” con el director@/orientador@ del centro. Llegados a este punto se les dirá que el objetivo de las dos (tres) últimas sesiones será el de poner en marcha alguna de esas propuestas dentro del instituto.

Dinámicas:

- ¿QUÉ NOS PARECE INJUSTO?

Por subgrupos, deberán identificar situaciones injustas que incluso pueden acontecer en el propio aula o que hayan vivenciado, también pueden utilizar alguna noticia de prensa o televisión reciente.

El trabajo de análisis se realizará por subgrupos.

A continuación, las distintas situaciones se expondrán en gran grupo, teniendo en cuenta varios aspectos:

1. ¿Por qué ocurren estas situaciones?
2. ¿Cómo creéis que se siente la persona afectada?
3. ¿Qué podemos cambiar desde nosotros/as mismos/as?

Se realizará un debate en gran grupo para llegar a unas conclusiones. Se dejara un tiempo para que cada subgrupo presente su idea y la argumentación. Posteriormente se pedirá al resto de participantes que sumen ideas a lo expuesto tratando de crear una posición común y amplia de las distintas situaciones.

## SESIÓN 8: CAPACIDAD DE RESOLVER CONFLICTOS: Respuestas concretas a anhelos grupales.

### Objetivos:

- Trabajar un esquema simple con los participantes para solucionar un conflicto entre personas.
- Realizar propuestas de mejora ante situaciones no asertivas y de conflictos.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

- Aula acondicionada con sillas y mesas que se puedan mover y cambiar de posición. Espaciosa y con buena iluminación.
- Folios.
- Bolígrafos.
- Baraja con los pasos para la resolución de conflictos

### Desarrollo:

- RECORDATORIO DE LA SESIÓN ANTERIOR (5´)

Exposición de la persona formadora y grupo. Se realiza la siguiente pregunta ¿para qué nos han servido las dinámicas y actividades que hemos realizado?. En este punto del proyecto se les irá recordando que un grupo de gente del curso está realizando acciones en horario extraescolar y se recordará que toda aquella persona que esté interesada sigue estando invitada. Además se les comentará que ya llevan un tiempo mostrando sus opiniones respecto a diferentes temas y sus gustos con respecto a diversas cuestiones. Han expresado críticas de cosas que no les gustan y han “debatido” con el

director@/orientador@ del centro. Llegados a este punto se les dirá que el objetivo de las dos (tres) últimas sesiones será el de poner en marcha alguna de esas propuestas dentro del instituto.

Dinámicas:

- “LA BARAJA MÁGICA” (55´)

Se forman subgrupos que contarán cada uno con un “juego de cartas” (donde se reflejan los pasos a seguir para solucionar un conflicto). A continuación se realiza un juego de cartas (el burro), donde participará un representante de cada grupo, que tendrá que reunir para su equipo las seis cartas diferentes. Una vez terminado el juego cada subgrupo tendrá que ordenar la baraja consiguiendo así, un orden lógico de actuación a la hora de resolver un conflicto. Por último, se escogerá uno de los problemas de la sesión anterior y se trabajará en gran grupo como un supuesto práctico.

Pasos para resolver un conflicto:

- Identificar el problema:

¿Qué es lo que pasa?

Para poder solucionar un problema hay que saber cuál es realmente el problema.

¿Entre quiénes ha surgido el problema?

- Causas:

¿A qué se debe el problema?

¿Por qué ha ocurrido?

- Distintas versiones:

¿Conocemos la versión de cada uno de los protagonistas?

¿Cómo se siente cada una de las partes implicadas?

- Intereses:

¿Qué quieres tú de mí?

¿Qué quiero yo de ti?

- Acuerdos:

¿Qué vamos a hacer para solucionar este problema?

- Consecuencias:

¿Qué pasaría si arreglamos el problema?

¿Qué pasaría si no solucionamos el problema?

Una vez acabada la dinámica de la “La Baraja Mágica”, OTRA VARIANTE para poder poner en práctica lo aprendido podría ser a través de rol-playing.

En subgrupos deberán de representar distintas situaciones mediante rol-playing en la que existan situaciones conflictivas o no asertivas que hayan sucedido durante el curso escolar. Éstas se rescatarán de posibles situaciones que en el propio grupo haya experimentado.

Seguidamente, en gran grupo, se realizará un debate donde se expongan varios aspectos:

1. Identificar la situación conflictiva.
2. Conocer la versión de las distintas personas implicadas y conocer sus sentimientos.
3. Realizar posibles propuestas para que la situación no vuelva a ocurrir.
4. Analizar las consecuencias de la situación, tanto si se resuelve, como si no.

A su vez, mediante el debate, algunas personas tienen adoptado un papel o rol de observadoras teniendo en cuenta los siguientes aspectos relacionados con la situación en sí y las habilidades para la comunicación y el diálogo:

1. ¿Se respetan los turnos de palabra?
2. ¿Participa todo el mundo dando sus opiniones?
3. ¿Se respetan las distintas opiniones?
4. ¿Se miden las palabras para intentar no molestar?

Finalmente se realizan conclusiones respecto a las situaciones sobre las que se dialoga y sobre cómo ha sido y deberían ser un diálogo y conversación adecuados.

## SESIÓN 9: VAMOS A HACERLO I: Puesta en práctica de una propuesta colaborativa.

### Objetivos:

- Poner en práctica alguna de las propuestas de los chicos y chicas con las que se ha estado trabajando en Cantera.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

Los que la propuesta requiera

### Desarrollo:

Toca poner en práctica alguna de las propuestas que se han venido gestando en las anteriores sesiones.

Se les comentará que el objetivo es, como se ha venido diciendo, poner en práctica alguna de las propuestas que les gustaría que hubiese en el centro. Si anteriormente se ha avanzado algo, se utilizarán estas sesiones para dar continuidad.

En caso de que este sea el primer contacto para la puesta en marcha de estas propuestas, se podrán repetir las 3 cuestiones ya trabajadas en la sesión nº 4:



1. ¿Qué hay en mi centro/barrio/pueblo que me gusta y que quiero que continúe existiendo?
  2. ¿Qué NO hay en mi centro/barrio/pueblo que me gustaría que hubiese?
  3. ¿Qué hay en mi centro/barrio/pueblo que NO me gusta y que quiero que deje de existir?
- Abrimos un tiempo de debate para consensuar cual es la acción que se quiere llevar a cabo. Es importante que no se planteen acciones excesivamente ambiciosas puesto que el objetivo es llevarlas a término.
  - OBJETIVOS: de manera consensuada se establecen cuales son los objetivos que queremos alcanzar con dicha acción.
  - TAREAS A REALIZAR: A partir de aquí se hace una lista de tareas y necesidades para desarrollar estas tareas. Estas tareas han de estar bien esquematizadas y han de ser reducidas al máximo. Las tareas serán de dos tipos, las que se desarrollen previamente a la acción y las que se desarrollaran durante la propia acción.
  - GRUPOS DE TRABAJO: Se hace un reparto por grupos de trabajo y se comienza a trabajar. Es importante hacer grupos que no sean excesivamente numerosos para que el trabajo sea fluido. Se trata de que todas las personas asuman responsabilidades y de que sean alcanzables.

La labor de la persona dinamizadora será la de motivar a todo el grupo así como acompañar y asesorar todo el proceso.

Sería interesante, ahora sí, integrar al grupo que está desarrollando acciones fuera de las horas de tutoría con la actividad que se desarrolla con todo el grupo.

## SESIÓN 10: VAMOS A HACERLO II: Puesta en práctica de una propuesta colaborativa.

### Objetivos:

- Poner en práctica alguna de las propuestas de los chicos y chicas con las que se ha estado trabajando en Cantera.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

### Materiales:

Los que la propuesta requiera

### Desarrollo:

- PUESTA EN COMÚN: Cada grupo hará una puesta en común de cómo están las tareas que adquirieron.
- EVALUACIÓN DEL CRONOGRAMA Y LAS TAREAS: Se verá si es real llegar a las fechas que nos propusimos y si el trabajo se desarrolla adecuadamente. Es el momento de reconducir aquello a lo que no se esté llegando y de redefinir las tareas que no se hayan propuesto bien.
- TRABAJO DE LOS GRUPOS: Se propone continuar con las tareas que queden pendientes dentro de los grupos de trabajo.

## SESIÓN DE REFUERZO: VAMOS A HACERLO III: Puesta en práctica de una propuesta colaborativa.

### Objetivos:

- Poner en práctica alguna de las propuestas de los chicos y chicas con las que se ha estado trabajando en Cantera.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

**Materiales:**

Los que la propuesta requiera

**Desarrollo:**

- PUESTA EN COMÚN: Cada grupo hará una puesta en común de cómo están las tareas que adquirieron.
- EVALUACIÓN DEL CRONOGRAMA Y LAS TAREAS: Se verá si es real llegar a las fechas que nos propusimos y si el trabajo se desarrolla adecuadamente. Es el momento de reconducir aquello a lo que no se esté llegando y de redefinir las tareas que no se hayan propuesto bien.
- TRABAJO DE LOS GRUPOS: Se propone continuar con las tareas que queden pendientes dentro de los grupos de trabajo.

## SESIÓN 11: EVALUACION

**Objetivos:**

- Conocer de primera mano qué ha supuesto Cantera para sus participantes.

Tiempo de realización: (una hora, la clase de tutoría)

**Materiales:****Desarrollo:**

Retomar la sesión anterior haciendo un recordatorio y reflexión.

Evaluación Individual: Se les entregará a l@s chic@s un cuestionario

(anexo de evaluación). Este cuestionario tendrán que contestarlo de manera individual.

Evaluación colectiva: Se divide al gran grupo en pequeños grupos para que contesten a una serie de preguntas que nosotr@s hemos dado previamente, de forma que se planteen toda aquellas cuestiones positivas y negativas sobre el desarrollo de Cantera.

Las preguntas son las siguientes:

- ¿Qué sesión escogerías? ¿Por qué?
- ¿Cómo mejorarías el desarrollo de las clases?
- ¿Qué cosas dirías que te ha aportado?
- ¿Cómo definirías las clases de Cantera? (con una frase o una palabra).
- ¿Recomendarías estas clases a otros compañer@s? ¿Te parecen útiles? ¿Por qué?

Una vez contestado, cada grupo explicará lo que ha puesto y porqué.

Evaluación de todo el grupo: Se pondrá un papelógrafo en el suelo de la clase y cada alumn@ escribirá o dibujará, todos los pensamientos, sensaciones, sugerencias, dudas, críticas, etc... sobre las sesiones de Cantera. Una vez, terminada se expondrá y se leerá en el grupo. En la evaluación grupal se pondrá especial énfasis en la actividad que se ha desarrollado de manera conjunta.

Evaluación de los monitores y foto grupal. (Anexos de evaluación)



## ANEXOS

### ANEXO 1. EVALUACIÓN DE LAS SESIONES.

EVALUACIÓN DE LA SESIÓN:

1. Consecución de los objetivos planteados para la sesión.
2. Adecuación de la metodología y actividades propuestas.
3. Adecuación del espacio y tiempo.
4. Clima grupal.
5. Observaciones.

## ANEXO 2: CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LOS Y LAS JÓVENES.

### PROGRAMA “CANTERA”

- ¿Qué es lo que más te ha gustado?
- ¿Qué es lo que menos te ha gustado?
- ¿Crees que “Cantera” ha servido para algo?
- ¿Has visto algún cambio en alguno de los compañeros o compañeras? ¿En qué?
- ¿Qué te gustaría para el año que viene?

## ANEXO 3: CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE LOS/AS TUTORES/AS.

### “CANTERA”: CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN TUTORIAS

Con motivo de mejorar y valorar el desarrollo del programa “Cantera” que se ha llevado a cabo en las horas de tutoría, le agradeceríamos que expresara su opinión respecto a los siguientes indicadores:

1. Adecuación de los contenidos (utilidad).
2. Asimilación de conceptos (aprendizajes).
3. Clima grupal (actitudes, comportamiento, relaciones, etc.).
4. Metodología utilizada.
5. Participación e implicación del grupo.
6. Papel de las formadoras.
7. Su papel como tutor/a en el proceso.
8. Coordinación (entre tutores/as, entre tutores/as-formadora).
9. Difusión del proyecto en el I.E.S.
10. Valoraciones y propuestas.

**Gracias por su colaboración. Un saludo**



## ANEXO 4: HERRAMIENTA DE EVALUACIÓN DE PROCESOS PARTICIPATIVOS.

Para poder valorar si los objetivos previstos en un principio, según la metodología participativa, se están consiguiendo o no, debemos tener en cuenta varias variables. Éstas inciden de forma notable en generar procesos de participación.

Definición de variables según hipótesis:

### **PERSONA TÉCNICA DE JUVENTUD:**

- ¿Ha tenido alguna experiencia participativa y de dinamización previa? (Políticas de juventud en la localidad)
- Expectativas respecto a “Cantera”
- Indicadores a tener en cuenta sobre “Entendimiento del proyecto”
  - Se conecta con los objetivos del programa, con su ideología.
  - Se plantean objetivos concretos a conseguir.
  - Metodología participativa y no directiva (Basada en la experiencia propia de los y las participantes)
  - Autonomía del grupo (Es el grupo el que decide lo que quiere hacer, sin ningún tipo de manipulación externa)
  - Otros.
- Atendiendo a los diversos indicadores, ¿ha entendido el proyecto?
- Explicación realizada del proyecto al concejal o miembros del ayuntamiento.
- Asiste a las sesiones en los IES de seguimiento. Asistencia, aportaciones.
- Coordinación con el equipo docente.

- Motivación y percepción de utilidad.
- Vinculación e intercambio con otras localidades.

### **RESPONSABLES POLÍTICOS:**

- Entendimiento del proyecto (ideología, objetivos a conseguir, metodología participativa...)
- Aportación de los recursos necesarios para el desarrollo del programa (espacios, materiales...)
- Seguimiento durante el desarrollo.
- Percepción de utilidad.

### **GRUPO DE ALUMNAS:**

- ¿Han participado en algún proceso anterior de carácter participativo?
- Percepción de utilidad.
- Conexión con los objetivos del programa.
- Clima grupal.
- Destrezas para la comunicación e información.
- ¿Se sabe trabajar en grupo?
- Organización de las tareas y acciones.
- Relación con tutor/a, técnicas de juventud y dinamizadora.
- Vinculación con otros grupos informales.

**PERSONA TUTORA:**

- Se ha conectado con los objetivos del programa, con su ideología.
- Se han conseguido los objetivos propuestos a priori.
- ¿Plantea dudas sobre el programa? Tipos de dudas, evolución.
- Nivel de implicación en clase:
  - + No permanece.
  - + Permanece y no participa.
  - +Permanece e interrumpe con otras cosas.
  - +Permanece y participa.
- Prioridad e importancia que le da al proyecto. (Trabaja partiendo de lo que se hace en las sesiones de “La Cantera”)
- Lectura y seguimiento de las sistematizaciones.
- Asistencia y participación a las reuniones de seguimiento.

**EQUIPO DEL CENTRO (ORIENTADOR/A, EQUIPO DOCENTE, DIRECTIVA):**

- Conocimiento del programa en el centro (orientador/a, equipo docente)
- Implicación del equipo docente (percepción de utilidad, conexión con los objetivos...)
- Información a padres y madres.