



2º PRIMARIA

ACTIVIDAD

MI INTERTIOR

COMPETENCIAS CLAVE

- Competencia de comunicación lingüística.
- Competencia para aprender a aprender.
- Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

- Conocer y valorar las características propias y las de los compañeros para mejorar la autoestima individual y grupal.
- Aceptarse así mismo.
- Reflexionar sobre el significado de la belleza.

RECURSOS MATERIALES

- Cuento *La sirenita que quería ser la reina de las guapas* (Adaptación de un cuento popular).
- Ficha *¿Cómo soy por dentro?*

TIEMPO APROXIMADO

50 minutos.

SENTIDO PREVENTIVO

Desde que niños y niñas son pequeños/as, es importante ayudarles a formar una imagen de sí mismos/as ajustada, no sólo a nivel físico sino también psicológico. Como se ven “por dentro” y “por fuera” va a depender en gran medida de lo que les llegue del exterior y el grupo-aula es un adecuado espacio de aprendizaje en este sentido.

El cuento es un pretexto para que reflexionen en grupo sobre el significado de la belleza y, guiados por el profesor/a, empiecen a entender que lo más bonito de nosotros/as está en el interior y es lo que hace que los demás nos quieran. La dinámica propuesta tiene como objetivo que el alumnado utilice el lenguaje positivo a la hora de describirse a sí mismos/as y a sus compañeros/as. Se dedicará un tiempo para



reflexionar sobre cómo se han sentido al escuchar cualidades propias dichas por boca de los demás y a partir de un juego posterior se reforzará lo trabajado anteriormente

ANTES DE INICIAR LA ACTIVIDAD

“Cuando decimos que algo es bonito, es porque nos gusta. Decidme cosas que os parezcan bonitas (personas, animales, flores, cualidades personales, actos, palabras...) A veces sólo nos fijamos en cosas bellas que se pueden observar o tocar, y no reparamos en otras que tienen que ver con nuestra forma de ser, como los sentimientos, las palabras, nuestras conductas... Los sentimientos hacia otras personas, lo que hacemos por ellas o como somos pueden hacer que seamos bellos por dentro.

Hoy vamos a intentar mirar más allá de lo que vemos externamente y descubrir todas las cosas bonitas que definen la personalidad de nuestros amigos/as y familiares

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Fase 1

LECTURA DEL CUENTO

El profesor/a lee el cuento titulado *“La sirenita que quería ser la reina de las guapas”* a los alumnos.

“Las sirenas son animales con cuerpo de pez de cintura para abajo y cuerpo de mujer de cintura para arriba. Viven en el mar, lejos de las personas. Por eso mucha gente piensa que no existen, pero... ¿quién puede asegurarlo?”

En un remoto océano vivía un grupo de sirenas que se pasaban el día jugando y recogiendo los objetos que las personas tiran al mar. Su vida era muy tranquila porque tenían como amigos a todos los peces –grandes y chicos- de mares y océanos. Pero una joven sirenita se aburría de hacer siempre lo mismo. Su mayor deseo era salir a tierra firme y conocer a los seres humanos. Sus amigas y los demás animales que viven en el agua trataban de convencerla:

-No te empeñes. Si sales a cualquier playa, se asustarán, y quizá te maten. O peor, te cogerán prisionera y te encerrarán en una pecera, que es como una cárcel para nosotros, los seres que nadamos y buceamos-



La sirenita aceptaba los consejos, pero a regañadientes. Hasta que un buen día, cayó al fondo del mar un trozo de revista con fotos en el que se anunciaba un concurso humano de belleza. La sirenita empezó a soñar despierta. ¿Y si iba al concurso?; ¡menuda sensación! ¿Y si además ganaba? Sería maravilloso... Así que anunció a todos sus amigos que se presentaría al concurso. Aunque todos le rogaron que no fuese, la sirena no cambió de opinión. Su madre, antes del viaje, le preguntó:

-¿Por qué quieres ir, hija mía? Aquí todos te queremos, y sabemos que eres muy bonita-

-Porque quiero que me admiren, que me regalen una corona de oro, reconozcan que soy el ser más bello del planeta y me adore todo el mundo, desde reyes hasta campesinos- dijo la imaginativa sirenita.

Su madre se preocupó mucho, pero no quiso obligarla a quedarse. Así que nuestra amiga viajó nadando durante días sin descansar. Cuando llegó a la costa, salió del agua y dijo a unos pescadores:

-¿No os parezco hermosa? ¡Seguro que jamás habéis visto un ser tan bello como yo! Llevadme al concurso de belleza.-

Los pescadores, asombrados, la metieron dentro de un saco lleno de agua de mar, y la trasladaron al palacio donde se celebraba el concurso. Durante el viaje, la sirenita cantaba feliz. ¡Ya se veía como la reina de la belleza! Saldría en todos los periódicos y personas de todo el mundo irían a verla. ¡Qué envidia sentirían sus amigas! Pero no todo fue tan bien como esperaba; en lugar de entrar por la puerta principal del palacio, los pescadores la llevaron hasta la puerta que daba a las cocinas.

-¡Eh, que no es por aquí!- dijo la sirenita un poco preocupada. Pero los hombres no le hicieron ni caso.

Cuando llegaron ante el cocinero jefe, negociaron un precio por su captura y se fueron sin despedirse. La sirenita estaba confundida: ¿cómo era que no admiraban su belleza? Se le ocurrió preguntar al cocinero:

-¿Acaso no ves que soy la más bella entre las bellas? ¡Llévame al concurso!-

-¿Bella dices?; para bello, el plato de pescado guisado que voy a hacer contigo.

El príncipe me felicitará, seguro- respondió el cocinero mientras afilaba un enorme cuchillo y ponía a calentar una sartén. La sirenita se dio cuenta de que era inútil convencerle. El cocinero sólo veía en ella un pescado más. Grande y raro, pero pescado al fin y al cabo. Muy triste, se tumbó en el fondo del saco esperando su momento final. Un ayudante del cocinero se había fijado en todo, y apenado, decidió salvarla. Cuando su jefe estaba echando sal a la enorme sartén, cargó con el saco a sus espaldas y lo transportó a la playa. La sirenita, coqueta aún, le preguntó:



-¿Me salvas la vida porque soy hermosa?-

-No. Te salvo la vida porque te han engañado y tu hogar está el mar.- y sin decir más, la tiró al océano.

La sirena viajó pensativa de vuelta a su hogar en lo más profundo de las aguas. Cuando estaba llegando, fueron a saludarla todos sus amigos. Celebraron su llegada más aún que si volviera con la corona de reina de la hermosura. Fue entonces cuando la sirenita comprendió lo vanidosa que había sido y aprendió una lección que nunca olvidaría: la verdadera belleza está en el interior.

[Adaptación de un cuento popular]

Una vez el profesor/a ha leído el cuento, se pide a un niño/a, elegido al azar, que lo resuma a su manera.

A continuación, se formulan preguntas de aproximación con el objetivo de centrar el diálogo en la auto-imagen y la autoestima:

- *¿Por qué quería la sirenita conocer a los humanos? (La sirenita quería presentarse a un concurso de belleza).*
- *Cuando llevan a la sirenita ante el cocinero se lleva una sorpresa desagradable. ¿Cuál es? (El cocinero no la ve hermosa, simplemente ve en ella un pez)*
- *Un joven ayudante de cocina la salva. ¿Lo hace porque es hermosa o por otro motivo? (La salva porque la han engañado)*
- *¿Qué significa ser “vanidosa” (pueden emplear el diccionario)?*
- *¿Os gusta cómo sois “por fuera” (altos, bajos, delgados, rellenitos, rubios, castaños, etc.)?*
- *¿Os gusta cómo sois “por dentro” (cariñosos, generosos, atentos, divertidos, responsables, etc.)?*

El profesor/a finaliza la dinámica con el siguiente comentario:

“La sirenita se lleva una gran sorpresa al descubrir que lo más importante para que los demás la valoren y quieran no es como es por fuera, sino como es por dentro”



Fase 2

CONOCERSE A SÍ MISMO

El profesor/a comienza la dinámica con el siguiente comentario:

“La sirenita sabía cómo era por fuera y se gustaba así misma, pero no sabía cómo era por dentro. Vamos a hacer una actividad para descubrir y valorar cómo somos por dentro”

El alumnado rellenará la ficha *¿Cómo soy por dentro?* El docente les dará ideas: ¿generoso/a?; ¿simpático/a?; ¿alegre?; ¿buen/a hijo/a?; ¿buen/a hermano/a?; ¿buen alumno/a?; ¿buen compañero?; ¿buen amigo/a?; ¿valiente?; ¿cariñoso?; ¿trabajador?; ¿perseverante? (explicar su significado); ¿listo/a?; ¿tranquilo/a?; ¿obediente?; etc.

Tras haber escrito al menos cinco formas de ser que sienten como propias, por turnos, cada alumno/a elegirá a dos de sus compañeros para leer lo escrito; los otros/as dos deben decirle al menos dos cualidades más. Él/ella anotará lo que los demás le dicen.

Una vez se haya completado esta tarea por cada alumno/a, el profesor /a preguntará a algunos/as qué le han dicho sus compañeros/as, si están de acuerdo con las cualidades que escucharon y cómo se sienten.

El profesor/a animará a otros/as alumnos/as a decir otras cosas positivas del compañero que está hablando.

Fase 3

JUEGO

Se trata de un juego favorecedor de la autoestima del alumnado.

El/la docente elige un alumno/a al azar y le formula una de las siguientes preguntas:

- *¿Qué es lo que más te gusta de ti mismo/a? (Podrán consultar lo escrito en las fase 2ª).*
- *¿Qué quieres ser cuando seas mayor?*
- *Di el nombre de dos personas a quienes quieras mucho*



- *Elige a alguien que quieres que sea tu amigo*

El/la alumno/a elegido/a debe responder a todas las preguntas y en la última nombrará a otro/a compañero/a (del que desea ser amigo/a). Nunca puede volver a nombrarse dos veces al mismo niño/a.

El profesor/a procura que todos sean preguntados.

COMENTARIO FINAL

“A todo el mundo le gusta escuchar de los demás cosas bonitas de ellos/as mismos, por eso os propongo que a partir de hoy intentemos decir a las personas que queremos (padres, madres, amigos/as, hermanos/as, etc.) todo lo bonito que pensamos sobre ellos/as”



¿CÓMO SOY POR DENTRO?

Escribe cinco formas de ser

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

Anota dos formas de ser que tus compañeros/as digan sobre ti

1. _____

2. _____

