

Sobre las Relaciones - Nivel 1

Guía de actividades para Profesores



Contenido:

El objetivo de esta guía es ayudar a los profesores a capacitar a los alumnos para que sepan tomar decisiones correctas frente a situaciones que les puedan inducir a adoptar conductas de riesgo. La guía contiene «Estrategias» para ver los vídeos, «Actividades» con los alumnos y un «Concurso» de preguntas con una guía de respuestas. Cada recurso puede emplearse conjunta o independientemente según el tiempo disponible. Los tiempos estimados son:

- **Ver el Vídeo:**

Sin emplear ninguna Estrategia:
5 minutos

Empleando las Estrategias (ver abajo):
10-15 minutos

- **Actividades con los Alumnos:**

Anotación en Mi Diario - 10-15 minutos
Actividad Grupal -15-20 minutos
Actividad Individual - 10-15 minutos
¡Quiero Saber Más! - 20-30 minutos

- **Concurso «Cerebritos»** - 5-10 minutos

Estrategias para ver los vídeos con los alumnos:

- **Antes de ver el vídeo (3-5 minutos):**

- Pide a los alumnos que completen el «**Hazlo ahora**» para ponerlos en marcha.
- Pide a los alumnos que «**formen pareja y compartan**» con otro compañero y/o que tengan un debate en clase.
- Recuerda a los alumnos que **vean la guía antes de ver el vídeo** para saber qué información van a recibir.

- **Mientras veis el vídeo (2-3 min):** páralo de vez en cuando para comprobar que lo están entendiendo. Puedes pedir a algunos alumnos que respondan a alguna Pregunta de Comprobación (PC) de forma individual o grupal.

- Para el vídeo e introduce la PC #1:

¿Por qué crees que tener una idea positiva de uno mismo es importante a la hora de mantener relaciones sanas con otros?

- Para el vídeo e introduce la PC #2:

De las habilidades sociales que se han mencionado ¿cuál crees que es la más importante? ¿Por qué?

Continúa en la otra cara

Sobre las Relaciones - Nivel 1

Guía de actividades para Profesores



- **Anotación en Mi diario (5-10 minutos):**

- a. El primer paso para poder tener relaciones sanas con otros es tener una idea positiva de uno mismo. Con esto en mente, escríbete una nota de amor de ti, ¡a TI MISMO!

- **Actividad individual (10-15 minutos):**

- a. **Materiales necesarios:** guía de recursos para los alumnos, o sólo papel y lápiz.

- b. **Instrucciones:** completa el cuadro con las características de una relación con buenos límites a la izquierda y con malos límites a la derecha.

- c. **Criterios de corrección:** los alumnos demuestran conocer qué son los límites buenos y malos en las relaciones.

- **Actividad Grupal (15-30 minutos):**

- a. **Materiales necesarios:** guía de recursos para alumnos o ninguno.

- b. **Instrucciones:** en tu grupo, montad una breve obra de teatro en la que demostréis la conducta que se tiene en una relación con límites malos («tóxica»), y luego «rebobinad» para hacerla de nuevo pero como habría sido con buenos límites («tónica»).

- Hay que agrupar a los alumnos en grupos de 3-5 y pedirles que presenten su obra a todos o a unos cuantos.

- c. **Criterios de corrección:** los alumnos demuestran saber qué es poner límites en las relaciones y cómo usar sus habilidades sociales.

- **Actividad «¡Quiero saber más!» (20-30 minutos)**

- a. **Materiales necesarios:** papel, lápiz/boli.

- b. **Instrucciones:** cread un cartel (grande o pequeño) con «Banderas Rojas» (señal de malos límites o «toxicidad» en la relación) y «Banderas Verdes» (señal de buenos límites o «tonicidad») en la relación. Incluid al menos 3 banderas de cada tipo.

- c. **Criterios de corrección:** los alumnos demuestran saber cómo son cada tipo de relaciones y que tienen habilidades sociales.

- **Concurso «Cerebritos» - Respuestas (5-10 minutos)**

- 1. Falso.

- 2. D.

- 3. A.

- 4. C.

- 5. Respuesta abierta.