

COMPETENCIAS BÁSICAS

- Autonomía e iniciativa personal.

OBJETIVOS

- Aumentar la capacidad para ejercer el autocontrol.

RECURSOS MATERIALES

- Anuncio Espera (Mc Donald's).
- Frutas traídas de casa.
- Cubiertos.
- Lápices y ceras de colores.
- Ficha Espérate.

TIEMPO APROXIMADO



SENTIDO PREVENTIVO

La contención de los impulsos en aquellas situaciones en las que deben esperar es una capacidad que cuesta trabajo incorporar en la infancia. La impaciencia y el deseo de seguir sus propios impulsos son dos de los principales obstáculos para desarrollar actitudes y comportamientos de calma y espera.

Con el apoyo de un spot publicitario, se centra la atención de la clase en la toma de conciencia de los momentos de espera mediante un comentario y varias preguntas. En una segunda fase se utilizarán preguntas-caso para facilitarles la reflexión sobre situaciones de su vida cotidiana en las que deben contenerse y aguardar el momento adecuado para emprender una acción deseada. Finalmente, mediante un juego se les enseñará a colaborar para comer un alimento apetecible sin poder tomar la iniciativa y dependiendo de quien tienen al lado.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1^a
FASE

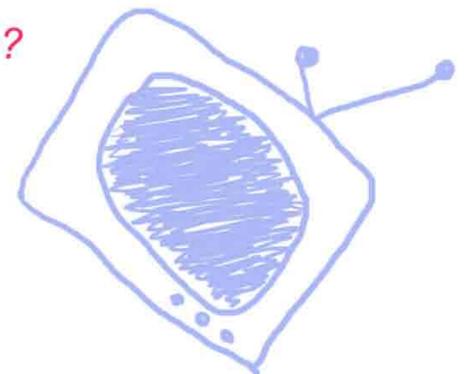
Anuncio Espera

Se abre un diálogo a propósito de los deseos y la importancia de saber esperar un poco para poder hacer lo que más les gusta.

“Vamos a ver un anuncio de la tele en el que aparece gente de vuestra edad. Veremos que están esperando tranquilamente, sin alterarse, algo que les apetece mucho. Fijaos bien en el anuncio porque luego vamos a hablar sobre él”.

Una vez proyectado el audiovisual se realizan las siguientes preguntas de para facilitar la comprensión del spot:

- *¿Qué están esperando en el anuncio?, ¿por qué miran tanto el reloj?*
- *¿Actuaban con impaciencia o con tranquilidad?*
- *Cuando queréis algo que os gusta mucho, ¿lo pedís con insistencia o esperáis tranquilamente como en el anuncio?*
- *¿Por qué cosas no sabéis esperar?, ¿qué podemos hacer para esperar con tranquilidad? (Jugar a algo mientras llega el momento, ayudar a papá y a mamá a hacer algo, pintar...).*
- *En el anuncio, ¿consiguen lo que quieren?*



Preguntas caso

Se realiza el siguiente comentario:

“Muchas veces “lo mejor” viene al fi nal: como cuando vamos al Parque de Atracciones y hay que esperar una cola para poder entrar a alguna atracción, o cuando es el día de nuestro cumpleaños y tenemos que esperar a que no falte nadie para abrir los regalos. En muchas ocasiones esperar merece la pena porque al fi nal conseguimos lo que tanto deseamos”.

A continuación se plantean algunas preguntas-caso para que comprendan la importancia de saber esperar:

- *¿A alguien le ha pasado lo mismo que hemos visto en el anuncio?, ¿por qué tuvisteis que esperar?*
- *Imaginaos que estáis comiendo y de postre hay un helado que os gusta mucho, ¿es buena idea no comer la sopa y la tortilla y tomarse primero el helado?, ¿por qué?*
- *Toca el timbre para ir al recreo y quieres salir rápidamente de clase; como hay muchos niños delante de vosotros, “os coláis” poniéndoos los primeros de la fila. ¿Qué os dice el profesor?, ¿fue buena o mala idea?*
- *Si esperáis a que os digan que os toca participar en un juego, ¿es mejor que si os ponéis a llorar porque no os dejan el primer puesto?*

Juego

Se desarrolla un juego para estimular la capacidad de autocontrol: el día anterior se les habrá pedido que traigan una fruta o postre apetitoso de su casa y un cubierto para comerlo.

Se formarán parejas, sentándose frente a frente. Ante cada participante se pondrá un alimento. Tendrán en su mano un cubierto (cuchara, tenedor, etc.). Podrán comer, con la condición de que sea su pareja quien se lo sirva. Comerán, pero de la mano de su pareja.

Una vez finalizado el juego se pondrán las experiencias en común, para ello el maestro puede ayudarse de las siguientes preguntas:

- *¿Estaba buena la fruta que vuestra pareja os ha dado?*
- *¿Habéis esperado tranquilamente a que os dieran la fruta?*
- *¿Ha sido divertido el juego?*

El cuaderno de los momentos mágicos

Dibujarán en la ficha Espérate del Cuaderno del alumno/a aquella fruta que haya comido en el aula.

Espacio para el recuerdo

Se plantea al grupo las siguientes preguntas para resumir y cerrar la actividad:

- ¿Cómo se llamaba la actividad de hoy?
- ¿Qué anuncio publicitario hemos visto?
- ¿Es mejor esperar tranquilamente las cosas que nos gustan?
- ¿A qué hemos jugado?
- ¿Qué ha sido lo más divertido?

Varios días después, se les propone que, a partir de la ficha dentro de El Cuaderno de los momentos mágicos, comenten lo que recuerdan de la actividad realizada.



