34 EJEMPLOS DE CÍRCULOS

INICIO....2
1.CÍRCULO PARA MOSTRAR EL FUNCIONAMIENTO DE LOS CÍRCULOS.... 3
2. CÍRCULO DE DIÁLOGO: ACOGIDA DEL ALUMNADO DE 1º DE LA ESO AL INSTITUTO....4
3.AUTOACEPTACIÓN ALUMNADO.... 5
4.LA CONVIVENCIA EN NUESTRO GRUPO....6
5.CÍRCULO DE DIÁLOGO “Confianza y respeto en el grupo....7
6.LA CONVIVENCIA EN EL AULA: Construyendo un mejor ambiente escolar....8
7.“NOS ESCUCHAMOS Y NOS CUIDAMOS (primer ciclo)....10
8. INFANTIL (no dejar a nadie solo o sola cuando juegan).... 11
9. INFANTIL “La clase del buen trato" 12
10.PRIMERO (Hablarse bien con respeto)....13
11.SEGUNDO CICLO (respeto entre ellos y ellas o compromiso de trabajo)..... 14
12.SEGUNDO CICLO (el buen trato).... 15
13.TERCER CICLO (Aceptar a todo el mundo).... 16
14.TRATARNOS BIEN EN CLASE....17
15. LA CONVIVENCIA....18
16. LAS CINCO NORMAS DE NUESTRO GRUPO....19
17.CREACIÓN Y CUIDADO DEL GRUPO....20
18. LA CONVIVENCIA EN NUESTRO GRUPO....21
19.CIRCULO PARA INICIAR EL TEMA DE LA POESIA....22
20. APRENDER CON ESFUERZO EN LA FORMACIÓN PROFESIONAL.... 22
21.EL CÍRCULO DE “LA RESILENCIA COLECTIVA”....23
22. CÍRCULO SOBRE LA CIUDADANÍA DIGITAL Y POSTUREO.... 23
23. EL MAPA DE LOS SUEÑOS (y los miedos)....24
24. CONSTRUYENDO TRIBU.... 24
25 PONERSE EN LOS ZAPATOS DE LA OTRA PERSONA....26
26. ACORDAMOS NUESTRAS NORMAS DEL GRUPO....27
27. ESCUCHARNOS (para mejorar nuestras relaciones)....28
28.CÍRCULO CON LAS FAMILIAS (abordar un conflicto entre algunos niños y niñas de la clase y que ha repercutido en las famílias)....29
29. GRADO SUPERIOR DE EDUCACIÓN INFANTIL.... 31
30. GRADO SUPERIOR DE INTEGRACIÓN SOCIAL....32
31.CUIDARNOS EN NUESTRA CLASE.... 33
32.COHESIÓN DE GRUPO.... 34
33.COHESIÓN DE GRUPO.... 34
34 .CUIDAR EL APRENDIZAJE EN EL AULA.... 35



INICIO

El inicio de un círculo siempre requiere un cierto ritual para que podamos contar con la atención de las personas que participan en ese momento tenemos tres situaciones

La primera siempre consiste en explicar las normas de funcionamiento:

- El uso del objeto (la palabra, la escucha, la posibilidad de no hablar)
- Las normas del respeto y si son mayores la de la confidencialidad

La segunda y tercera, cuyo orden podemos alternar son:

- Una actividad que permita cierta sensación lúdica (habitualmente una actividad para mezclarse)
- Una primera pregunta (que nos permite reforzar a las personas participantes en el buen uso de las normas)

Para explicar las normas del círculo al alumnado de educación infantil y primer ciclo de educación primaria planteamos estos superpoderes.

- El Superpoder del Silencio (La Oreja Atenta): "Cuando alguien tiene el [objeto de la palabra], los demás guardamos nuestras palabras en una cajita en la boca y escuchamos con las orejas y con el corazón."
- El Superpoder del Respeto (La Mirada Amiga): "En este círculo sólo usamos palabras que abrazan y gestos que cuidan. Aquí no hay burlas, solo amigos que se escuchan."
- El Superpoder de la Verdad (El Corazón Valiente): "Aquí podemos decir cómo nos sentimos de verdad, porque este es un lugar seguro donde todos te vamos a cuidar."

1.CÍRCULO PARA MOSTRAR EL FUNCIONAMIENTO DE LOS CÍRCULOS

Introducción

Buenos días, estamos en círculo porque así todos nos podemos ver las caras y podemos hablar, y para este círculo las normas son:

Utilizamos este objeto para hablar, quien lo tiene habla y el resto escuchamos atentamente, todas las personas hablamos y escuchamos con respeto. Si al llegarme el objeto no tengo una respuesta lo paso a la persona que está a mi lado.

Actividad inicial para mezclar

Antes de empezar, me gustaría hacer un juego. se llama naranjas y limones, nombramos alternativamente a los alumnos naranja o limón, posteriormente, quien facilita nombra de forma aleatoria naranja o limón y las personas se cambiarán de sitio en función de si se sienten nombrados.

Presentarnos

Ahora quisiera que contéis 1-2 y recuerde el número. Ahora, hacemos parejas con los que ha contado 1-2 y durante 1 minuto, habláis de dos aficiones que tiene en común.

Ahora, iréis diciendo (círculo) una de las cosas que tiene en común que te gusta.

Preguntas

- Ahora me gustaría hablar un poco de la clase. Quisiera que cada uno de vosotros diga algo que le gusta de la clase, de los compañeros
- Algo de la clase que podríamos hacer mejor o que haría que la clase fuera más agradable, antes de iniciar la ronda pediremos algunos ejemplos.
- En parejas, hablar de algo que "yo", personalmente, puedo hacer para mejorar la clase y que todos nos llevemos mejor. Al terminar estas conversaciones en pareja cada uno dice que puede hacer él para mejorar el ambiente de la clase.

Cierre

- Una cosa que me ha gustado lo que hemos hecho

2. CÍRCULO DE DIÁLOGO: ACOGIDA DEL ALUMNADO DE 1º DE LA ESO AL INSTITUTO

Introducción

Estamos en la sesión de acogida del alumnado de 1º de la ESO. Una vez informado el alumnado de los elementos formales: horario, optativas, normas del centro, etc, se realiza un círculo de diálogo como dinámica para reforzar la acogida del grupo. Les explicamos que introducimos un juego para que puedan relajarse un rato y contactar con compañeros y compañeras que no conocen.

Actividad de mezcla

(batido de frutas) a cada uno le toca ser una fruta determinada. Pueden repetirse (varias manzanas, naranjas). El que se queda en el centro enumera las frutas con las que se va a preparar un batido. Todos los nombrados salen de su sitio sin poder volver a él y se buscan otra silla. El que no encuentra asiento queda en el centro y dice, a su vez, de que frutas va a hacerse el batido. (Fuente. Sacando jugo al juego. Fidel Delgado y Patxi del Campo).

Pregunta inicial

- Si pudieras elegir con quien venir al centro ¿A quién elegirías?

Preguntas

- ¿Qué es lo que más os gusta del Instituto?
- ¿Hay algo que te preocupe de empezar en un nuevo centro? Se contesta por parejas. El compañero indica cuál es la preocupación manifestada por el otro/a, en el circulo.
- Tienes alguna idea de como podemos abordar alguna de las preocupaciones has oído

Cierre

- ¿Qué esperas encontrar en el instituto?
- Un deseo que tengas para el nuevo curso que empiezas.

Se cierra el círculo hablando de los deseos expresados por los alumnos/as y de las cosas buenas que esperan encontrar en el instituto.

3.AUTOACEPTACIÓN ALUMNADO

Introducción

El grupo de alumnos tiene gran dificultad para aceptar sus defectos y virtudes de manera coherente, tienden a formar juicios, hacerse reproches y presentan en ocasiones grandes sentimientos de culpabilidad. Lo que se pretende con esta dinámica es que los alumnos sean capaces de auto aceptarse, que tomen consciencia de unos mismos de forma global y positiva, permitiendo respetarse a ellos mismo y repercutiendo su actitud en la de los demás.

Actividad inicial

la actividad que vamos a realizar a continuación se titula “¿Qué hay en tu isla?”. Para ello le indicamos que cada uno de nosotros estamos formados de cualidades, fortalezas, debilidades, para ello les facilito a los alumnos un listado de cualidades a modo de ejemplo las cuales pueden o no utilizar, pero que deben de elegir aquellas que nos definan positivamente y aquellas que podamos mejorar. Junto con el listado de cualidades se les proporciona un sobre en la que ellos deben de copiar aquellas con las que se sientan identificado. Con esta reflexión permitimos a los alumnos/as reflexionar sobre ellos mismos permitiendo responder de manera correcta a la segunda parte de la dinámica.

Preguntas.

- ¿Te escogerías a ti mismo como amigo? ¿Por qué?
- ¿De que estas orgulloso?
- Di una cosa positiva de ti mismo.
- Di algo que te haga sentir bien.
- Di la última vez que te has sentido feliz.
- Que cosas te hacen sentir mal.

Compromiso

- Di algo en lo que te gustaría mejorar y como lo harías.

Cierre

- ¿Qué te llevas hoy de esta sesión?

4.LA CONVIVENCIA EN NUESTRO GRUPO

Introducción

Círculo de diálogo para un grupo que en ocasiones tienen problemas de convivencia entre ellos, aunque nunca graves, explicamos la organización y las normas.

Actividad para mezclar

Miradas cruzadas: Todas las personas están de pie mirándose las puntas de su calzado, a la indicación de quien facilita levantan la cabeza y miran solo a una persona, si esas miradas se cruzan estas dos personas se intercambian, si no siguen en su lugar.

Pregunta inicial

¿Qué te gustaría hacer este fin de semana en familia?, Yo seré la primera que abrirá la conversación, diciendo que este fin de semana me encantaría pasarlo de forma tranquila en familia, con mi hija y mi pareja.

Actividad de mezcla

El viento sopla: lanzamos frases que permitan al alumnado con alguna característica y , si es así cambiarse de silla. (pelo largo, llevar gafas, gustarle leer, …)

Preguntas

- ¿Un momento que te sientes tranquila, cómoda en la clase o el patio
- ¿Una situación en la clase o en el patio que alguna de tus compañeros o compañeras no se siente tranquila o cómoda en la clase o en el patio?
- ¿Cómo crees que deberíais actuar cuando ocurre una situación desagradable?

Pregunta de compromiso

- Me puedo comprometer a …

Cierre

¿Creo que esta actividad permitirá mejorar el ambiente de la clase? ¿Cómo seria si lo conseguimos?

5.CÍRCULO DE DIÁLOGO “Confianza y respeto en el grupo

Introducción

Buscamos fomentar la comunicación, la empatía y el compañerismo para construir relaciones más respetuosas y cooperativas en el entorno educativo, fortaleciendo la convivencia en el aula, el sentido de unidad y de pertenencia al grupo.

Bienvenida y normas

Nos colocamos de pie en círculo y explicamos las normas: respetar el turno de palabra, no interrumpir a los demás, hablamos desde nuestra experiencia personal (“yo creo”, “yo pienso”, “yo siento” …) y no juzgar las opiniones del resto.

Pregunta inicial

Cada persona tiene que explicar, brevemente, cómo se siente en el grupo y qué puede aportar a él para mejorar la convivencia y el clima general del aula. Por ejemplo: “soy Raquel y puedo aportar mi pensamiento positivo a la hora de realizar tareas nuevas”.

Actividad inicial

“El hilo que nos une”. La facilitadora coge un ovillo de lana y sostiene un extremo. Comienza diciendo su nombre y algo positivo que haya vivido durante la semana (por ejemplo: “me llamo Raquel y algo positivo que me ha ocurrido esta semana es darme cuenta de que Marta y yo compartimos cantante favorito”). Tras ello, lanza el ovillo a otra persona, sin soltar el inicio del mismo. La siguiente persona hace lo mismo hasta que todos intervienen. Así, se formará una red visual que representa la unión o no del grupo, ya que nuestras palabras, acciones y gestos pueden construir o romper el clima general del aula.

Preguntas

- En el grupo hay momentos en que te has sentido bien, ¿podrías indicar uno?
- La sensación que se percibe un ambiente algo enrarecido ¿Qué ha pasado para llegar a esta situación? (grupo desunido, falta de respeto hacia los demás…).
- ¿Qué pensabas o sentías cuando veías que había problemas en el grupo?
- ¿Qué significa para ti sentirse respetado dentro del grupo?

Compromiso

¿Qué compromiso personal puedes asumir para mejorar nuestra convivencia?

Cierre

Se agradece la sinceridad, la implicación y las aportaciones dadas a lo largo de la sesión y se pide que cada alumno diga una palabra o frase final que resuma, las sensaciones experimentadas.

6.LA CONVIVENCIA EN EL AULA: Construyendo un mejor ambiente escolar

Introducción

Fomentar un espacio de escucha, reflexión y propuestas para mejorar la convivencia en el aula desde el respeto, la empatía y el trabajo en equipo.

Se explica brevemente el objetivo de la actividad, se establecen las normas básicas (escucha activa, no interrumpir, respeto, confidencialidad, hablar desde la experiencia).

Actividad inicial

Dinámica con movimiento: "La línea invisible" El grupo se coloca en línea recta en el centro del aula (o patio). Se lanza una afirmación o pregunta y los participantes se desplazan a un lado u otro según si están de acuerdo o no (por ejemplo, "Prefiero trabajar en grupo que solo"). Se hace una breve reflexión sobre las respuestas y se regresa al círculo.

Primera pregunta

- Si tuvieras que describir la convivencia en esta clase como si fuera un clima, ¿cuál sería y por qué?

Preguntas

- ¿Qué situaciones te hacen sentir a gusto y seguro/a en clase?
- ¿Qué actitudes o comportamientos dificultan la buena convivencia?
- ¿Qué puedes aportar tú personalmente para mejorar el ambiente en el aula?
- ¿Qué propuesta concreta harías para que todos se sientan escuchados y respetados?

Compromiso

El compromiso con los pies. En el suelo se colocan tres carteles: "Me comprometo", "Me lo pensaré", "No lo tengo claro". Cada persona se coloca frente al cartel que mejor representa su nivel de compromiso tras la reflexión.

Cada participante dice una palabra o frase corta como compromiso para mejorar la convivencia (puede ser “escuchar más”, “no interrumpir”, “hablar con respeto”, etc.).

Cierre

Me ha gustado…

7.“NOS ESCUCHAMOS Y NOS CUIDAMOS (primer ciclo)

Introducción

Crear un espacio donde nos podamos expresar cómo nos sentimos en clase, hablar de lo que gusta y no gusta. Se explica que este es un espacio para hablar con el corazón y escuchar con atención, presentamos las normas con dibujos / gestos/ palabras claves:

- Escuchamos con las orejas grandes.
- Hablamos con respeto y sin gritar.
- Solo habla quien tiene el “Objeto Mágico de la Palabra” (un peluche).
- Respetamos lo que cada uno dice.

Actividad inicial

Atrévete a cruzar el río. Se marcan dos líneas en el suelo como si fueran los bordes de un “río”. Se lanzan frases y los niños/as deben cruzar el río si están de acuerdo con la frase.

Frases ejemplo:

- “Me gusta venir al cole.”
- “Tengo amigos que me cuidan.”
- “A veces me enfado y no sé qué hacer.”
- “Me gusta ayudar.”
- “Me gustaría que todos me escuchen.”

Preguntas. Hablemos con el Peluche Mágico

Se presentan preguntas para pensar juntos. Usamos dibujos o imágenes.

- ¿Qué cosas te hacen sentir feliz y seguro/a en clase? *(Ej: “Cuando me abrazan”, “Cuando me ayudan”)*
- ¿Qué cosas no te gustan o te hacen sentir mal en clase? *(Ej: “Cuando gritan”, “Cuando me dicen cosas feas”)*
- ¿Qué puedes hacer tú para que todos estemos contentos en clase? *(Ej: “Ayudar”, “No pelear”, “Esperar mi turno”)*

Cierre

(Cierre y compromiso personal) En el suelo se colocan tres dibujos o caminos:

- ¡Sí, quiero ayudar a que estemos mejor!
- Estoy pensando cómo puedo ayudar
- No sé bien qué hacer, pero quiero aprender

Cada niño/a se pone en el camino que sienta que es el suyo y luego dicen una palabra o frase mágica de compromiso, como:

- Voy a ayudar a mis amigos
- Voy a escuchar sin gritar
- Voy a ser amable con todos

8. INFANTIL (no dejar a nadie solo o sola cuando juegan)

Actividad inicial

Sube al tren (decimos el nombre de la persona que tienes a tu derecha) y le pasas el objeto.

Pregunta inicial

- ¿A qué te gusta jugar cuando estás en el patio?

Nos mezclamos

Adaptamos el viento sopla facilitando siempre el adulto (tener un hermano, gustarle los animales, le encanta los platos de pasta, ...)

Preguntas

- Imagina que estás en el patio y todos corren, pero tú estás solo/a en un rincón. ¿Cómo se pone tu cara? (Pedimos que todos pongan 'cara de soledad).
- Ahora imagina que un amigo o una amiga viene, te da la mano y te dice: ¿Quieres jugar conmigo? ¿Cómo cambia tu cara ahora?" (Todos ponen cara de alegría).

Compromiso

Si vemos a un niño o niña que está mirando al suelo o que no tiene con quién jugar... ¿Qué palabra mágica le podemos decir para que no esté solo? ("¿Quieres jugar?", "¡Ven con nosotros!", "¡Toma mi juguete!")

Cierre

Todos se dan la mano en el círculo, “Mirad a vuestra derecha y a vuestra izquierda. Si todos nos damos la mano, ¡nadie se queda solo!".

9. INFANTIL “La clase del buen trato"

Pregunta inicial

"Si hoy fueras un animal, cual te gustaría ser

Nos mezclamos

El viento sopla (hermanos, animales, abuelos, …)

Preguntas Nos tratamos bien

- Imaginad que vuestro corazón es una casita. ¿Cómo se siente la casita cuando un amigo nos deja un juguete o nos da un abrazo? *(Esperamos respuestas como: sonriente, contenta, grande).*
- ¿Y cómo se queda la casita cuando alguien nos empuja o nos dice una palabra fea? *(fría, pequeña, rota).*

Compromiso

Todos enseñan sus manos al centro del círculo, nuestras manos son mágicas.

- ¿Dime una cosa buena que pueden hacer tus manos para que los demás estén felices? (Ayudar a recoger, acariciar, dar la mano, aplaudir cuando alguien lo hace bien.)

Vamos a lanzar un regalo invisible de buen trato a todo el círculo. A la de tres, todos soplamos un "beso" o un "abrazo de oso", … al centro para que nos llegue a todas las personas.

Cierre

¿Quién se va hoy del círculo con la casita (el corazón) contenta?

10.PRIMERO (Hablarse bien con respeto)

Pregunta inicial

Un color que me gusta y me hace sentir bien, ¿de qué color te sientes hoy y por qué?

Nos mezclamos

Naranjas y limones

Preguntas Las palabras pueden ser " dulces / amargas"

- Vamos a responder poniendo la cara de….
    - ¿Cómo te sientes cuando alguien te dice algo amable /dulce?" (Ej: "¡Qué bien lo has hecho!", "Me gusta jugar contigo").
    - ¿Qué notas en tu cara cuando alguien te dice una palabra amarga/fea?
- Una persona se siente contenta cuando yo….

Compromiso

Si mañana un amigo o amiga está triste o se equivoca en un dibujo, ¿qué palabra 'amable' le podrías decir para ayudarle?

Cierre

¿Cómo nos vamos a casa después de haber escuchado cosas amables?

11.SEGUNDO CICLO (respeto entre ellos y ellas o compromiso de trabajo)

Pregunta inicial

"Si hoy pudieras elegir un color para cómo nos estamos tratando en clase, ¿qué color elegirías (verde, amarillo o rojo) y por qué?"

Nos mezclamos

Miradas cruzadas, todas estamos de pie mirando las puntas de nuestros zapatos, cuando cuento a tres levantamos la vista y miramos a otra persona, si ella me mira nos cambiamos de sitio, si no nos mira nos quedamos en nuestro sitio.

Preguntas El Respeto es...

- ¿Qué cosas hacen tus compañeros/as que te ayudan a trabajar mejor y estar contento/a? (Ej: hablar bajito, prestar material, escuchar cuando hablo).
- ¿Qué ruidos o acciones hacen que tu 'batería de la paciencia' se agote y no puedas trabajar bien?

Compromiso

- Si queremos que esta clase sea un lugar donde todos podamos aprender sin distracciones, ¿a qué te comprometes TÚ a partir de mañana? *"Levantar la mano antes de hablar", "ayudar a quien no entiende algo", "mantener el nivel de voz de 'biblioteca'".*

Cierre

Dale las gracias al grupo por algo bueno que haya hecho alguien por el grupo o por ti Hacemos un aplauso grupal, pero **silencioso** (moviendo las manos en el aire), para demostrar que podemos celebrar con respeto y sin molestar.

12.SEGUNDO CICLO (el buen trato)

Pregunta inicial

Si hoy tuvieras que ponerle una nota al ambiente de la clase del 1 al 10, ¿qué nota le pondrías y por qué?

Nos mezclamos

Organizarse según el mes de nacimiento

Preguntas "La Línea Invisible"

- ¿Cuál es la diferencia para ti entre 'reírse CON alguien' y 'reírse DE alguien'?"
- Pensad en un momento en el que alguien de esta clase os trató especialmente bien (os ayudó con un ejercicio, os invitó a jugar, os defendió...). ¿Cómo te sentiste?
- Algo que hace que no te sientas bien tratada en el colegio es…

Compromiso

- Si ves que alguien está tratando mal a una persona (con palabras o gestos), ¿qué podrías hacer tú para ayudar sin pelearte? ("Llamar a un adulto", "Decirle que pare", "Irme con alguien que está solo", "Cambiar de tema").
- ¿Qué pequeña cosa vas a intentar hacer TÚ para que alguien se sienta mejor en clase?"

Cierre

A la persona que está a tu derecha dile una cualidad buena que tiene ("Eres muy bueno dibujando", "Siempre ayudas a recoger").

13.TERCER CICLO (Aceptar a todo el mundo)

Pregunta inicial

- "Si pudieras traer a alguien famoso (real o de ficción) a nuestra clase para que fuera un alumno más, ¿a quién traerías y qué cualidad positiva aportaría al grupo?"

Nos mezclamos

Buscamos una persona que le guste algo diferente a mi y nos sentamos juntas.

Preguntas La Mirada de los Demás

Un grupo en el que te sientes bien

- ¿Alguna vez te has sentido como una 'pieza de puzle' que no encajaba en un grupo? ¿Cómo te sentiste (triste, invisible, enfadado)?
- ¿Qué cosas solemos hacer (a veces sin darnos cuenta) que hacen que alguien se sienta fuera del grupo? (Ej: hablar en clave, no dejar sitio en el banco, mirarse y reírse...).

Compromiso

- Si hoy llegara un alumno nuevo que no conoce a nadie, ¿qué tres cosas podrías hacer tú para que mañana se sienta parte de nuestra clase?
- Y con los que ya estamos aquí... ¿Qué podemos hacer para que nadie sienta que su 'silla' en esta clase está vacía o no importa*?" (Saludarse por la mañana, preguntar "¿cómo estás?", pedir opinión a los que menos hablan).*

Cierre

A la persona que está a tu derecha dile una cualidad buena que tiene.

14.TRATARNOS BIEN EN CLASE

Introducción

Bienvenida, agradecimiento, normas (respeto, confidencialidad, uso del objeto). Explicitar la importancia de las buenas relaciones, de sentirse respetada y cuidada y la importancia de “tomar” la iniciativa frente a situaciones de conflicto.

Pregunta inicial

- Una palabra que hace sentir bien a la persona que se la digo

Preguntas

- Qué aspecto de nuestra manera de relacionarnos me hace sentir cómoda /tranquila/…?
- Cómo me siento cuando ocurre un conflicto, qué impacto tiene en mí y en el grupo.
- Si observo un conflicto, qué puedo hacer para ayudar a salir de ella y que se recupere la calma.

Compromiso

- ¿qué nos ayuda conversar sobre temas como este? ¿Qué puedo aportar yo?

Cierre

- ¿Una cosa, palabra o momento de este círculo que me ha gustado?

15. LA CONVIVENCIA

Introducción

Bienvenida, agradecimiento, normas (respeto, confidencialidad, uso del objeto).

Pregunta inicial

- Si pudiera tener un superpoder ¿Cuál sería?

Presentación

Presentamos palabras o actos que suponen buen trato: amabilidad, respetuosa, cuidar, preguntar si puedo ayudar, acercame a alguien que está sola, hablar sin gritar, sonreir, invitar a jugar, cumplir los acuerdos. ser agradecida, proteger, pedir perdón, prestar atención cuando me habla, no difundir lo que me han contado, ...

Preguntas

- Sin nombrarla piensa en una persona del centro que tenga al menos dos o tres de estas características
- En nuestro grupo nos trataríamos mejor si….

Compromiso

- Yo voy a proponerme ….

Cierre

- ¿Algo que he aprendido?

16. LAS CINCO NORMAS DE NUESTRO GRUPO (IESO Arroyo de la encomienda)

Introducción

Bienvenida, agradecimiento, normas (respeto, confidencialidad, uso del objeto).

Actividad de mezcla

Ordenarse juntos en silencio por la inicial de su nombre.

Preguntas

- **En parejas** Algo que nos hace sentir bien en clase. Cada alumno explica lo que le ha dicho el otro.
- **Organizamos grupos de tres:** Algo que observamos o escuchamos que puede pasar en el aula y nos puede hacer sentir inseguros o incómodos. Eligen un portavoz que hablará en nombre de ambos.
- **Trabajamos en grupos de tres**: ¿Qué DOS condiciones necesitan en una clase para poder aprender? Eligen portavoz. En pecera, hablan los portavoces de cada grupo. Concluimos JUNTOS, a través del tutor o facilitador, las 5 palabras clave que recogerían todas las respuestas ofrecidas.
- **Trabajamos en 5 grupos (contar del uno al cinco y los juntamos: unos con unos, dos con dos).** Cada grupo REDACTA una frase en positivo (practicamos así la comunicación inclusiva y asertiva), tomando como punto de partida la palabra clave. *Ejemplo: "RESPETO" En esta clase / Por nuestro grupo es importante que… todas las personas nos tratemos con calma y con palabras amables.*

Compromiso

final grupal e individual de cada persona que ha participado en el círculo para dar cumplimiento a las normas del grupo.

Ejemplo: "Sí, Anna, **me comprometo a aportar tranquilidad** para que se cumplan las normas de clase".

Cierre

¿Cómo me he sentido participando en este círculo?

17.CREACIÓN Y CUIDADO DEL GRUPO

Introducción

Dar la bienvenida, agradecer la participación y recordar las normas centradas en el respeto, la confidencialidad, y el uso del objeto de la palabra.

Pregunta inicial

Si pudiera tener un superpoder, ¿cuál elegiría y por qué? Momento para felicitar por el funcionamiento y reforzar alguna de las normas.

Presentación

Explicitar el interés y la importancia para el crecimiento de nuestro grupo. Cualquier tema puede ser abordado en uno de estos círculos (conocernos, trabajar el aprecio, la comunicación, la cooperación, dilemas morales, temas relacionados con la planificación o la revisión de propuestas, la búsqueda de soluciones, …)

Preguntas

- Aspectos positivos relacionados con sentirme bien tratada.
- Aspectos “mejorables”, en cómo nos tratamos en nuestro grupo.

Compromiso

- ¿Qué puedo aportar yo para tratar mejor a las personas del grupo?

Cierre

- ¿Una frase o palabra que puede definir lo que ha sucedido?

18. LA CONVIVENCIA EN NUESTRO GRUPO

Introducción

Me gustaría comentar cómo estáis viendo la convivencia en nuestro grupo. Ya sabéis que las normas son: hablaremos de “hechos” y no de personas, todo será confidencial, hablamos sinceramente con respeto y al mismo tiempo hablamos con respeto, no es posible entrar en comentarios a lo que otra persona dice.

Pregunta inicial

Mi nombre es... Y algo bueno que valoro de este grupo es...

Actividad para mezclarse

Nos organizamos según el mes y el día en que nacimos, esa actividad la debemos realizar en silencio.

Presentación

Explicitar la importancia de las buenas relaciones, el valor de no perder de vista el sentirse respetada y cuidada y la importancia de “tomar” la iniciativa ante situaciones de conflicto.

Preguntas

- Qué situaciones de conflicto han existido durante este trimestre en clase.
- Cómo me siento cuando ocurre un conflicto, qué impacto tiene en mí y en el grupo.
- Si vuelven a ocurrir, qué puedo hacer para ayudar a salir de esa situación.
- Cómo me gustaría que fuera la relación en el grupo y con el profesorado.
- Qué persona me puede ayuda para salir de la situación de conflicto si yo no puedo.

Cierre

- ¿Cómo me he sentido en este rato compartido?

19.CIRCULO PARA INICIAR EL TEMA DE LA POESIA

Actividad para mezclarnos

Nos vamos a recolocar en el círculo y el criterio es entremezclarnos todas.

Pregunta inicial

- Un libro que has leído y te ha gustado es…

Presentación

Vamos a iniciar el tema de la novela

Preguntas

- Os coláis en parejas y conversáis sobre ¿Alguna característica de la novela?
- Distribuimos un pequeño texto escrito y preguntamos ¿Te parece novela? ¿Por qué?
- ¿Qué te gustaría saber de la novela?
- ¿Qué te parece iniciar así los nuevos temas?

Cierre

- Pregunta de cierre, ¿algo que he aprendido hoy?

20. APRENDER CON ESFUERZO EN LA FORMACIÓN PROFESIONAL

Introducción

El aprendizaje, habitualmente todas las personas tenemos situaciones y contenidos en las que nos es muy fácil aprender, pero otras veces ese aprendizaje supone un esfuerzo significativo.

Pregunta inicial

- ¿Algo en lo que me gustaría saber más?

Actividad para mezclarnos

Buscamos una persona, con la que tenemos dos coincidencias en aficiones y nos sentamos juntas.

Preguntas

- Algo que he aprendido con esfuerzo, y me siento satisfecha de haberlo conseguido.

- Una cosa que al empezar estos estudios no estaba segura que pudiera hacerlo.
- Algo que pongo en valor del trabajo aquí, algo que he aprendido.

Cierre

- En estos momentos algo que me puedo plantear como un reto

21.EL CÍRCULO DE "LA RESILENCIA COLECTIVA"

Introducción

Normalizar el error y ver el fracaso como un **paso** necesario del aprendizaje.

Actividad inicial

Respiración consciente (3 veces) y compartir una palabra que describa cómo llegan hoy al círculo.

Pregunta inicial

- Si fueras un animal hoy, ¿cuál serías y por qué?

Preguntas

- Una situación en lo que habías previsto te salió tal y como pensabas, ¿Cómo te sentiste?
- Cuéntanos una situación en la que algo no te salió como esperabas, ¿qué aprendiste de eso cuando pasó el tiempo?
- ¿Cómo crees que una persona puede abordar cuando algo no le sale como ella esperaba?

Cierre

- ¿Qué cualidad admiras de la persona que tienes a tu derecha?

22. CÍRCULO SOBRE LA CIUDADANÍA DIGITAL Y POSTUREO

Introducción

Reflexionar sobre la diferencia entre la vida real y la proyectada en redes.

Actividad inicial

Dinámica de "Hacer espejo" por parejas (moverse igual que el otro durante un minuto).

Pregunta inicial

- ¿Cuál es tu aplicación o red social favorita de esta semana?

Preguntas

- ¿Un buen uso que se puede hacer utilizando las redes sociales?
- ¿Alguna vez has sentido presión por parecer "perfecto/a" en redes o has sentido que la vida de los demás es mejor que la tuya por lo que publican? ¿Cómo te sentiste?
- Sabemos que las redes pueden utilizarse de forma errónea," mal" ¿Explica una de ellas?

Compromiso

- ¿Una cosa que te comprometas a hacer esta semana fuera de las pantalla?

Cierre

- ¿Algo en lo que me ha hecho pensar este círculo?

23. EL MAPA DE LOS SUEÑOS (y los miedos)

Introducción

Conectar con sus aspiraciones y validar la incertidumbre propia de la adolescencia.

Actividad para iniciar

- Pasar un el objeto de la palabra de forma creativa sin usar las manos.

Pregunta inicial

- Si pudieras viajar a cualquier época de la historia, ¿a cuál irías?

Preguntas

- Si supieras que no vas a fallar, ¿qué es lo que te gustaría intentar en el futuro?
- Qué pensamiento, idea es lo que dificulta para querer buscar "un sueño"
- Para tu manera de ver la vida ¿Qué habilidad, crees que te puede ser más útil?

Compromiso

- ¿Qué pequeño paso puedes dar esta semana para acercarte a ese sueño?

Cierre

- ¿Qué reflexión o palabra puede expresar "cómo te has sentido" en este círculo?

24. CONSTRUYENDO TRIBU

Introducción

Mejorar el clima de aula y detectar puntos de fricción.

Actividad inicial

Durante un minuto de silencio observamos el espacio y a las personas que formamos esta clase.

Pregunta inicial

- ¿Un buen momento de nuestra clase que ha sucedido últimamente?
- Hablando del ambiente de la clase ¿Qué es lo que más te gusta de este grupo?
- ¿Qué es lo que crees que nos falta para llevarnos mejor?

Compromiso

- En que te podría comprometer para mejorar la convivencia de nuestra clase.

Cierre

- En una palabra, ¿cómo te sientes después de haber compartido esto?

25 PONERSE EN LOS ZAPATOS DE LA OTRA PERSONA

Introducción

Desarrollar la empatía y la escucha activa.

Actividad inicial

Dos "círculos concéntricos": caminar por el aula y, al sonar una señal, saludar de forma diferente a quien tengan delante.

Pregunta inicial

- Si pudieras tener un superpoder, ¿cuál elegirías?

Preguntas

- Una situación en la que he hecho algo y eso hizo sentir bien a otra persona
- Piensa en alguien con quien hayas tenido un conflicto reciente. Sin decir nombres, ¿qué crees que esa persona estaba sintiendo en ese momento?
- En ese conflicto ¿qué necesitavas tú y qué crees que necesitaba ella?

Compromiso

- ¿Qué compromiso personal haces para mejorar la comunicación con los demás?

Cierre

- Hablando de este tema he pensado que …

26. ACORDAMOS NUESTRAS NORMAS DEL GRUPO

Introducción

Establecer las normas de clase, planteando desde el principio de curso cuales serán y que en la decisión todas las personas tengan la posibilidad de participar, facilitando así asumir la responsabilidad.

Actividad para mezclarse

Vamos a utilizar una variación del viento sopla utilizando frases relacionadas con aficiones y habilidades.

Pregunta inicial

- Una habilidad, característica mía que mis amigos y amigas valoran de mi és…

Preguntas

- Todas las personas hemos tenido momentos en que aprender algo, sea fácil o difícil nos ha salido bien, y seguramente nos hemos sentido satisfechas con ello. ¿Qué crees que fue aquello que contribuyo a ese éxito?
- Durante este curso ¿podrías compartir dos o tres puntos clave que vas a necesitar para poder aprender?
- (recogemos en la pizarra todo lo que se ha relatado como necesidad y buscamos las conexiones y hablamos sobre su por qué.
- Teniendo presente la lista de necesidades que hemos compartido ¿Qué normas crees que van a permitir que este curso podamos mejorar nuestro aprendizaje en esta clase?
- (creamos un listado y lo colocamos en algún lugar visible de la clase)

Compromiso

- Es verdad que ahora tenemos nuestras normas y que el compromiso de todo el grupo va a ser mantenerlas, podrías expresar un compromiso personal tuyo de algo que puedas hacer tú para contribuir a un ambiente de aprendizaje positivo en la clase.

Cierre

Después de este círculo algo positivo de haber hablado y acordado nuestras normas.

27. ESCUCHARNOS (para mejorar nuestras relaciones)

Introducción

En cualquier grupo sentirse escuchada y sentir que te hablan con respeto es un pilar para mejorar la convivencia, hablar y escuchar desde el respeto y el interés es algo a lo que una persona se puede comprometer y seguramente a muchas nos puede ser de ayuda trabajarlo.

Actividad inicial

Escuchar activamente, formamos parejas y proponemos que una de ellas inicie una conversación, a la otra persona le dimos pautas para “no facilitar” esa conversación (interrumpir, minimizar, desvalorizar, dar consejos, no atender,…).

Al final hablamos de como se han sentido y recogemos una lista de “cosas” que una persona necesita para sentirse escuchada.

Hablar asertivamente, pedimos que cada persona piense en un momento de enfado o rabia y hablamos de que se puede hacer en ese momento. Posteriormente le proponemos el esquema de la expresión afectiva para comunicar a la otra persona lo que siento. Finalmente hablamos de las características, habilidades para ser asertiva.

Preguntas

- A veces confundimos escuchar con oír, ¿Qué habilidad o característica mía creo que me ayuda a escuchar bien?
- Decir lo que un siente es importante , pero que debería tener presente, para decirlo sin dañar a la otra persona.
- De las habilidades característica que hemos comentado, ¿Cuáles me da la impresión de que podríamos trabajarlas en nuestra clase?
- ¿Cómo te imaginas que podríamos planificar, organizar ese trabajo?

Compromiso

Pensando en mejorar la forma de escucharnos y de hablarnos ¿Cuál puede ser mi reto?

Cierre

una palabra o frase que define mi estado de ánimo ahora…

28.CÍRCULO CON LAS FAMILIAS (abordar un conflicto entre algunos niños y niñas de la clase y que ha repercutido en las famílias)

Introducción

Plantear que ante la situación que se ha generado tenemos el reto de o seguir una solución satisfactoria para todas las personas, ese reto no es solo del centro o de unas personas claramente es de todas las personas que de un modo u otro estamos implicadas.

La presente reunión tiene la finalidad de poder explicar y poder escuchar cómo nos sentimos con lo que está ocurriendo, que necesitamos para sentirnos mejor y cuál sería una buena estrategia para conseguirlo.

La dinámica será este círculo restaurativo cuyo funcionamiento va a ser

Yo voy a plantear preguntas y pasando este objetivo de mano en mano cada persona tendrá la oportunidad de responder.

Hablaremos con respeto y escucharemos en silencio con respeto, nos proponemos hablar de hechos y especialmente de cómo me siento con lo que está ocurriendo, posteriormente compartiremos que necesitamos para sentirnos más tranquilas y satisfechas, finalmente buscaremos estrategias para conseguirlo.

Actividad inicial

Vamos a conversar con una persona del grupo y nos presentamos

- Soy el padre/madre/familiar de y ¿una actividad que nos gusta hacer en familia es?

Pregunta inicial

Para empezar y ya que todas las personas nos conocemos, me gustaría lanzar una pregunta

- Un momento de mi etapa escolar en la que me sentí bien o que una persona de la escuela que me hizo sentir bien, ¿Cuál era mi sensación/ sentimiento en ese momento?

(al terminar la ronda quiero destacar que hemos puesto sobre la mesa puntos positivos que se han dado en la escuela y que eso es lo que buscamos en nuestro cole).

Preguntas

- Ahora me gustaría que cada una de las personas que estamos aquí pueda manifestar cómo se siente con lo está ocurriendo, sería interesante poder matizar lo más posible. Cada persona explicará cuál es su sentimiento, no necesitamos justificar ni explicar, el resto de las personas escucharemos sin interpretar, aceptando lo que dice cada una de las personas presentes.

(Aquí mostramos el listado de sentimientos relacionados con el bienestar), bien ya conocemos cómo nos sentimos y estos sentimientos corresponden a necesidades que cada persona tiene.

- Estos sentimientos se corresponden con necesidades mías (ponemos algunos ejemplos)
- Ahora os pido que en este Post escribáis cuál es vuestra necesidad y la peguéis a la pizarra.

(Una vez hecho esto agrupamos las necesidades, sin dejar ninguna fuera)

Con el listado de necesidades organizamos grupos de 4 y les proponemos que para piensen estrategias para cubrir las necesidades

- Recogemos las estrategias y proponemos que cada persona piense en cómo puede colaborar para cubrir esa necesidad.

Cierre

- Pensando en que somos un modelo para nuestros hijos e hijas, ¿Qué aporta buscar soluciones de forma dialogada?

Finalmente agradecer la disposición a ayudar y planteamos que vamos a hacer este mismo círculo con la clase para explicarles lo que ha sucedido aquí, planteando como ellas y ellos pueden colaborar.

29. GRADO SUPERIOR DE EDUCACIÓN INFANTIL

Actividad inicial

Buscamos una persona, poco conocida y nos presentamos, luego en el círculo presentamos a nuestra pareja (nombre y alguna cosa de las que me ha explicado).

Pregunta inicial

Alguna cosa que me imagino me gustará profesionalmente de mis estudios

Reflexión personal sobre la escucha

- ¿Qué significa para ti **realmente escuchar** a una familia, más allá de simplemente oír lo que dice?
- ¿Cómo te sentirías o qué pensarías cuando una familia te quiere comunicar una **preocupación o queja** sobre el niño o el centro?
- ¿Qué crees que es lo más difícil de gestionar en una conversación con una familia? (Ej. falta de tiempo, emociones intensas, diferencias de opinión, etc.)

Herramientas y estrategias de diálogo

- ¿Qué elementos (lenguaje corporal, tono de voz, uso de palabras) son cruciales para demostrar una **escucha activa** y **empatía** a una familia?
- Si una familia está muy **a la defensiva o enfadada**, ¿qué estrategias concretas podrías usar para calmar la situación y redirigir el diálogo hacia una solución?
- ¿Cuál es la diferencia entre **informar** a las familias y **dialogar/colaborar** con ellas? Da un ejemplo de cada uno en el contexto del aula.

30. GRADO SUPERIOR DE INTEGRACIÓN SOCIAL

Actividad inicial

Buscamos una persona, poco conocida y nos presentamos, luego en el círculo presentamos a nuestra pareja (nombre y alguna cosa de las que me ha explicado).

Pregunta inicial

Alguna cosa que me imagino me gustará profesionalmente de mis estudios

Profundización en la Escucha Activa

- ¿Qué diferencia existe entre **oír** lo que dice un usuario y **escuchar** lo que *necesita* un usuario?
- En el trabajo de Integración Social, ¿cómo te aseguras de que tu **lenguaje corporal** y tus **gestos** transmiten una escucha activa y no un juicio?
- Cuando un usuario te comunica una **situación de crisis o alta carga emocional**, ¿cómo gestionas tus propias emociones para evitar que interfieran en tu capacidad de escucha?

Aplicación de Habilidades Sociales

- Imagina que un usuario está **enfadado** porque no se le ha concedido una ayuda. ¿Qué pasos seguirías para abordar la conversación y gestionar el conflicto de manera profesional?
- ¿Cuál es el papel de la **empatía** cuando trabajas con colectivos cuya realidad y valores son muy diferentes a los tuyos (ej. culturas distintas, personas con adicciones, etc.)?
- El **silencio** es una herramienta de comunicación. ¿En qué momentos de la intervención social crees que es más importante usar el silencio y por qué?

31.CUIDARNOS EN NUESTRA CLASE

Usar un "objeto de la palabra" (algo que el alumno debe sostener para poder hablar), da la oportunidad de “ser reconocido”, “ser visto”, asegurando que todas las personas tengan la oportunidad de expresarse, aunque igual de importante es poder pasar, si no se sienten cómodas, sin hablar en ese momento.

Actividad y pregunta inicial

Nos ordenamos según la primera letra de vuestro nombre.

Si pudieras elegir un "truco invisible" para ayudar a alguien de la clase hoy, ¿cuál elegirías?

Introducción

Próximamente vamos a ir de viaje toda la clase y el profesorado tiene cierta preocupación de que alguna de las personas del grupo se pueda sentir “sola”, dando que han observado que eso ocurre a veces en el colegio.

Nos gustaría hablar de cómo nos podemos cuidar, entre todas las personas, para que eso no ocurra durante el viaje y de esta forma asegurar que va a ser una experiencia satisfactoria para todo el mundo.

Cuidarnos los unos a los otros

- Para ti, ¿qué significa "cuidar" a alguien dentro del aula?
- Recuerda una vez que alguien en clase hizo algo amable por ti: ¿Cómo te hizo sentir eso?
- ¿Qué acciones pequeñas crees que hacen que nuestra clase sea un lugar agradable para estar?
- ¿Cómo te das cuenta de que alguien está pasando por un mal momento, aunque no diga nada?
- ¿Qué crees que es lo más difícil de tratar de ser amable con todas las personas siempre?

Cierre

- ¿Qué truco "invisible” vas a tener tu para cuidar a las personas de esta clase?, escríbelo en un papel y deposítalo en la caja.

El próximo viernes vamos a leerlos uno a uno y hablaremos como han ido los trucos que hemos propuesto.

32.COHESIÓN DE GRUPO

Actividad y pregunta inicial

Podrías nombrar animales que podemos ver o encontrar por nuestra zona

Introducción

A veces en algunas clases nos conocemos todas las personas, ya que llevamos mucho tiempo juntas.

A veces llega alguien de otro lugar y a lo mejor por timidez, por preocupación o por cualquier otra cosa no se incorpora al grupo y nos miramos con desconfianza.

Una clase debe acoger a las personas que llegan, debemos conocer y debemos conocernos.

Cómo encajar todas las piezas de un puzzle

- Si en lugar de todos los animales que habéis comentado solo hubiera cigüeñas ¿Qué ocurriría?
- Hay animales que habitualmente no se llevan bien pero en ocasiones sí que conviven sin problemas ¿Qué es lo que ayuda a esa convivencia?

Actividad para mezclarse

Busca una persona con la que tengas al menos una afición diferente y sentaros juntas

¿Podéis explicar las aficiones en las que sois diferentes?

Buscad con esa misma persona una afición que tengáis en común

¿Qué afición habéis encontrado?

Preguntas

- ¿Cómo te sentirías si en la escuela las personas te hacen sentir diferente?
- ¿Qué necesitarías que ocurriese para sentirte parte del grupo?

Cierre

- ¿Qué puedes hacer para que, en esta clase, nadie se sienta diferente y todas las personas se sienta parte del grupo?

33.COHESIÓN DE GRUPO

Actividad y pregunta inicial

Algo que sabes hacer y podrías ayudar a otras personas

Actividad para mezclarse

Colocarse en orden siguiendo el abecedario con la primera letra de tu nombre

Introducción

A veces en la escuela se dan situaciones en las que aparece el espíritu competitivo

Cómo encajar todas las piezas de un puzzle

- Si dos personas compiten ¿Cuál puede ser la consecuencia?
- Cuando trabajas con otras personas de forma colaborativa ¿Qué sientes?
- ¿En qué momentos o actividades de la escuela se puede colaborar?

Cierre

- ¿Qué puedes hacer para facilitar la colaboración de las personas de esta clase

34 .CUIDAR EL APRENDIZAJE EN EL AULA

Actividad y pregunta inicial

Algo que se te da bien y podrías ayudar a otras personas de la clase.

Actividad para mezclarse

La Granja

Utilizando el sonido de animales (Vaca, perro, gato, pato, gallina, caballo) te acercas a cada alumno y, al oido le dices el nombre de un animal.

Les propones que se levanten y con los ojos cerrados busquen a los animales que sean como él. Al encontrarse se dan la mano y siguen buscando, finalmente se sientan juntas.

Introducción

A veces en la clase es fácil trabajar, porque todas las personas se centran el lo que hay que hacer y nadie ni hace ni dice cosas que molesten.

Cuidar el aprendizaje en el aula

- Tú quieres acabar un trabajo que es difícil ¿Qué necesitas?
- Antes hablamos de necesidades para poder aprender ¿que puede hacer una persona para ayudare a las otras personas del grupo

(todas las personas que lo necesitan forman un grupo) por ejemplo

- que haya silencio
- que si no me sale pueda pedir ayuda a otra persona
- que si me falta material alguién me lo deje
- que si pido ayuda la persona sea amable conmigo
- que pueda disponer de material para buscar la información necesaria
- que pueda consultar ejemplos parecidos
- que pueda preguntar

Con esta lista piensa una cosa que puedes hacer tú para mejorar el ambiente de la clase y escríbelo en un papel

Cierre

- ¿Cómo te has sentido en este círculo, busca una palabra diferente a bien o mal?