



Co-funded by
the European Union



PARTICIPACIÓN ACTIVA DE LOS PADRES A TRAVÉS DE LOS VALORES - TALLERES -

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones y puntos de vista expresados solo comprometen a su(s) autor(es) y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o los de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser considerados responsables de ellos.

Contenido

TALLER 1	3
PILARES DE CONEXIÓN: AMOR, PAZ, CONFIANZA Y DIGNIDAD	3
TALLER 2	47
EL TERRENO DEL DEVENIR: CREATIVIDAD, PLENITUD, ALEGRÍA Y ABUNDANCIA	47
TALLER 3	79
DIFERENTES PERO UNIDOS: RESPETO, INCLUSIÓN Y DIVERSIDAD, SENCILLEZ Y EMPATÍA	79
TALLER 4	118
DECISIONES EMPODERADAS: MÁS ALLÁ DE LAS NORMAS, HACIA LA LIBERTAD Y LA RESPONSABILIDAD	118

TALLER 1

PILARES DE CONEXIÓN: AMOR, PAZ, CONFIANZA Y DIGNIDAD

TALLER 1 Pilares de conexión: amor, paz, confianza y dignidad	
Valores	Amor, paz y no violencia, confianza y/o fe, dignidad humana
Objetivos	Nivel 1 Ayudar a las familias a entender los valores y reconocerlos, mediante la exploración en colaboración de su presencia o ausencia en situaciones de la vida real, compartiendo percepciones y ejemplos. Nivel 2 Fomentar una mayor comprensión y compromiso emocional de cada uno de los valores mediante una actividad diseñada para que las familias los puedan trabajar en su entorno cotidiano. Nivel 3 Promover el desarrollo de los valores mediante metodologías atractivas y apropiadas a la edad de los participantes, como son los libros ilustrados y los juegos de mesa, a fin de fomentar la conexión emocional, participación activa y diálogo dentro de la familia.
DINÁMICA INICIAL Y DESBLOQUEO DE SOBRES	
PRESENTACIÓN DE MOSNTRUOS Este taller está gamificado con diferentes monstruos que representan la ausencia de estos valores. Cada familia debe ayudar a estos pobres monstruos. Los pasos a seguir son: a) Leer la descripción de cada monstruo en familia. b) Cada miembro de la familia dibujará a cada monstruo en una hoja. c) Se mostrarán los dibujos entre los miembros de la familia presentando a cada uno de los monstruos.	
TRANSFORMACIÓN DE MONSTRUOS Y SOBRES Tras la realización de las actividades de este taller, desbloquearéis sobres y los monstruos se irán transformando.	

Monstruo inicial → Monstruo final (transformado)

Indigno → Dignus
Rencor → Amoroso
Guerrerus → Pacificus
Desconficius → Confé

1. RENCOR

(Monstruo de la amargura)

Representa: La ausencia de Amor

Descripción:

Rencor está lleno de púas; nadie puede acercarse a él sin salir lastimado. Su corazón está encerrado en una jaula de hielo. Guarda una lista de viejas discusiones y nunca olvida ninguna. Agria los dulces recuerdos y susurra cosas como "No perdones. No olvides". Su comida favorita es el silencio en la mesa y los portazos.



"Si yo no puedo sentir amor, nadie debería hacerlo", susurra, envolviendo a las familias en una fría distancia.

2. GUERRERUS

(Monstruo de las peleas y el caos)

Representa: La ausencia de Paz y No violencia

Descripción:

Guerrerus lleva juguetes rotos y palabras destrozadas. Tiene ojos desorbitados y un pelo de nubes de tormenta. Dondequiera que va, provoca gritos, empujones y portazos. Sus puños siempre están listos, y sus oídos están cerrados. Teme la calma y detesta que la gente se escuche. Su capa está cosida de ira y miedo.



"¡Luchemos! ¡Ganemos!", grita, bailando en medio de cada discusión.

3. DESCONFICIUS

(Monstruo de la desconfianza)

Representa: La ausencia de confianza y fe.

Descripción:

Desconficius siempre anda a escondidas, escondiendo secretos en su gran abrigo lleno de bolsillos cerrados. Tiene ojos pequeños y desconfiados y susurra constantemente: “No puedes confiar en nadie”. Siembra dudas entre amigos y construye muros en las familias. Su juego favorito es hacer que la gente cuestione todo y a todos.



“Mejor estar solo”, murmura, desapareciendo cada vez que la honestidad aparece.

4. INDIGNO

(Monstruo de la humillación)

Representa: La ausencia de dignidad humana.

Descripción:

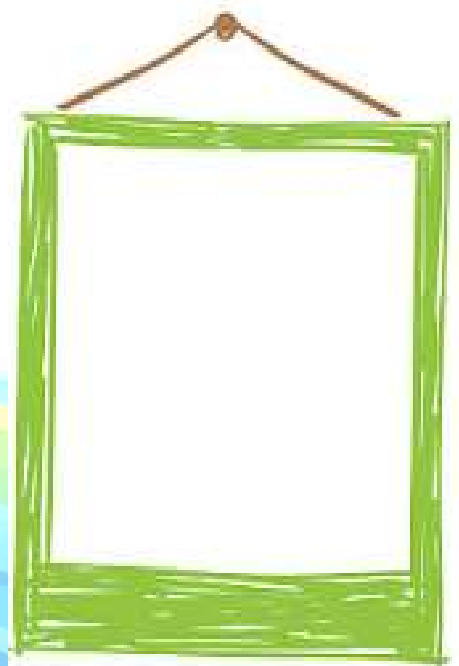
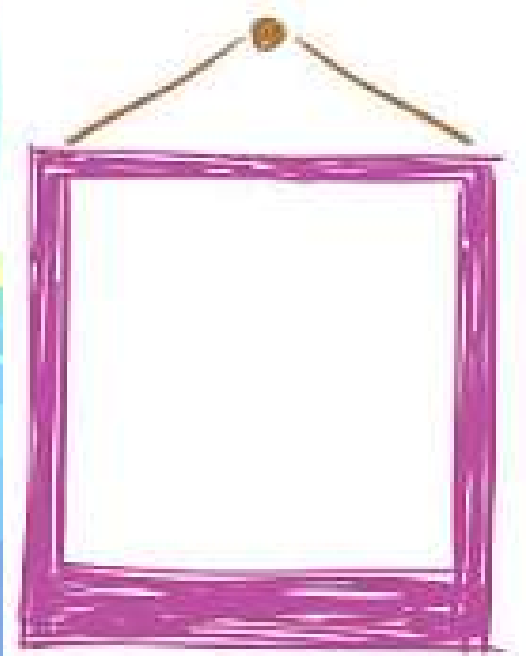
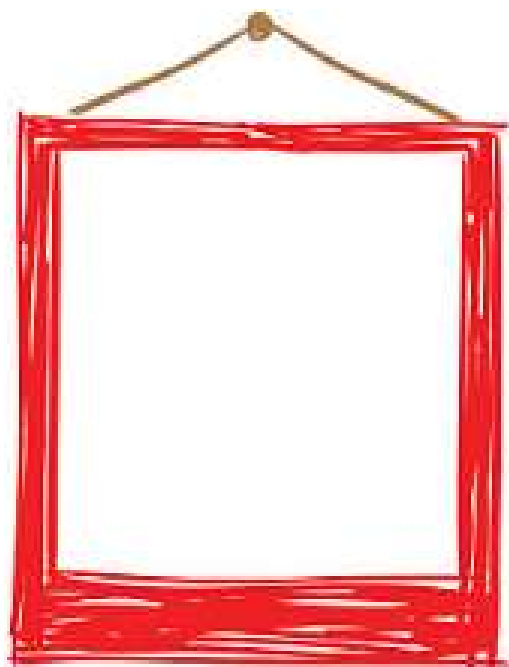
Indigno tiene una mirada penetrante y crítica, y un dedo largo que siempre señala a los demás. Su cuerpo está cubierto de espejos que solo muestran lo que está "mal" en la gente. Camina con sus pesadas botas, pisoteando la bondad y la igualdad. Su voz es fuerte y burlona, y le encanta cuando la gente se siente pequeña, excluida o avergonzada.



“¡Todos son menos que yo!”, gruñe, alimentándose de insultos y tratos injustos.



DIBUJA AQUÍ LOS MONSTRUOS DE _____



Actividades		
Actividad 1: Puzle de valores: ¿Qué sabemos? (Nivel 1: todos los valores)	Descripción: En familia, descubrimos el significado de los valores a través de preguntas y ejemplos cotidianos. Completad el "Póster Rompecabezas de Valores" que encontraréis en la siguiente página. Esta actividad es el punto de partida antes de profundizar en cada valor. Posibles preguntas para reflexionar después de la actividad: ▪ ¿Qué descubriste sobre la importancia de estos valores en tu familia? ▪ ¿Hubo algún valor que te resultó más difícil de identificar en tu vida diaria? ¿A qué crees que se debió? ▪ ¿Cómo crees que la ausencia de estos valores afecta la dinámica familiar? ▪ ¿Qué acciones concretas podrías tomar para fortalecer estos valores en tu familia?	
	Material: ▪ Marcadores o bolígrafos de colores ▪ Notas adhesivas (opcional: para agregar ideas individualmente antes de compartirlas)	Tiempo estimado: 20 min
	Consejos: - Fomenten la franqueza: no hay respuestas correctas o incorrectas. - Usen las respuestas para identificar temas, malentendidos o fortalezas.	



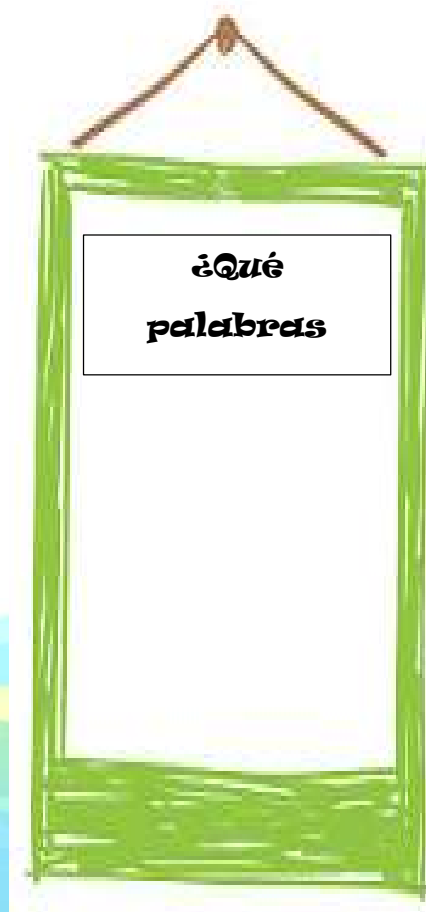


CONFIANZA





DIGNIDAD



Actividad 2:
Espejo de valores: presencia vs. ausencia

(Nivel 1: todos los valores)

Descripción:

En familia colaborad para construir un gran mural dividido en ocho columnas, dos por cada valor: una representa la *presencia* y la otra la *ausencia*.

En las siguientes páginas encontraréis imágenes y textos breves (situaciones, citas o ejemplos). Recortad las imágenes y textos y barajadlos. Discutid y colocad cada elemento en la columna donde creen que encaja mejor. Después de colocar todos los elementos, reflexionad brevemente sobre qué comportamientos queréis promover o evitar en casa.

Esta actividad promueve el pensamiento crítico, el razonamiento moral y el diálogo grupal, ayudando a las familias a armonizar su comprensión de los valores.

Estructura del mural

ESPEJO DE VALORES

	PRESENCIA	AUSENCIA
 AMOR		
 PAZ		
 CONFIANZA		
 DIGNIDAD		

Posibles preguntas para **reflexionar** después de la actividad:

- ¿Qué valor es más fuerte en tu hogar?
- ¿Qué ausencia te preocupa más?
- ¿Qué pequeña acción podría fortalecer uno de estos valores en casa?
- ¿Qué comportamientos quieres fomentar en tu hogar con esta actividad?

	Material: ▪ Tijeras ▪ Pegamento	Tiempo estimado: 20 min
		Consejos: - Anime a los niños a explicar su razonamiento al colocar los elementos


PRESENCIA DE AMOR
AUSENCIA DE AMOR



PRESENCIA DE PAZ

AUSENCIA DE PAZ

CONFIANZA



PRESENCIA DE CONFIANZA

AUSENCIA DE CONFIANZA

DIGNIDAD



PRESENCIA DE DIGNIDAD HUMANA

AUSENCIA DE DIGNIDAD HUMANA









Dignidad Humana

Ausencia de Dignidad Humana

“ **Solo hablan los adultos:** En una cena familiar, un niño intenta dar su opinión, pero un adulto lo interrumpe: “No hables. Solo eres un niño.” El niño baja la mirada y guarda silencio.

“ **Burlas por su ropa:** Durante la entrada al colegio, un grupo de padres y niños se burla del abrigo desgastado de una niña. Ella abraza su mochila con fuerza y se aleja sola.

“ **Sin lugar en la mesa:** Un abuelo mayor come solo en la cocina mientras el resto de la familia cena en la sala, riendo juntos.

“ **Culpar al más pequeño:** Se rompe un plato y comienzan los gritos. Sin preguntar, culpan y castigan al hermano menor, aunque no fue responsable.

“ **Siempre estás equivocado:** Cada vez que un adolescente opina, sus ideas son rechazadas: “Eso es estúpido. No sabes nada.” Finalmente deja de hablar.

“ **Burlarse de un error:** Un niño pronuncia mal una palabra durante un juego. Toda la familia se ríe fuerte. El niño se sonroja y se niega a seguir jugando.

“ **Comparar hermanos:** Los padres elogian constantemente a un hijo y le dicen al otro: “¿Por qué no puedes ser más como tu hermano?” El segundo niño se da la vuelta y frunce el ceño.

“ **Sin privacidad:** El diario de un niño se lee en voz alta como broma durante una reunión familiar. Todos ríen. El niño se siente expuesto y traicionado.

“ **El invisible:** Un niño con discapacidad queda fuera de una actividad familiar. Nadie pregunta si quiere participar ni sugiere una alternativa para incluirlo.

“ **Juzgar al visitante:** Invitan a un vecino a tomar café. Después de que se va, la familia se burla de su acento y ropa. El niño más pequeño escucha en silencio, confundido.

Presencia de Dignidad Humana

“ **Cada voz cuenta:** Durante la cena, cada miembro de la familia—sin importar la edad—tiene un turno para compartir sus pensamientos. Todos escuchan con atención e interés.

“ **Un lugar para el abuelo:** La familia pone la mesa juntos, asegurándose de que el abuelo se siente en el centro. Le sirven primero y le preguntan por su día con cariño.

“ Privacidad respetada: La puerta del cuarto del adolescente está cerrada. El padre toca suavemente y espera antes de entrar: “Solo quería preguntar algo—cuando estés listo.”

“ Mano amiga: La hermana mayor nota que su hermano pequeño tiene problemas con la chaqueta. Se arrodilla y lo ayuda, diciendo suavemente: “Ya casi lo tienes.”

“ Aquí perteneces: Un nuevo compañero con acento diferente es invitado a jugar después de la escuela. El niño dice: “¿Quieres unirse? Estamos construyendo una fortaleza.”

“ Todos somos diferentes: La familia habla sobre un compañero con necesidades especiales. El padre dice: “Eso es lo que hace interesante al mundo—cada persona aporta algo único.”

“ Las palabras amables importan: Los hermanos discuten y uno dice algo hiriente. El padre guía la reparación: “¿Qué podrías decir para mostrar respeto ahora?” Lo intentan de nuevo, con cuidado.

“ Celebrando pequeños logros: Después de una semana difícil, la madre abraza a su hija y dice: “Hiciste tu mejor esfuerzo, y eso es lo que importa. Estoy orgullosa de ti.”

“ **Nadie queda fuera:** Durante una noche de juegos de mesa, la familia se asegura de que el más pequeño entienda las instrucciones y celebra cuando tiene éxito, igual que los demás.

AMOR



Ausencia de Amor

“ **Cumpleaños olvidado:** Nadie recuerda el cumpleaños del niño. No hay mensaje, ni pastel, ni abrazo. Él come su cereal en silencio mientras el resto de la familia revisa sus teléfonos.

“ **Demasiado ocupado para un abrazo:** La niña corre para mostrar su dibujo, pero su padre, aún en la computadora portátil, responde sin mirar: “Ahora no, estoy trabajando.” Ella se aleja sosteniendo la imagen.

“ **Nadie me arropa:** Mientras la casa se prepara para dormir, el niño más pequeño se mete solo en la cama. La luz del pasillo permanece apagada y nadie le dice buenas noches.

“ **La despedida fría:** Un adolescente se va a la escuela. “Adiós”, dice suavemente. Nadie responde ni levanta la vista de la mesa de la cocina. La puerta se cierra detrás de él.

“ **Eso no es importante:** Un niño cuenta emocionado una historia de la escuela. Un hermano mayor lo interrumpe y el padre dice: “Deja que tu hermano hable. Lo que dices puede esperar.”

“ **Viaje silencioso a casa:** Después de una actuación escolar, la familia camina hacia el coche sin decir una palabra al respecto. El niño mira por la ventana durante todo el trayecto.

“ **Siempre solo en la mesa:** En cada comida, el mismo niño termina de comer primero. Pide jugar un juego. “Luego”, dicen los demás. Pero ese “luego” nunca llega.

“ **Sin foto, por favor:** Durante las fotos familiares, un niño queda excluido porque “nunca sonríe bien.” Le dicen que tome la foto en lugar de salir en ella.

“ **Solo deja de llorar:** El niño está molesto y abrumado. El adulto suspira fuerte y dice: “Estás siendo dramático. Ve a tu cuarto y vuelve cuando te calmes.”

“ **¿Dónde está mi dibujo?:** Una tarjeta hecha a mano termina en la basura. “No podemos guardar todos los garabatos”, dice el padre. El niño recoge su mochila en silencio para ir a la escuela.

Presencia de Amor

“ **La nota de la mañana:** Un padre deja una pequeña nota escrita a mano en la lonchera de su hijo: “Eres increíble. Te quiero. ¡Que tengas un gran día!”

“ Tomados de la mano en el cruce: De camino a la escuela, un niño toma instintivamente la mano de su madre. Se sonríen mientras esperan la luz verde.

“ Solo una historia más: A la hora de dormir, el niño ruega por otro libro. El padre bosteza, sonríe y dice: “Está bien, uno más. Pero luego... ¡directo a dormir!”

“ Manta compartida, silencio compartido: Dos hermanos se sientan bajo la misma manta viendo una película. Uno apoya la cabeza en el hombro del otro sin decir una palabra.

“ Te guardé la última: En la mesa, el hermano mayor nota que queda una galleta. Se la pasa a su hermana pequeña: “Sé que son tus favoritas.”

“ Dibujo para papá: El niño entrega un dibujo a su padre: “Este eres tú y yo jugando a atrapar.” El padre se arrodilla y lo abraza con fuerza.

“ Llorar juntos: Un niño está triste tras perder una mascota. El padre lo envuelve en un cálido abrazo, lo deja llorar y susurra: “Estoy aquí contigo.”

“ Lavándole el cabello: La hermana mayor ayuda suavemente a su hermano menor a lavarse el cabello durante el baño, haciendo formas divertidas con las burbujas.



“ Despertar con torrijas y tortitas: El domingo por la mañana, la familia sorprende al más pequeño con torrijas y tortitas en forma de corazones. “Porque eres más dulce que el azúcar”, dice la mamá sonriendo.

PAZ Y NO VIOLENCIA

Ausencia de Paz y No Violencia

“ Gritando unos sobre otros: Durante una discusión, todos en la familia levantan la voz. Nadie escucha. La casa resuena con gritos y portazos.

“ Portazos, sin hablar: Después de una pelea, el adolescente se va a su habitación, da un portazo y nadie se acerca. El silencio es pesado.

“ La guerra por el control remoto: Dos hermanos agarran el mando de la televisión al mismo tiempo y se empujan. Uno termina llorando, el otro se va enfadado.

“ Cena con tensión: La familia se sienta alrededor de la mesa en silencio. Los rostros están tensos. Una silla se arrastra ruidosamente. Nadie hace contacto visual.

“ ¡Él empezó!: Un padre entra en la habitación. Dos niños están peleando. Nadie explica con calma—solo acusaciones, brazos cruzados y lágrimas de rabia.

“ **Amenazas, no reglas:** Un padre grita: “¡Si no paras, lo lamentarás!” El niño se queda paralizado de miedo, sin saber qué hacer.

“ **Sarcasmo como arma:** Un adolescente intenta compartir algo personal. Un hermano mayor pone los ojos en blanco y dice con burla: “Oh, qué profundo...” Todos se ríen.

“ **La almohada se convierte en golpe:** Lo que empieza como una pelea de almohadas divertida se intensifica. Un hermano golpea demasiado fuerte. El otro grita y el juego se convierte en una pelea real.

“ **El juego de las culpas:** Después de que algo se rompe en la casa, todos señalan con el dedo. La discusión se hace más fuerte y nadie asume responsabilidad.

“ **Nadie se disculpa:** Una discusión termina, pero nadie dice perdón. Pasan horas. Todos permanecen distantes, llevando la tensión el resto del día.

Presencia de Paz y No Violencia

“ **Hablemos de ello:** Después de una discusión, el padre se sienta tranquilamente con los niños y dice: “Vamos a resolver esto juntos—sin gritos, solo escuchando.”

“ **Tomar un respiro:** Un adolescente se aleja de una discusión, respira profundamente afuera, luego regresa y dice: “Necesitaba un momento para calmarme.”

“ **El abrazo de disculpa:** Dos hermanos discuten por un juguete. Minutos después, uno ofrece un suave “Lo siento” y se abrazan antes de continuar el juego.

“ **Piedra-papel-tijera:** Dos niños quieren el mismo asiento. En lugar de pelear, juegan piedra-papel-tijera, se ríen y el “ganador” ofrece el lugar de todos modos.

“ **Rincón tranquilo:** Un niño se siente abrumado. El padre lo guía a un espacio suave con cojines y dice: “Puedes descansar aquí hasta que te sientas mejor.”

“ **Escuchamos uno a la vez:** En la mesa, la familia usa un micrófono de juguete para decidir quién habla. Nadie interrumpe y todas las voces son escuchadas.

“ **Dibujando sentimientos:** Después de un momento tenso, el niño dibuja cómo se sintió. El padre se sienta a su lado y dice: “Gracias por mostrarme esto.”

“ **Rutinas respetuosas:** A la hora de dormir, la familia pone música suave y habla en susurros. La rutina tranquila ayuda a todos a relajarse pacíficamente

“ Limpieza en equipo: Después de un desorden en la sala, en lugar de culpar, la familia pone música y limpia juntos, sonriendo y bailando.

“ Contar hasta diez juntos: Durante una discusión entre hermanos, el padre dice suavemente: “Vamos a contar hasta diez y respirar juntos antes de hablar otra vez.”

FE / CONFIANZA

Ausencia de Fe / Confianza

“ Promesas incumplidas: Un padre dice repetidamente que irá a la actuación de fin de curso, pero nunca aparece. El niño deja de creerle cuando dice “la próxima vez”.

“ Espiando el teléfono: Un adolescente descubre que sus mensajes de whatsapp fueron leídos en secreto. “Perdiste ese derecho cuando mentiste”, dice el adulto. El adolescente se siente herido y distante.

“ Eso queda entre nosotros: Un niño comparte algo personal y luego lo escucha repetido frente a otros adultos como una broma. Sus mejillas se sonrojan de vergüenza.

“ ¿Quién lo tomó?: Desaparece una tableta de chocolate. El padre acusa inmediatamente al mismo niño de siempre. “Yo no fui”, susurra, sin ser escuchado ni creído.

“Nadie me cree: El niño dice que lo están acosando, pero el adulto lo ignora: “Estás exagerando otra vez.” El niño baja la mirada y deja de hablar.

“ Ponme a prueba otra vez: Después de llegar tarde una vez, el adolescente ahora tiene que informar cada paso y demostrar constantemente su honestidad, incluso después de semanas de buen comportamiento.

“ No le digas a papá: El padre le pide al niño que guarde secretos del otro padre. El niño se muestra confundido e incómodo.

“ Sabía que lo arruinarías: Antes incluso de intentarlo, le dicen al niño: “Solo fallarás otra vez como la última vez.” Deja el lápiz y se rinde.

“ Puertas cerradas, corazones cerrados: Todos en la familia mantienen sus puertas cerradas. No hay bromas compartidas ni conversaciones abiertas—solo silencio y sospecha.

“ Esfuerzo invisible: El niño trabaja duro en una tarea sorpresa. El padre asume que fue otro y elogia al hermano equivocado. El niño no dice nada.

Presencia de Fe / Confianza

“ Estaré allí: Antes de la obra escolar, el niño pregunta: “¿Vendrás?” El padre responde: “Por supuesto.” Y más tarde, está justo en la primera fila, sonriendo.

V

“ **Creo en ti:** El niño duda antes de un desafío. El hermano mayor dice: “Puedes hacerlo. Te he visto practicar.” El niño asiente y da el paso.

“ **Un secreto bien guardado:** El niño susurra algo personal a su padre. Más tarde, no escucha bromas ni repeticiones—solo un suave apretón de mano y una sonrisa.

“ **Inténtalo de nuevo, confío en ti:** Después de romper un plato, el niño se disculpa. El padre dice: “Está bien. ¿Quieres ayudar a poner la mesa otra vez?”

“ **Estoy contigo:** Dos hermanos enfrentan un momento difícil. El mayor se coloca silenciosamente al lado del menor y dice: “Pase lo que pase, estoy aquí.”

“ **Confiado con las llaves:** Por primera vez, le piden al adolescente que cierre la casa. “Sé que eres responsable”, dice el padre. El adolescente sonríe con orgullo.

“ **La verdad importa más:** Un niño admite un error antes de que se lo pregunten. El padre responde: “Gracias por decírmelo. Eso fue valiente.”

“ **Sabía que vendrías:** Después de perderse en el parque, el niño corre a los brazos del padre: “Sabía que me encontrarías.” Se abrazan con fuerza, ambos aliviados.



“ Una promesa cumplida: El padre promete un picnic el sábado. Incluso con cielos nublados, encuentra la manera. “Una promesa es una promesa”, dice sonriendo bajo el paraguas.

“ Pregúntame lo que quieras: El adolescente se acerca con dudas. El padre dice: “Sea lo que sea, puedes contármelo.” Y lo hace.

Actividad 3: “Álbum de amor” – Un proyecto en familia (Nivel 2: Amor)	Descripción: En familia cread vuestro propio "Álbum de Amor": un álbum de recortes físico donde recopilarán y conservarán recuerdos especiales durante un período prolongado. Este álbum se convertirá en un testimonio vivo de amor, lleno de fotos, anotaciones, pequeños objetos, dibujos, y recuerdos que reflejan la alegría y el cariño vividos en el día a día. A través de este proceso, las familias no solo celebran los momentos que pasan juntos, sino que también construyen un símbolo perdurable de unidad, seguridad emocional y amor que podrán recordar con orgullo en el futuro.  Preguntas para la reflexión - ¿Qué significó para ti crear este álbum de amor? - ¿Qué momentos y recuerdos capturados en el álbum encuentras más significativos? - ¿Cómo crees que este álbum puede fortalecer las relaciones en tu familia? - ¿Qué acciones concretas puedes tomar para seguir celebrando el amor en tu familia? <table border="1"> <tr> <td data-bbox="459 1276 724 1814"> Material: ▪ Un álbum de recortes o carpeta en blanco ▪ Bolígrafos, rotuladores de colores y pegatinas. ▪ Fotos, recuerdos. </td><td data-bbox="724 1276 1370 1814"> Tiempo estimado (en taller): 15 min Proceso en casa: 3 meses en adelante Consejos: Añadid nuevas entradas al álbum después de cada experiencia significativa compartida, sin importar su magnitud Fomentad la creatividad: el álbum de cada familia será diferente y reflejará su historia única. Considerad incluir recordatorios, fotos, entradas a eventos... </td></tr> </table>	Material: ▪ Un álbum de recortes o carpeta en blanco ▪ Bolígrafos, rotuladores de colores y pegatinas. ▪ Fotos, recuerdos.	Tiempo estimado (en taller): 15 min Proceso en casa: 3 meses en adelante Consejos: Añadid nuevas entradas al álbum después de cada experiencia significativa compartida, sin importar su magnitud Fomentad la creatividad: el álbum de cada familia será diferente y reflejará su historia única. Considerad incluir recordatorios, fotos, entradas a eventos...
Material: ▪ Un álbum de recortes o carpeta en blanco ▪ Bolígrafos, rotuladores de colores y pegatinas. ▪ Fotos, recuerdos.	Tiempo estimado (en taller): 15 min Proceso en casa: 3 meses en adelante Consejos: Añadid nuevas entradas al álbum después de cada experiencia significativa compartida, sin importar su magnitud Fomentad la creatividad: el álbum de cada familia será diferente y reflejará su historia única. Considerad incluir recordatorios, fotos, entradas a eventos...		

Aactividad 4: Cartas de amor (Nivel 2: amor)	Descripción: Cada miembro de la familia escribe una carta de amor personal dirigida a alguien importante en su vida. Puede ser un familiar actual, alguien fallecido o incluso un futuro hijo o familiar. La carta debe expresar sentimientos genuinos de amor, gratitud, esperanza o añoranza. Después de escribir, la familia se reúne en un ambiente tranquilo y cálido y, uno por uno, lee sus cartas en voz alta al grupo. Este momento busca fomentar la escucha profunda, la seguridad emocional y la cercanía. Después, las cartas pueden guardarse juntas en un sobre, una caja o un álbum especial como recuerdo imborrable de esta experiencia compartida. Estructura de la actividad 1. Introducción (10 min): Conversa en familia sobre las diferentes formas de amor (afecto, apoyo, presencia, recuerdo) y reflexiona sobre las personas de la familia que merecen escuchar o sentir ese amor. 2. Fase de escritura (~30 min o el tiempo que cada uno necesite): Escribid cada uno vuestra propia carta de amor. Los niños más pequeños pueden dibujarla o dictarla con ayuda. Se pueden ofrecer indicaciones para guiar la escritura (por ejemplo, <i>¿Qué es lo que más admiro de ti?; Un recuerdo contigo que nunca olvidaré...; Cuando pienso en el amor; Pienso en ti porque...; Quiero que sepas que...</i>). 3. Círculo de lectura (20–30 min): Leed las cartas en voz alta en un ambiente tranquilo y respetuoso. 4. Posible reflexión tras la actividad (10–15 min): <i>¿Cómo te sentiste al escribir tu carta? ¿Cómo te sentiste al escuchar a otros leer la suya? ¿Qué te recordó esta experiencia sobre el amor en tu familia? ¿Hay alguien más a quien te gustaría escribirle en el futuro? ¿Qué acciones concretas puedes tomar para seguir expresando amor y gratitud en tu vida diaria?</i>
---	---



	Material: ▪ Papel ▪ Sobres (opcional, para guardar cartas) ▪ Bolígrafos	Tiempo estimado: 60 – 85 min Consejos: Respetad los límites: nadie está obligado a leer su carta en voz alta.
Actividad 5: “El lenguaje del tacto” – Construye amor a través de la conexión (Nivel 2: Amor)	Descripción: Los participantes experimentan cómo el contacto físico seguro y cariñoso —como un abrazo, una mano en el hombro o una caricia suave— puede fomentar la cercanía emocional, reducir la tensión y comunicar amor sin palabras. La actividad finaliza con una breve reflexión para ayudar a las familias a comprender y respetar los niveles de comodidad y las preferencias de contacto de cada uno.  Estructura de la actividad 1. Introducción (5–10 min): Reflexionad en familia sobre cómo y cuándo y con qué frecuencia expresáis amor. 2. Actividades de contacto y conexión (20–30 min): Elegid algunas de las siguientes propuestas para expresar amor a través del tacto • <i>El abrazo sincero:</i> En parejas compartid un abrazo afectivo largo y silencioso (mínimo 10 segundos). • <i>Abrazo grupal:</i> Todos juntos compartid un gran abrazo • <i>La mano cariñosa:</i> Un simple gesto como poner la mano en el hombro al caminar, envolver con el brazo a un familiar	

	cuando se está sentado o gesto similar es una bonita muestra de afecto. • <i>El aleteo de mariposa</i>: Suaves caricias en la mano, el brazo, la espalda o la cara, como si una mariposa aterrizara. • <i>Círculo de masajes</i>: Suaves masajes corporal en un círculo de confianza, tumbado en cama o sofá (si es culturalmente apropiado).	
	3. Posible reflexión (10–15 min): ¿Cómo te sentiste cuando alguien te abrazó o te acarició con ternura? ¿Cómo quieres dar y recibir amor en tu familia? ¿Cómo crees que estas formas de afecto físico pueden fortalecer la confianza y el amor en tu familia? ¿Qué tipos de contacto físico te resultaron más cómodos o significativos? ¿Alguno te resultó incómodo?	
	Material: Opcional: música relajante y un espacio tranquilo y cálido	Tiempo estimado: 45 – 60 min Consejos: Enfatiza el consentimiento y la comodidad: nadie debe ser obligado a participar en contacto físico que no desea. Ofrece alternativas (por ejemplo, poner la mano sobre el corazón) Refuerza el mensaje: «El contacto físico amoroso no se trata solo de cercanía, sino de confianza, seguridad y respeto».
Actividad 6:	Descripción:	

El camino de la paz <i>(Nivel 2: paz y no violencia)</i>	“El Camino de la Paz” es un juego colaborativo o una actividad de cartas donde los niños recorren cuatro entornos (Hogar, Campamento, Escuela, Casa de un Familiar) dibujando tarjetas con escenarios que reflejan desafíos de la vida real. Cada tarjeta los incita a pensar críticamente, reflexionar sobre sus sentimientos e identificar soluciones pacíficas. En familia, apoyad a los niños para desarrollar estrategias realistas de seguridad, autoexpresión y resolución no violenta de conflictos, habilidades esenciales para quienes viven en entornos inestables o inseguros.  Estructura de la actividad <i>(usando los escenarios propuestos)</i> Tirad un dado de 20 caras o al azar, elegid un número del 1 al 20 y leed en voz alta el escenario correspondiente en la siguiente página. Debatid o representad cómo responderíais utilizando estrategias pacíficas y de autoprotección. Posible reflexión tras la actividad: ¿Cómo te sentiste al participar en la actividad? ¿Qué descubriste sobre la importancia de la paz y la no violencia en la resolución de conflictos? ¿Qué acciones concretas puedes tomar para seguir practicando estas estrategias de paz y no violencia en tu vida diaria? <table border="1"> <tr> <td data-bbox="483 1579 906 1845"> Material: Dado de 20 caras </td><td data-bbox="906 1579 1372 1845"> Tiempo estimado: 45 – 60 min Consejos: Guiad al niño a nombrar: ¿Qué siente? ¿Qué podría decir o hacer sin correr riesgos? ¿A quién podría acudir en busca de ayuda? </td></tr> </table>	Material: Dado de 20 caras	Tiempo estimado: 45 – 60 min Consejos: Guiad al niño a nombrar: ¿Qué siente? ¿Qué podría decir o hacer sin correr riesgos? ¿A quién podría acudir en busca de ayuda?
Material: Dado de 20 caras	Tiempo estimado: 45 – 60 min Consejos: Guiad al niño a nombrar: ¿Qué siente? ¿Qué podría decir o hacer sin correr riesgos? ¿A quién podría acudir en busca de ayuda?		

Id	Entorno	Escenario
1	Hogar	Alguien en casa está gritando y tirando cosas. ¿Qué puedes hacer para mantenerte seguro?
2	Hogar	Sientes miedo cuando tus padres beben. ¿Con quién puedes hablar y adónde puedes ir?
3	Hogar	Tu hermano te pega cuando se enoja. ¿Cuál es una manera segura de responder?
4	Hogar	Escuchas a tus padres pelear de nuevo. ¿Adónde puedes ir en casa para sentirte más seguro?
5	Hogar	Quieres contarle a alguien en la escuela lo que está pasando en casa. ¿Cómo puedes empezar?
6	Campamento	Escuchas a otros niños discutiendo a gritos en el campamento. ¿Cómo puedes responder pacíficamente?
7	Campamento	Quieres hablar con un adulto en el campamento, pero estás nervioso. ¿Qué puedes decir?
8	Campamento	Alguien en el campamento sigue robando tus cosas. ¿Qué puedes hacer?
9	Campamento	Te sientes solo y extrañas tu antiguo hogar. ¿Con quién podrías hablar?
10	Campamento	Otro niño en el campamento está acosando a otros. ¿Qué deberías hacer?
11	Colegio	Un compañero de clase te está empujando en la fila. ¿Cómo puedes usar palabras asertivas para detenerlo?
12	Colegio	Estás triste y tienes problemas para concentrarte en clase. ¿A quién se lo puedes decir? Un profesor te gritó delante de otros. ¿Cómo te sentiste? ¿Qué puedes hacer?
13	Colegio	Ves que molestan a otro estudiante. ¿Cómo puedes ayudar de forma segura?
14	Colegio	No quieres participar cuando tus amigos se burlan de alguien. ¿Qué puedes decir?
15	Colegio	Un primo se burla de ti constantemente. ¿Cómo puedes poner límites sin pelear?
16	Casa de un familiar	Te sientes inseguro pasando la noche en casa de un familiar. ¿Qué puedes hacer?

17	Casa de un familiar	Un familiar adulto te incomoda con su comportamiento. ¿Qué deberías hacer?
18	Casa de un familiar	Tus familiares discuten a menudo. ¿Adónde puedes ir para sentirte tranquilo y seguro?
19	Casa de un familiar	Quieres irte de casa de un familiar, pero no sabes cómo. ¿Quién podría ayudarte?
20	Casa de un familiar	Alguien en casa está gritando y tirando cosas. ¿Qué puedes hacer para mantenerte seguro?

Actividad 7: “Manifiesto de dignidad humana” (Nivel 2: Dignidad humana)	Descripción: Las familias trabajan juntas para crear un "Manifiesto de Dignidad Humana", tanto visual como escrito, una declaración de cómo desean tratarse mutuamente con respeto, justicia y cuidado. Este manifiesto sirve como un compromiso personal y un recordatorio visible de cómo se debe practicar la dignidad en el hogar. Estructura de la actividad 1. Charla inicial en grupo (~10 min): Debate sobre las siguientes cuestiones: ¿Qué significa para ti la dignidad? ¿Cómo nos sentimos cuando nos tratan con dignidad? ¿Cómo podemos mostrar respeto por la dignidad en casa (hacia los niños, los mayores, las visitas...)? 2. Proponed principios y votadlos o desechadlos p. ej., «Escuchar sin interrumpir», «Di por favor y gracias», «Sin insultos», «Respetar la privacidad». Las familias pueden usarlas, rechazarlas o modificarlas. 3. Creación del manifiesto (20–25 min): Cread sobre el papel el Manifiesto de Dignidad Humana: ▪ De 5 a 8 principios clave en los que estén de acuerdo. ▪ Un título o lema (p. ej., «En nuestro hogar, todos merecen respeto»). ▪ Firmas de cada miembro de la familia.
Material: ▪ Hojas A3, cartulina grande o un cuaderno ▪ Marcadores de colores, rotuladores, lápices ▪ Barras de pegamento y tijeras	Tiempo estimado: 45 min Consejos: Ayuda a elegir las palabras o a dibujar cómo se ve la dignidad. Revisadlo regularmente.





Mi responsabilidad: Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...).

Mi compañero de confianza: Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré.

Nuestra señal de confianza: Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).

Actividad 8: La cadena de confianza (Nivel 2: confianza y fe)	Descripción: Esta actividad transforma el concepto de confianza en una red concreta de compromisos familiares. Cada miembro asume una pequeña responsabilidad libremente elegida y elige a un "compañero de confianza" en la familia para que le ayude a llevarla a cabo. Mediante este ejercicio, las familias refuerzan la idea de que la confianza se construye mediante el compromiso, la responsabilidad y el respeto mutuo. Estructura de la actividad  1. Reflexión inicial ¿Qué significa confiar en alguien? ¿Qué hace que una persona sea confiable? ¿Qué sucede cuando alguien no cumple lo que prometió? “La confianza no es solo un sentimiento; es algo que construimos. Cuando cumplimos nuestras promesas, ayudamos a que otros confíen en nosotros.” 2. Compromisos familiares: Recortad y rellenad una <i>Hoja de Compromiso</i> por miembro de la familia. Cada hoja tiene tres compromisos, recortad cada tira de papel y pegadla uniendo cada eslabón con el siguiente para crear una “Cadena de Confianza”: • <i>Mi responsabilidad:</i> Algo que me comprometo a hacer esta semana (p. ej., poner la mesa, alimentar a la mascota, apagar las luces, llamar a la abuela...). • <i>Mi compañero de confianza:</i> Un familiar que me apoyará y confiará en que lo haré. • <i>Nuestra señal de confianza:</i> Una forma simbólica de sellar el compromiso (puede ser un apretón de manos, un dibujo, una palabra clave, un gesto...).
--	--

	Material: - Tijeras - Cinta adhesiva o pegamento - Marcadores, bolígrafos, pegatinas decorativas	Tiempo estimado: 45 – 60 min Consejos: Asegurad que los compromisos sean realistas y apropiados para la edad. Enfatizad: «La confianza no se exige, se gana y se construye».
Actividad 9: Libros ilustrados <i>Nivel 3: 1 libro para cada valor</i>	Descripción: Esta actividad invita a las familias a interactuar con libros ilustrados como herramientas para explorar y reflexionar sobre valores fundamentales. Mediante el uso de narraciones e imágenes que conectan tanto con niños como con adultos, esta actividad fomenta la empatía, el pensamiento crítico y el diálogo emocional de una manera lúdica y significativa.   Libros  AMOR (empatía, cuidados, afecto) “El monstruo de colores” – Anna Llenas - Emociones, amor hacia uno mismo y los demás. “Adivina cuánto te quiero” – Sam McBratney - Un clásico para trabajar el amor familiar y los vínculos afectivos. “Yo te quiero más” – Susana Isern - Cuento sobre el amor cotidiano y las formas de decir “te quiero”. “Inés del revés” – Anita Jeram - Aborda el amor y la aceptación incluso en los días difíciles.  PAZ Y NO VIOLENCIA “La historia de la paz” – David W. Smith - Cultura de paz y la resolución pacífica de conflictos. “Wangari y los árboles de la paz” – Jeanette Winter - Basado en la historia real de Wangari Maathai. Habla de paz, justicia, ecología y activismo no violento. “El lápiz mágico de Malala” – Malala Yousafzai - Promueve la paz, la justicia y la valentía. “¿Qué es la paz?” – Etan Boritzer - Explora la paz desde múltiples perspectivas	

	 CONFIANZA (autoconfianza y confianza en los demás) 1. “Cada uno es especial” – Max Lucado • Potencia la autoestima, el valor propio y la confianza. 2. “El punto” – Peter H. Reynolds • Confianza, superar el miedo a equivocarse y atreverse a empezar. 3. “¿De qué color es un beso?” – Rocío Bonilla • Fomenta la confianza en uno mismo y en la expresión emocional. 4. “La ovejita que vino a cenar” – Steve Smallman • Trabaja la confianza en los demás, los prejuicios y la amistad.
	 DIGNIDAD HUMANA (derechos, respeto, igualdad) 1. “El cazo de Lorenzo” – Isabelle Carrier • Diversidad, inclusión y respeto a las dificultades de cada persona. 2. “Todos somos diferentes” – Todd Parr • Diversidad, igualdad y el valor de ser único. 3. “La niña invisible” – Puño • Identidad, autoestima, visibilidad social y la dignidad del ser. 4. “Érase una vez un cuento” – Cuentos para la dignidad • Recopilación enfocada en derechos humanos y respeto.

	 Audiocuentos (youtube)	
	 AMOR 1. <i>Adivina cuánto te quiero</i> – Sam McBratney Audiocuento contado por Beatriz Montero:  https://www.youtube.com/watch?v=grJ1AdGnuDc [youtube.com]	
	 PAZ Y NO VIOLENCIA 1. <i>Wangari y los árboles de la paz</i> – Jeanette Winter Audiocuento narrado por <i>Árbol de Palabras</i>:  https://www.youtube.com/watch?v=SAXmT9pqO7I [youtube.com]	
	 CONFIANZA 1. <i>El punto</i> – Peter H. Reynolds Perfecto para trabajar autoestima, creatividad y confianza. Audiolibro narrado por Myriam Arranz:  https://www.youtube.com/watch?v=bpzObwzy_AI [youtube.com]	
	 DIGNIDAD HUMANA 1. <i>El caso de Lorenzo</i> – Isabelle Carrier Ideal para hablar de inclusión, diversidad y respeto. Lectura animada más larga:  https://www.youtube.com/watch?v=1s7sivWqaSM [youtube.com]	
Material: - Libros y audiolibros	Tiempo estimado: 20 min	
	Consejos: Apoya a los niños con preguntas sencillas	
Actividad 10: Juegos de mesa (Nivel 3: todos los valores)	Descripción: Fomentar el desarrollo de valores fundamentales mediante juegos de mesa cuidadosamente seleccionados que fomentan la reflexión, la conexión emocional y el juego	

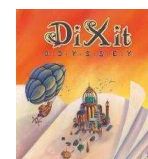


cooperativo en las familias.

1. Imagine (Dignidad Humana) Jugadores: 3-8
Fomenta el pensamiento simbólico, la expresión respetuosa de conceptos abstractos y la comunicación no verbal. Ideal para hablar sobre derechos humanos, inclusión e imaginación moral.



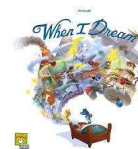
2. Dixit (Amor) Jugadores: 3-6 (hasta 12 con Dixit Odyssey)
Fomenta la expresión emocional, la empatía y la narración personal. Cada imagen se convierte en una puerta para compartir recuerdos, afecto y experiencias de amor.



3. The Mind (Paz y no violencia) Jugadores: 2-6
Fomenta la cooperación silenciosa, la paciencia, la sincronización emocional y el trabajo en equipo no verbal. Fomenta la calma, la presencia y la armonía grupal.



4. When I Dream (Confianza) Jugadores: 4-10
Fomenta la escucha activa, la imaginación y, sobre todo, la confianza en los demás, incluso en momentos de confusión. Desarrolla la confianza al ser guiado.



5. Feelinks (todos los valores) Jugadores: 3-8
Profundiza la inteligencia emocional, la empatía y el diálogo sobre valores en diversas situaciones de la vida. Los jugadores votan sobre cómo se sentirían en situaciones dadas y reflexionan sobre reacciones compartidas o diferentes.



6. Time's up! – (todos los valores) Jugadores: 4-12

Refuerza el vocabulario y los conceptos clave relacionados con los cuatro valores mediante adivinanzas divertidas y rápidas. Se pueden crear cartas personalizadas (papelitos) sobre la temática a tratar (valores, conocidos, cosas cotidianas, etc.).

Material:

- Juego de mesa o adaptación "hecha en casa" del mismo
- Vídeo de youtube para entender reglas

Tiempo estimado: Depende del juego

Consejos:

Reflexionar tras cada juego sobre los valores trabajados.

TALLER 2

EL TERRENO DEL DEVENIR: CREATIVIDAD, PLENITUD, ALEGRÍA Y ABUNDANCIA

TALLER 2 El terreno del devenir: creatividad, plenitud, alegría y abundancia	
Valores	Espíritu innovador y creatividad; plenitud (desarrollo holístico); alegría de vivir; abundancia.
Objetivos	Nivel Ayudar a las familias a comprender los valores y a reconocerlos explorando de forma colaborativa su presencia o ausencia en situaciones de la vida real, al tiempo que se comparten percepciones y ejemplos. Nivel 2 Fomentar una comprensión más profunda y un compromiso emocional con cada valor a través de una actividad diseñada para que las familias trabajen en ellos en su entorno cotidiano. Nivel 3 Promover el desarrollo de los valores mediante metodologías atractivas y adecuadas a la edad, como libros ilustrados y juegos de mesa, con el fin de fomentar la conexión emocional, la participación y el diálogo dentro de la familia.

Actividades

Actividad 1: Nuestros valores

(Nivel 1:
todos los
valores)

Descripción:

Corta los valores que se muestran en la página siguiente y metedlos en una bolsa o caja. Cada miembro de la familia al azar coge uno de ellos, lo lee en silencio y lo representa (con mímica, gestos, dibujos...). Los demás intentarán adivinar qué es lo que se está representando.

El objetivo de esta actividad es concienciar sobre estos valores personales a través de la expresión lúdica y creativa.



Preguntas de reflexión:

¿Qué sentiste al representar o adivinar un valor sin palabras? ¿Qué dice eso sobre cómo se comunican los valores en la vida cotidiana?

¿Qué valor te ha resultado más difícil de representar o adivinar?

Si tuvieras que elegir un de estos valores para cultivar más en casa, ¿cuál sería y por qué?

Material:

Tijeras

Tiempo estimado: 15 a 20 minutos

Consejos:

Una primera demostración adulta puede ser de gran ayuda



*ESPÍRITU INNOVADOR Y
CREATIVIDAD*

PLENITUD

ALEGRÍA DE VIVIR

ABUNDANCIA

Actividad 2: Construcciones creativas (Nivel 2. Valor: creatividad y espíritu innovador)	Descripción En familia deberéis construir una estructura que se mantenga en pie en un tiempo limitado de 15 minutos, con la ayuda de 20 espaguetis, 10-15 jamoncitos o nubes de gominola. Esta actividad permite experimentar el poder de la creatividad, la innovación y la resolución colaborativa de problemas en un reto práctico y reflexionar sobre cómo fomentar estas habilidades en la vida familiar.  Preguntas para reflexionar: ¿Cuáles fueron las ideas más innovadoras? ¿Cuáles fueron las ideas que más te ayudaron? ¿Qué aprendiste o cuál fue tu conclusión después de esta actividad? ¿Cómo podemos fomentar el pensamiento innovador en la familia, en la vida cotidiana?
---	---

	Material: 20 espaguetis 10-15 Jamoncitos o nubes de gominola	Tiempo estimado: 30 minutos
		Consejos: Preguntad a los niños por sus ideas y animadlos a dar sugerencias.
Actividad 3: Las reglas (Nivel 2. Valor: creatividad)	Descripción Por parejas inventad un juego nuevo. Debéis crear y escribir las reglas, tantas como queráis. Cada pareja juega por turnos delante de los demás, sin explicar las reglas- Mientras, los observadores deben adivinar las reglas basándose únicamente en lo que ven. Una vez compartidas las conjeturas, los creadores del juego revelan las reglas reales El objetivo de esta actividad es estimular el pensamiento creativo, el trabajo en equipo y el pensamiento deductivo.	
		

Seis corbatas de pensar Para la realización de esta actividad creativa se recomienda probar la dinámica de las corbatas (basada en los seis sombreros de pensar de Edwar de Bono). Recorta las corbatas de las páginas siguientes, ponles una goma, un imperdible o un clip. Cada 1-2 minutos cambiad de corbata. Cada corbata ofrece un rol o una perspectiva diferente para abordar el reto de crear un juego. En la siguiente página encontrarás el rol de cada corbata. Preguntas para reflexionar: ¿Cómo te sentiste al intentar comprender algo sin que te lo dijeran directamente? ¿En qué te basaste? ¿Cómo solemos reaccionar cuando las reglas no están claras y cómo puede ayudar la creatividad en esos momentos? ¿Con qué corbata te sentiste más identificado? ¿Ver las cosas desde otra perspectiva te ayudó a pensar en nuevas ideas para el juego?	
Material Lápices Papel Tijeras Hilo de goma, imperdibles o clip Opcional: Componentes de otros juegos: dados, cartas, meeples, fichas, monedas...	Tiempo estimado: 20-30 minutos Consejos: Anime al niño a adaptar y crear juegos a partir de los que ya conoce. Explíquele lo importante que es establecer las reglas. Hable sobre la creación de reglas como un proceso creativo: «¿Por qué necesitamos esta regla?» / «¿Qué pasa si la cambiamos?». Utilice este ejercicio de creación de juegos como puente hacia la innovación cotidiana: <i>«Al igual que hemos inventado un juego, podemos inventar nuevas formas de resolver problemas en la escuela o en casa».</i>



Corbata blanca
Hechos e información



Corbata roja
Emociones y sentimientos



Corbata negra
Juicio negativo



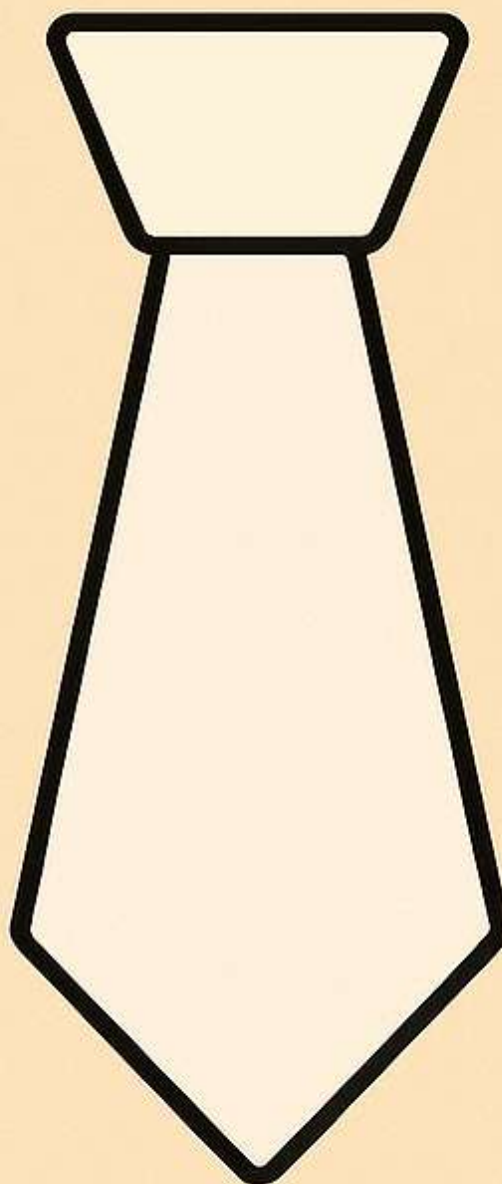
Corbata amarilla
Juicio positivo



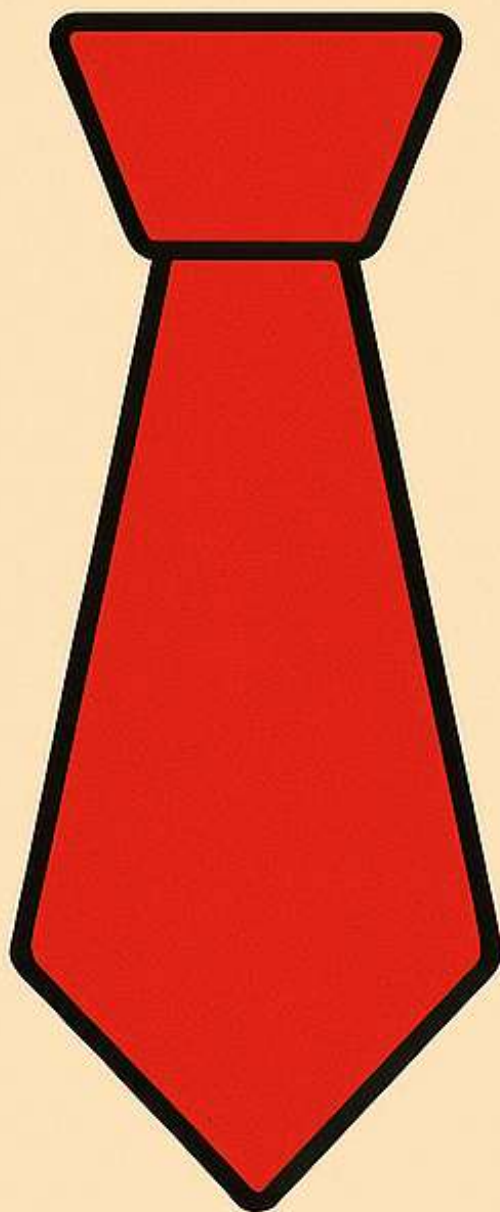
Corbata verde
Creatividad y nuevas ideas



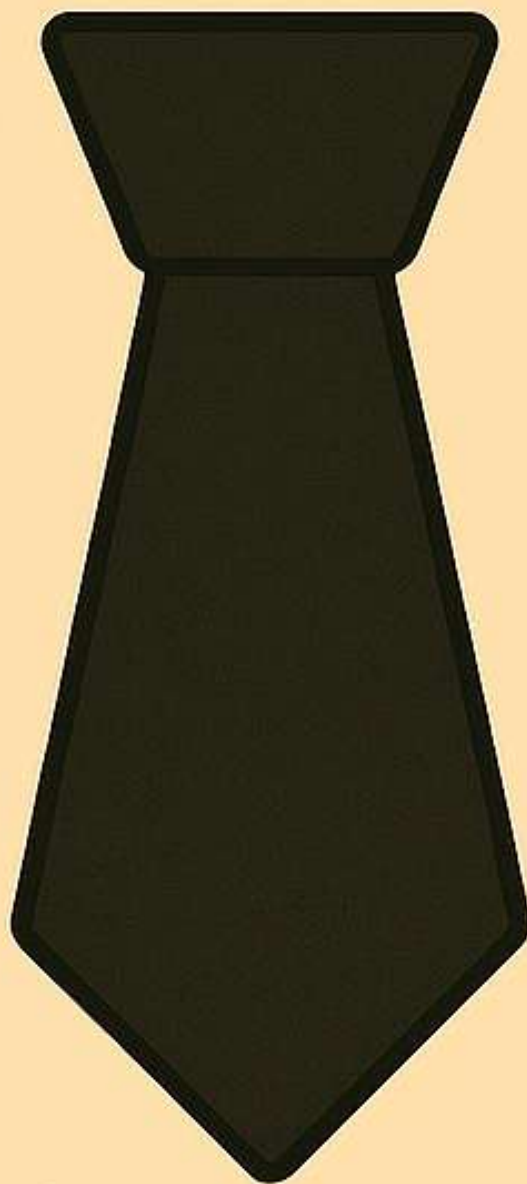
Corbata azul
Control y organización



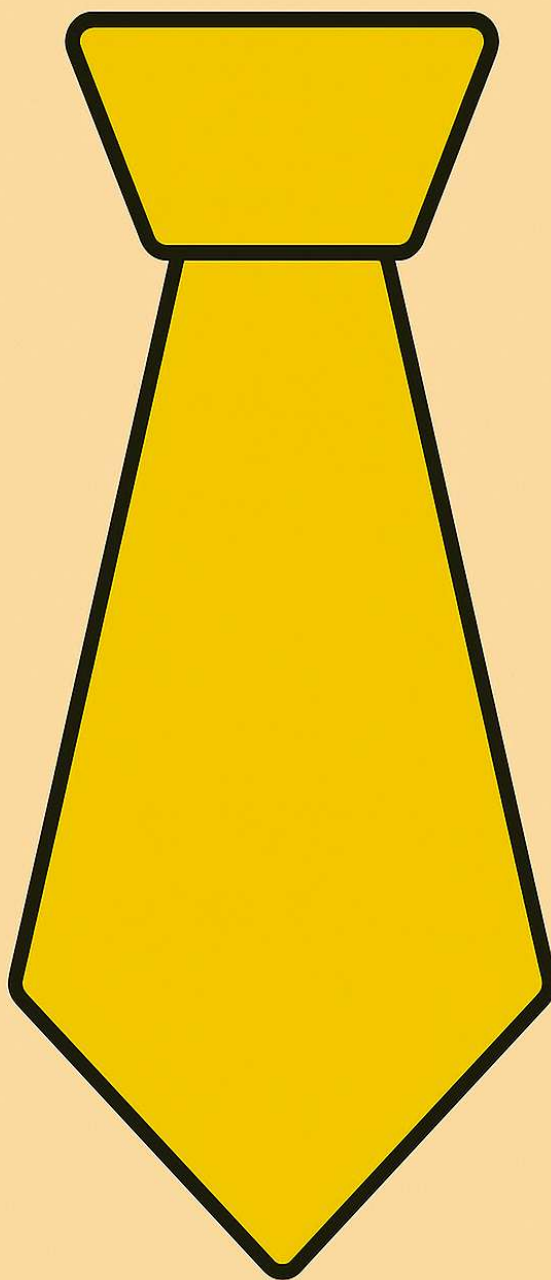
**Corbata
blanca**



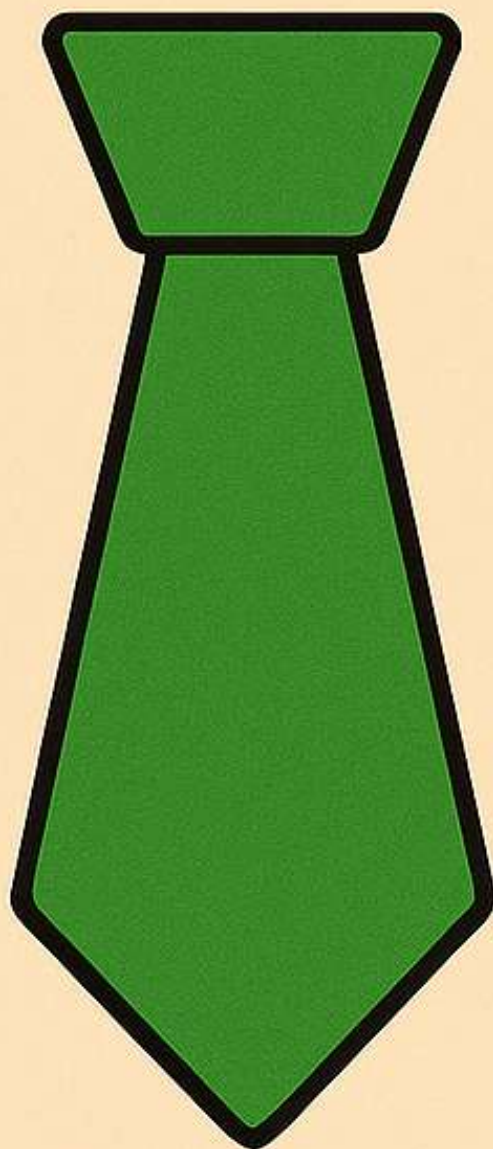
**Corbata
roja**



Corbata negra



Corbata
amarilla

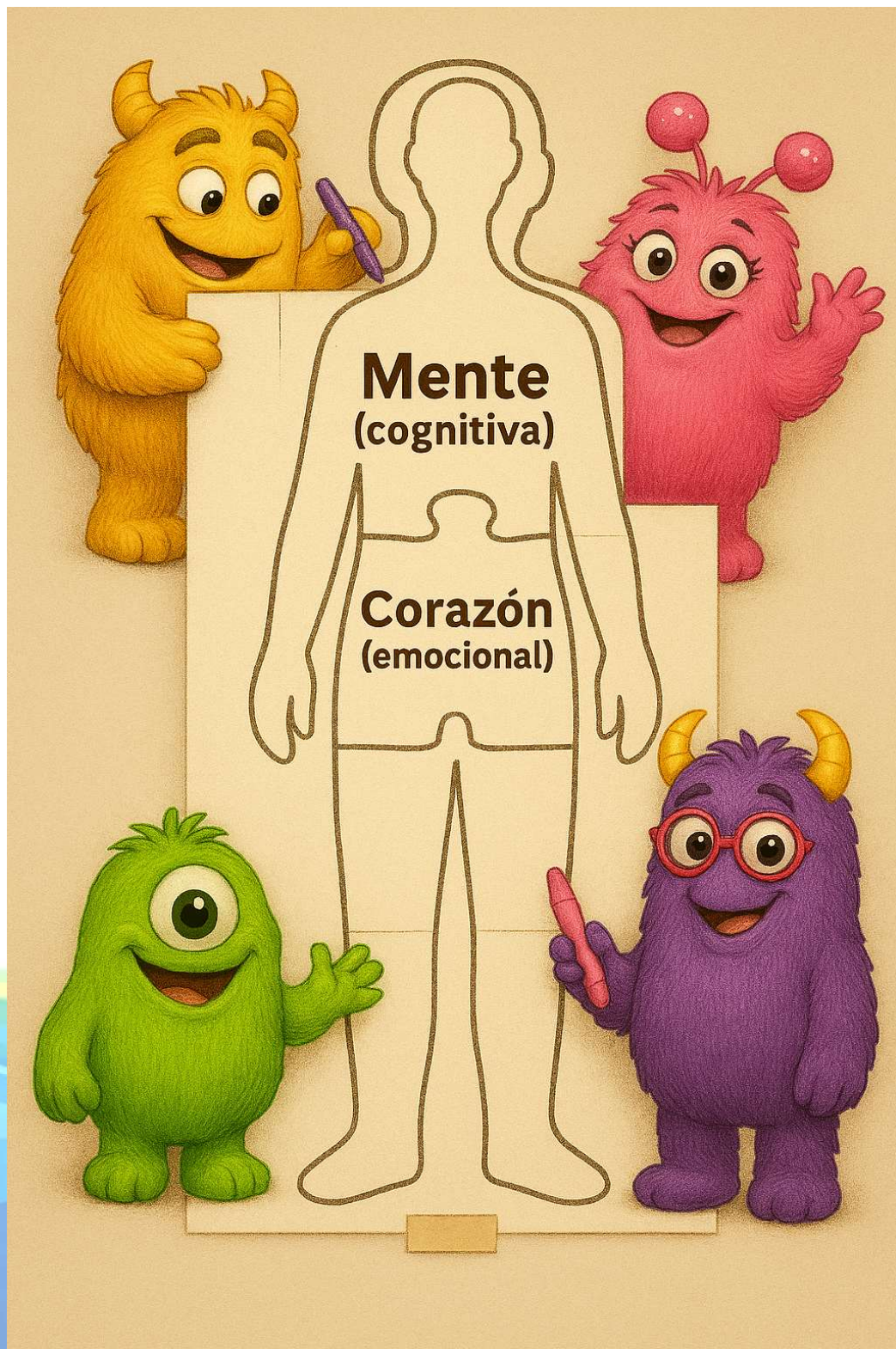


**Corbata
verde**

Actividad 4: Máquinas humanas (Nivel 2. Valor: creatividad)	Descripción: Esta actividad ayuda a comprender las interconexiones familiares Estructura de la actividad: 1.Cread una "máquina humana" por parejas. 2.Cada miembro es una parte de la máquina. Cada movimiento debe desencadenar o depender del movimiento de otra persona, como en una reacción en cadena. 3. Planificad y ensayad vuestra máquina. Debéis decidir: ○ Qué hace la máquina ○ Qué papel desempeña cada persona ○ Cómo se conectarán y fluirán los movimientos 4.Cada equipo presenta su máquina viviente al resto sin dar explicaciones verbales hasta después de la actuación. Preguntas para reflexionar: ¿Qué parte te ha resultado más difícil: ¿coordinar los movimientos, poneros de acuerdo en las ideas o manteneros conectados? ¿Cómo decidiste quién haría qué en tu máquina? ¿Qué te enseñó esta actividad sobre cómo las pequeñas acciones están conectadas en un sistema más grande, como en la vida familiar?
---	--

	Utiliza la metáfora de la máquina para reflexionar sobre cómo «cada acción provoca una reacción», una herramienta estupenda para el aprendizaje emocional.	
	Material:	Tiempo estimado: 20-30 minutos
	No es necesario	Consejos: Elige ideas divertidas para máquinas y pide a cada miembro de la familia que diseñe un movimiento. Deje que los niños lideren la invención y asignen roles para la máquina, como una forma estupenda de desarrollar la planificación y las habilidades socioemocionales.
Actividad 5: El rompecabezas de la persona completa <i>(Nivel 2.</i> <i>Valor:</i> <i>desarrollo integral)</i>	Descripción: El objetivo de esta actividad es ayudar a los participantes a comprender y experimentar el desarrollo integral mediante la exploración de cinco dimensiones interconectadas del crecimiento humano (cuerpo, corazón, mente, social y espíritu) a través de una actividad creativa de autorreflexión. Estructura de la actividad: - Utilizad dos o tres hojas grandes tamaño a3 para cada miembro, junto con cinta adhesiva o pegamento para pegarlas verticalmente, formando un lienzo del tamaño aproximado de su cuerpo. - Uno se tumba mientras el otro traza el contorno de su cuerpo en el papel, y luego cambian de papel. - Dividid el espacio en 3 secciones a modo de rompecabezas. Estas secciones deben parecerse a piezas entrelazadas y estar etiquetadas como: ● Cuerpo (físico) ● Corazón (emocional) ● Mente (cognitiva) - En cada pieza del rompecabezas, cada miembro de la familia debe escribir, dibujar o simbolizar una actividad, recuerdo o comportamiento que les haya ayudado a crecer en esa dimensión, desde la infancia o la vida adulta. - Una vez completado, cuelga todas las «piezas del rompecabezas» por la sala para crear una galería o una mini exposición.	

	Preguntas para la reflexión: ¿En qué dimensión te resultó más fácil identificar una actividad? ¿Y cuál más difícil? ¿Por qué? ¿En qué dimensión se desarrolla más tu hijo? ¿Cuál recibe menos atención? ¿Cómo se conectan o influyen entre sí las dimensiones según tu experiencia personal? ¿Cómo podemos integrar acciones pequeñas y significativas en las cinco áreas a lo largo de la semana?	
	Material: Lápices; rotafolios.	Tiempo estimado: 30 minutos
		Consejos: Utilice los ejemplos de actividades de la página siguiente como fuente de inspiración.



Actividades para el desarrollo integral



MENTE

(Desarrollo Cognitivo)

- ♥ Actividades que **estimulan** el pensamiento, la creatividad.
- ♥ Pedidle a vuestro hijo que os enseñe algo que aprendió en el colegio
- ♥ Creada un “muro de la pregunta del día”
- ♥ Resolved rompecabezas, construid LEGO o explorad experimentos científicos



CUERPO

(Desarrollo Físico)

- ♥ Bailad juntos vuestra música favorita
- ♥ Salid a caminar por la naturaleza o haced una búsqueda del tesoro
- ♥ Cocinad juntos una receta saludable
- ♥ Practicad yoga o estiramientos antes de dormir
- ♥ Montad un mini circuito de obstáculos en el salón o el jardín



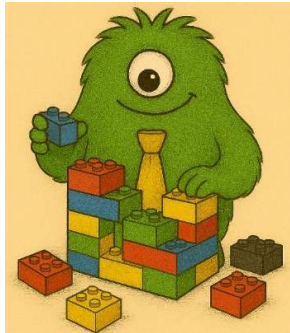
CORAZÓN

(Desarrollo Emocional)

- ♥ Usad un “cuadro de emociones” cada día para hablar de cómo os sentís
- ♥ Representad situaciones (role-play) para expresar la ira o la frustración de forma saludable
- ♥ Dibujad un “mapa del corazón” con cosas que hacen sentir bien al niño



Actividad 6: Disfrute del momento (Nivel 2. Valores: alegría de vivir a través de la atención plena y la conciencia)	Descripción El objetivo de esta actividad es experimentar cómo la conciencia del momento presente y las actividades compartidas pueden cultivar la alegría, la concentración, la regulación emocional y la conexión. Estructura de la actividad: Parte 1: Calentamiento con sonido y conciencia 1. En un lugar tranquilo uno de los miembros de la familia toca un cuenco tibetano (o un sonido similar en YouTube). ○ Ronda 1: Levantad la mano cuando el sonido se desvanece por completo. ○ Ronda 2: Mientras suena el cuenco, prestan atención a todos los demás sonidos del entorno.  Reflexión: <i>¿Cuánto nos perdemos cuando no escuchamos con atención?</i> Parte 2: Prácticas de mindfulness ● Respiración 3-5-3: Inhalar 3'', retener el aire 5'' y exhalar 3''. ● «Intención del día»: establecer una palabra o un propósito por la mañana y reflexionar sobre ello por la noche. ● Cuenta hasta 10: Antes de reaccionar o responder ● Diálogos internos positivos: Practica detectar los pensamientos negativos y reformularlos de forma amable. Parte 3: Desafío de concentración: la carrera de obstáculos 1. Prepare una carrera de obstáculos física sencilla (sillas, cuerdas, conos, etc.). 2. Un voluntario la recorre mientras narra (o reflexiona después): ○ ¿Qué fue lo primero que notaste? ○ ¿Qué te ayudó a tener éxito? ○ ¿Dónde se centró su atención, en el siguiente paso o no caer? <i>«La alegría no proviene de evitar los obstáculos, sino de aprender a superarlos con conciencia».</i>
--	--

	Preguntas para reflexionar: ¿Qué rutinas o momentos cotidianos en casa podría utilizar para introducir el mindfulness de forma lúdica? ¿Cómo crees que están conectadas la alegría y la presencia?	
	Material	Tiempo estimado: de 15 a 20 minutos
	Cuenco tibetano (o un sonido de YouTube),	Consejos: Cread un ritual diario o semanal de mindfulness:
Actividad 7: Un día de abundancia (Nivel 2. Valores: alegría de vivir, creatividad, abundancia)	Descripción: El objetivo de la actividad es reflexionar sobre el <i>significado más profundo de la abundancia</i> , más allá de la riqueza material, expresando su visión familiar de un día significativo, alegre y pleno a través de la creatividad y la colaboración.	
	Estructura de la actividad: ¿Cómo es para ti un día abundante? ¿Qué significa la abundancia más allá de las cosas materiales, como el dinero o las posesiones?  Representad individualmente vuestra versión de un día alegre y abundante, lleno de: significado, amor, tiempo, conexión, energía, aprendizaje. Para ello utilizad dibujos, palabras o frases clave, imágenes recortadas de revistas o símbolos, pegatinas, colores, texturas... Finalmente, cread un gran collage con las composiciones (o parte de ellas de cada uno) Preguntas para la reflexión: ¿En qué se diferencia tu idea de abundancia de la riqueza material? ¿Qué tipos de abundancia (por ejemplo, tiempo, amor, risas, creatividad) aparecieron más en el collage? ¿Qué pequeños cambios podrían acercarte a este tipo de días con más frecuencia?	

	Material	Tiempo estimado: 15 a 20 minutos
	hojas grandes de papel/cartón, pinturas, rotuladores, imágenes recortadas de revistas, pegatinas, pegamento, tijeras Opcional: Piezas LEGO	Consejos: Proponed ejemplos de <i>abundancia no material</i>: - Tener tiempo para jugar - Compartir una comida - Sentirse seguro y querido - Aprender algo nuevo - Estar juntos sin prisas Crea un «tarro de la alegría» donde cada noche añadas algo que haya hecho que el día sea especial (una risa, un momento, un abrazo). En el futuro lo podéis convertir en un nuevo collage.
Actividad 8: Árbol de los sueños (Nivel 3. Valores: todos los valores)	Descripción: El objetivo de esta actividad es explorar el valor de sueños con intención y valentía, al tiempo que se reconocen los elementos emocionales, relacionales y prácticos necesarios para perseguir los sueños personales y compartidos dentro de la familia. Estructura de la actividad: En una hoja grande dibujad individualmente <<el árbol hacia tus sueños, tanto personales como compartidos (familiares)>>. Puede ser abstracto o literal, y debe incluir: ○ Raíces: (habilidades, recursos, personas de apoyo) ○ Frutos y su fecha de maduración (metas, grandes esperanzas, objetivos...) ○ Ramas (pasos para conseguirlo) ○ Nubes, viento o piedras (posibles obstáculos) Compartid y presentad vuestro «árbol de los sueños» al resto de la familia. En la página siguiente podéis encontrar una ficha-guía para cada uno.	 

	Preguntas para reflexionar: ¿Qué hemos descubierto sobre nuestros sueños y los de la familia? ¿Qué pequeños pasos concretos podrían ayudarnos a acercarnos a estos sueños? ¿Cómo se conectan nuestros sueños individuales con los sueños de nuestra familia? ¿Cómo podéis apoyaros en familia a seguir vuestros sueños?	
	Material	Tiempo estimado: 20 minutos
	Cartulina A3, pinturas pegatinas post-its	Consejos: Dibujad tanto los sueños compartidos (por ejemplo, unas vacaciones, una tradición, un hogar tranquilo) como los personales (lo que cada persona quiere aprender, explorar o llegar a ser).

EL ÁRBOL DE MIS SUEÑOS de _____

Raíces – Lo que me sostiene

(Valores, habilidades, familia, experiencias)

•

•

Tronco – Mi camino actual

(Lo que hago ahora para crecer)

Ramas – Mis sueños

(Un sueño por rama)

- Rama / Sueño: _____ Fecha: _____
- Rama / Sueño: _____ Fecha: _____
- Rama / Sueño: _____ Fecha: _____
- Rama / Sueño: _____ Fecha: _____
- Rama / Sueño familiar: _____

Frutos – Lo que conseguiré

(¿Qué cambiará cuando lo logre?)

•

•

•

•

Nubes, viento o piedras

(Dificultades u obstáculos)

•

•

•

•

Para compartir en familia

- El sueño que más me ilusiona es: _____
- El sueño que compartimos es: _____

Actividad 9: Libros ilustrados <i>(Nivel 3.</i> <i>Valores:</i> <i>todos los valores)</i>	Descripción: Esta actividad invita a las familias a interactuar con libros ilustrados de gran belleza como herramientas para explorar y reflexionar sobre los valores fundamentales. A través de la lectura compartida, el debate y la expresión creativa, los participantes descubren las lecciones emocionales y morales que se esconden detrás de cada historia y las relacionan con su propia vida familiar. Mediante el uso de la narración y las imágenes que resuenan tanto en niños como en adultos, esta actividad fomenta la empatía, el pensamiento crítico y el diálogo emocional de una manera lúdica y significativa.	
	Libro recomendado: Mabel y la montaña https://www.youtube.com/watch?v=ZioU6swILP4 Link actividades: https://www.penguin.co.uk/discover/childrens-articles/mabel-and-the-mountain-activity-sheets En las siguientes páginas encontraréis fichas para rellenar, cortar y pintar sobre la historia de Mabel	
	Preguntas para reflexionar ¿Qué valor ves en esta historia? ¿Cómo habrías actuado en su lugar?	
	Material Libros o, vídeos de YouTube.	Tiempo estimado: 20 minutos Consejos: Recuerde a los niños que las historias son espejos: podemos vernos reflejados en ellas y aprender de las experiencias de los personajes.



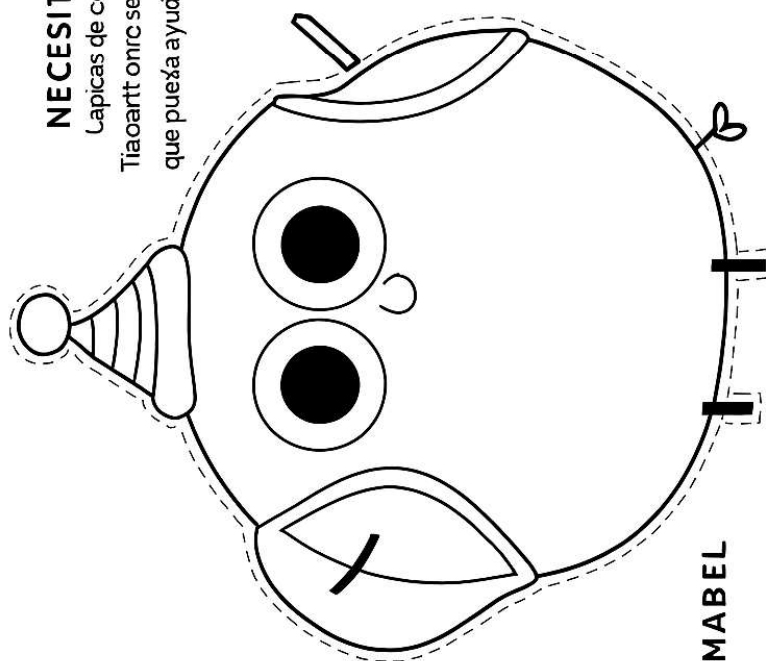
CREA UN AMIGO PARA MABEL

Coioiaa y ayuda a Maba a Maba la construi a su amios io lasoiguientes papies:

NECESITARÁS:

Lapicas de coiores

Tiaoartt onrc se ntue tta)
que puea ayudiarte



MABEL

NUEVO AMIGO

CREA UN AMIGO PARA MABEL



Uzase los accesorios de tes los accesorios para arear un nuevo

Nudxeta

CARA

Cara

CABEZA

Cara

Cabeza

CABEVA

Nuzso cmo

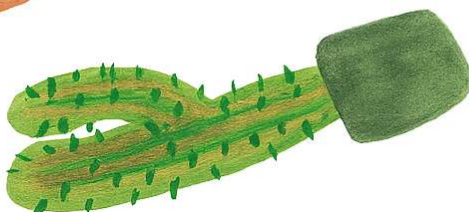
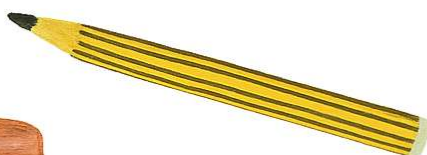
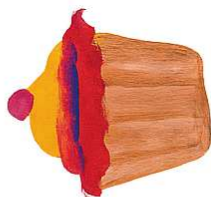
rodad

CREA UN AMIGO PARA

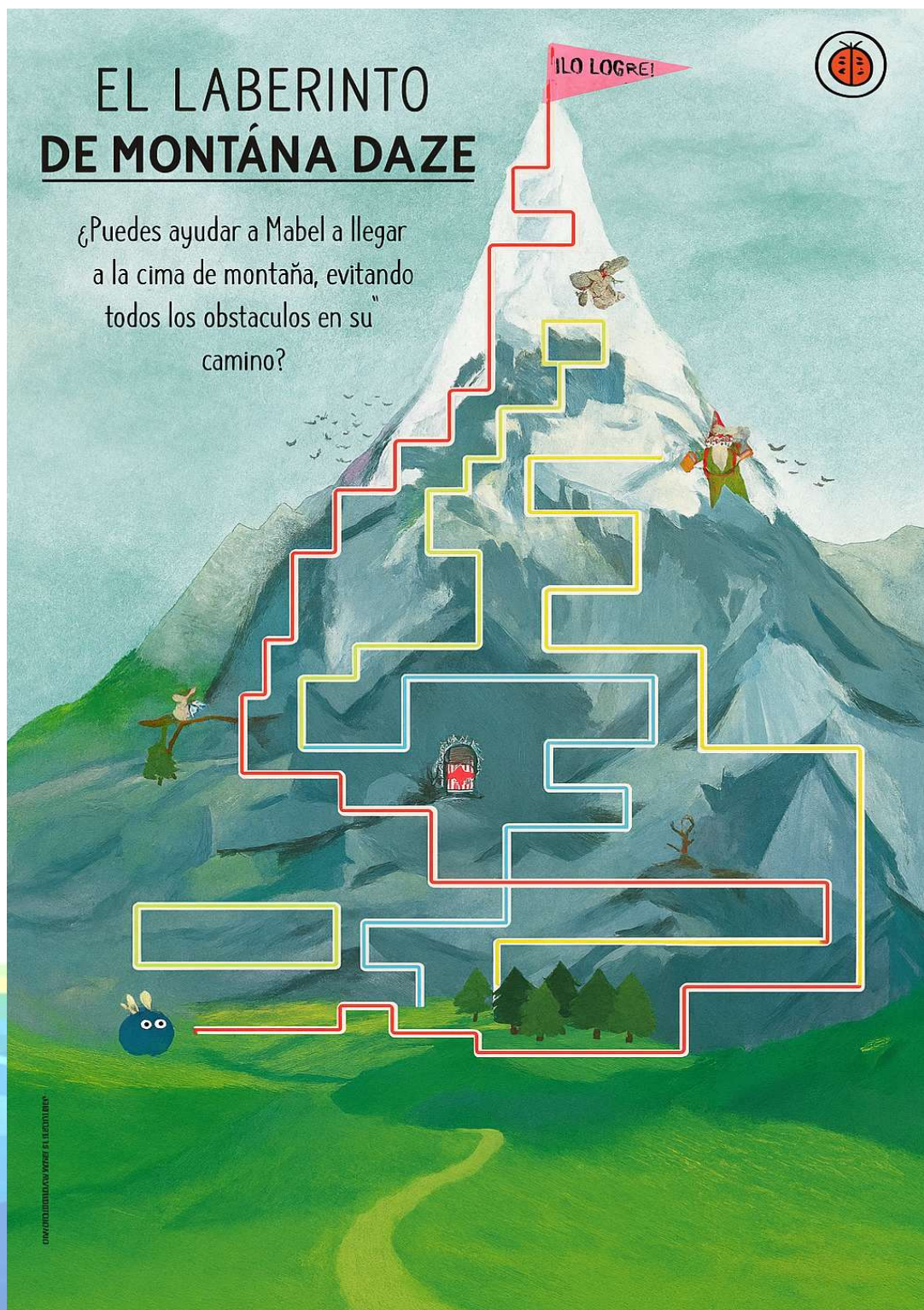
Usa cualquiera de los accesorios de abajo para
crear un nuevo amigo para Mabel.



CREA TU UN AMIGO



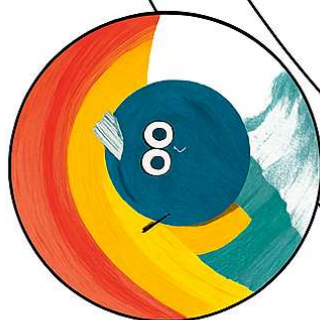
ACCESORIOS





EL ARCOÍRIS DE MABEL

Calorea a Mabel y su areoitis

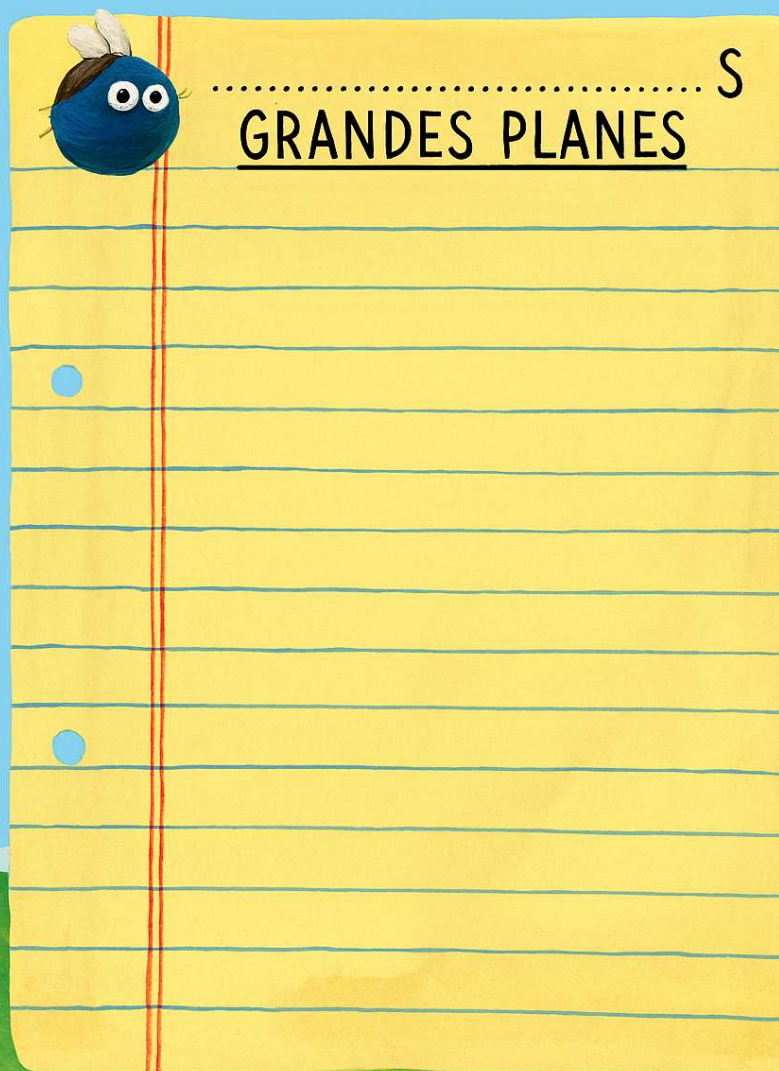


EL ARCOÍRIS DE MABEL

© 2013 imagma publicacds.com aodortas.con.mc.

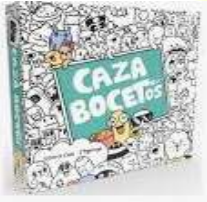
HAZ TU PROPIO GRAN PLAN

Mabel puede ser pequeña, pero tiene algunos grandes planes.
Escribe tu nombre en el espacio a continuación y elabora una lista de
tus propios planes. ¡recuerda, ningún plan grande!



..... S

GRANDES PLANES

Actividad 10: Juegos de mesa <i>(Nivel 3: todos los valores)</i>	Descripción: Fomentar el desarrollo de valores fundamentales mediante juegos de mesa cuidadosamente seleccionados que fomentan la reflexión, la conexión emocional y el juego cooperativo en las familias. 7. Concept/Imagine family (Creatividad) 4-12 jugadores Comunicación de ideas solo mediante símbolos, obligando a los jugadores a reorganizar su pensamiento y a expresarse de forma creativa y no verbal.  8. Mysterium/Obscuro (Creatividad)) · 3–7 jugadores Invita a trabajar juntos para resolver un misterio a partir de imágenes oníricas. La interpretación visual, el pensamiento lateral y la comunicación no verbal son clave.  9. Ikonikus (Abundancia) 3–10 jugadores Permite expresar emociones a través de iconos sencillos, facilitando la comunicación afectiva, la empatía y el autoconocimiento de forma natural.  10. Cazabocetos (Alegría de vivir- Creatividad-Empatía) · (3–6 jugadores) Un juego de creatividad en el que las risas están aseguradas. donde a veces se premia la rapidez y a veces la tranquilidad de los detalles.  11. Story Cubes (Creatividad - Lenguaje) ·1–12 jugadores Dados ilustrados con pequeños iconos para inventar un relato, lo que fomenta la imaginación, la creatividad lingüística y la expresión oral  12. Fake Artist (Creatividad – Deducción social) ·5–10 jugadores. Juego de dibujo colectivo en el que todos los jugadores, excepto uno, conocen la palabra secreta que deben representar entre todos haciendo un dibujo compartido, trazo a trazo. 
---	--

	Material	Tiempo estimado: Depende del juego de mesa utilizado
	Juego de mesa	Preguntas para la reflexión: - ¿Qué valor(es) fueron más evidentes durante el juego? - ¿Cómo te sentiste cuando tuviste que depender de los demás?

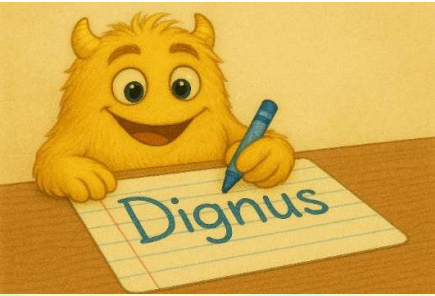
TALLER 3

DIFERENTES PERO UNIDOS: RESPETO, INCLUSIÓN Y DIVERSIDAD, SENCILLEZ Y EMPATÍA

TALLER 3	
Diferentes pero unidos: respeto, inclusión y diversidad, sencillez y empatía	
Valores	Respeto, inclusión y diversidad, sencillez y empatía
Objetivos	Nivel Ayudar a las familias a comprender y reconocer los valores del respeto, la inclusión y la empatía mediante la exploración colaborativa de su presencia o ausencia en situaciones de la vida real, al tiempo que se comparten percepciones y ejemplos. Nivel 2 Fomentar una comprensión más profunda y un compromiso emocional con cada valor a través de actividades diseñadas para que los padres trabajen en ellos en su entorno cotidiano. Nivel 3 Promover el desarrollo de los valores a través de metodologías atractivas y adecuadas a cada edad, con el fin de fomentar la conexión emocional, la participación y el diálogo dentro de la familia.
Actividades	
Actividad 1: El puente diver-gente Nivel 1 (todos los valores)	Descripción: El objetivo de esta actividad es hacer una toma de contacto con los valores de este taller. Estructura de la actividad: Recortad las imágenes de la página siguiente y ordenadlas para ayudar al grupo de escolares de excursión a superar barreras juntos. Tras ordenar las imágenes buscad los números ocultos y descubrid

	el número secreto. Comprobad rascando si el número secreto es correcto.  Preguntas para reflexionar ¿Por qué esta historia habla de diversidad e inclusión? ¿Crees que también habla de respeto y empatía? ¿Cómo te sentirías en cada imagen siendo el niño de la camiseta roja? ¿Y el de la camiseta morada?				
	<table> <tr> <td data-bbox="462 976 885 1050">Materiales:</td><td data-bbox="885 976 1367 1050">Tiempo estimado: 15/20 min</td></tr> <tr> <td data-bbox="462 1050 885 1297">Tijeras</td><td data-bbox="885 1050 1367 1297"> Consejos: Pensad juntos en historias similares </td></tr> </table>	Materiales:	Tiempo estimado: 15/20 min	Tijeras	Consejos: Pensad juntos en historias similares
Materiales:	Tiempo estimado: 15/20 min				
Tijeras	Consejos: Pensad juntos en historias similares				



Actividad 2: Yo soy mi nombre (mi origen, mi diversidad) Nivel 1 (todos los valores)	Descripción: El objetivo de esta actividad es tomar conciencia de que nuestros nombres son una parte fundamental de quienes somos, y que se utilizan para identificarnos, distinguarnos de los demás y fomentar el sentido de pertenencia. Los nombres están profundamente entrelazados con nuestro sentido de identidad y nuestra identidad personal. A menudo tienen significados, honran la historia familiar o reflejan tradiciones culturales, lo que contribuye a moldear quiénes somos. Cuando alguien se esfuerza por aprender y pronunciar correctamente nuestro nombre, es una señal de respeto y reconocimiento de nuestra individualidad. Estructura de la actividad: En familia leemos el poema: Algunos son diferentes. Algunos son iguales. Algunos son cortos. Algunos son largos. Todos son correctos. Ninguno está mal.  Cread un poster (podéis utilizar las plantillas de la siguiente página) con vuestra fecha de nacimiento, vuestro nombre, su origen y otros datos de interés y responded a las siguientes preguntas:
--	--

	Preguntas para reflexionar ¿Por qué es importante tener un nombre? ¿Cuál es el origen de nuestros nombres? ¿Por qué o quien eligió estos nombres? ¿Cómo fue nuestro nacimiento? ¿Cómo nos sentiríamos si nos llamaran por otro nombre?	
	Materiales: Tijeras Pinturas	Tiempo estimado: 15/20 min
		Consejos: Añade información como el horóscopo, onomástica



Actividad 3: El juego del calamar Nivel 2 (Respeto, inclusión y diversidad)	Descripción: El objetivo de esta actividad es ayudar al grupo a comprender cómo se sienten y piensan las personas que son excluidas habitualmente. Estructura de la actividad: Parte 1: Inclusión - Recortad y repartid las tarjetas de imágenes de las páginas siguiente. Poned música y caminad en círculo. Al parar la música agruparos por tarjetas que tengan el mismo animal. - En la segunda ronda cread un grupo con todos los monstruos de colores diferentes. Parte 2: Exclusión - En la tercera ronda agruparos por el mismo color de monstruo. Preguntas para reflexionar ¿Cómo te sentiste cuando estabas dentro del grupo? • ¿Cómo te sentiste cuando estabas fuera del grupo? • ¿Alguna vez has tenido experiencias similares en el colegio con los amigos o con tus amigos? ¿Por qué? • ¿Cómo podemos comportarnos si esto ocurre?		
	<table> <tr> <td data-bbox="472 1308 751 1808"> Material: • un juego de tarjetas de diferentes colores • un juego de tarjetas de 4 colores (rojo, amarillo, azul, verde) más una de otro color (por ejemplo, naranja) • plantilla para un diario de empatía </td><td data-bbox="751 1308 1367 1808"> Tiempo estimado: 20 minutos Consejos: Cread una tabla compartida (plantilla modelo en las siguientes páginas) para todos los miembros de la familia. Anotad los comportamientos inclusivos que observen en diferentes contextos: en el colegio, en el trabajo, durante el tiempo libre, etc., con el fin de promover la reflexión sobre los comportamientos inclusivos cotidianos. </td></tr> </table>	Material: • un juego de tarjetas de diferentes colores • un juego de tarjetas de 4 colores (rojo, amarillo, azul, verde) más una de otro color (por ejemplo, naranja) • plantilla para un diario de empatía	Tiempo estimado: 20 minutos Consejos: Cread una tabla compartida (plantilla modelo en las siguientes páginas) para todos los miembros de la familia. Anotad los comportamientos inclusivos que observen en diferentes contextos: en el colegio, en el trabajo, durante el tiempo libre, etc., con el fin de promover la reflexión sobre los comportamientos inclusivos cotidianos.
Material: • un juego de tarjetas de diferentes colores • un juego de tarjetas de 4 colores (rojo, amarillo, azul, verde) más una de otro color (por ejemplo, naranja) • plantilla para un diario de empatía	Tiempo estimado: 20 minutos Consejos: Cread una tabla compartida (plantilla modelo en las siguientes páginas) para todos los miembros de la familia. Anotad los comportamientos inclusivos que observen en diferentes contextos: en el colegio, en el trabajo, durante el tiempo libre, etc., con el fin de promover la reflexión sobre los comportamientos inclusivos cotidianos.		



PARA 4 PERSONAS





PARA 5 PERSONAS



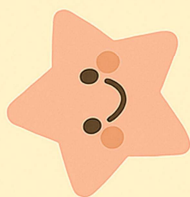
Conductas inclusivas



Cuándo	Qué	Dónde
_____	He ayudado a un compañero/a a entender una actividad	escuela
_____	He invitado a un niño/a que estaba solo/a a jugar	patio
_____	He escuchado a compañero/a que tenía un problema	clase
_____	_____	_____
_____	_____	_____



Conductas inclusivas



Cuándo	Qué	Dónde

Actividad 4: La ciudad de los talentos Nivel 2 (Inclusión, sencillez, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es fomentar la conciencia de uno mismo, promover la colaboración y la resolución de problemas, visualizar la diversidad como una fortaleza y empoderar a todos los miembros para que reconozcan su propio valor y el valor de los demás. Estructura de la actividad: 1. Cada miembro recorta su ficha (en la pagina siguiente) en la que debe dibujar un personaje que lo represente y un talento/habilidad que tenga. 2. Cada uno explica su talento o las habilidades que tienen. 3. En una hoja grande se pegan todos los personajes creando la Ciudad de los Talentos. 4. La ciudad tiene que enfrentarse a un reto: por ejemplo, organizar una fiesta, construir un puente para llegar a otra ciudad, crear un jardín, preparar un festival, hacer frente a una inundación, etc. 5. Debatid cómo afrontar el reto involucrando TODOS vuestros talentos. Preguntas para reflexionar ¿Cómo te sentiste cuando te incluyeron en la solución? ¿Qué similitudes encuentras con situaciones de la escuela y la familia? <table border="1"> <tr> <td data-bbox="462 1654 662 1883"> Material Hoja A3 Tijeras Pinturas </td><td data-bbox="662 1654 1367 1883"> Tiempo estimado: 40 minutos Consejos: Reconoced las fortalezas únicas de cada niño. Y elogiad el esfuerzo. </td></tr> </table>	Material Hoja A3 Tijeras Pinturas	Tiempo estimado: 40 minutos Consejos: Reconoced las fortalezas únicas de cada niño. Y elogiad el esfuerzo.
Material Hoja A3 Tijeras Pinturas	Tiempo estimado: 40 minutos Consejos: Reconoced las fortalezas únicas de cada niño. Y elogiad el esfuerzo.		

	Pegamento	Es importante evitar las comparaciones. Todos los talentos son importantes, ya sean académicos, artísticos, deportivos o sociales. <i>“Apoyar todo tipo de talentos ayuda a los niños a sentirse valorados y motivados para alcanzar su máximo potencial. Trabajar con personas que tienen diferentes talentos ayuda a obtener mejores resultados”</i>
--	-----------	--

Dibuja tu personaje con poderes



Talento: _____

Actividad 5: ¿De quién es este regalo? Nivel 2 (Inclusión, diversidad, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es concienciar a las personas de que nuestras elecciones o comportamientos suelen estar condicionados por estereotipos, y de lo importante que es conocer a las personas más allá de las apariencias y mostrar empatía. Estructura de la actividad: Recortad las 12 tarjetas de las siguientes páginas (4 personajes y 8 regalos). Decidid qué regalos dar a cada persona. A continuación, cortad también tarjetas con información adicional sobre los personajes: leed la información adicional y decidid si cambiáis los regalos que habéis dado a cada personaje.  Preguntas para la reflexión: ¿Cómo decidisteis los regalos para cada persona? ¿Cómo ha cambiado vuestra elección la información adicional? ¿De dónde vienen los estereotipos? ¿Cómo podemos cambiar nuestra actitud para no juzgar según los estereotipos?				
	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="462 1396 885 1470"> Material: Tijeras </td><td data-bbox="885 1396 1367 1470"> Tiempo estimado: 30 minutos </td></tr> <tr> <td data-bbox="462 1470 885 1711"></td><td data-bbox="885 1470 1367 1711"> Consejos: Hablad abiertamente sobre los estereotipos y haced que los niños se den cuenta de por qué son injustos o falsos. </td></tr> </table>	Material: Tijeras	Tiempo estimado: 30 minutos		Consejos: Hablad abiertamente sobre los estereotipos y haced que los niños se den cuenta de por qué son injustos o falsos.
Material: Tijeras	Tiempo estimado: 30 minutos				
	Consejos: Hablad abiertamente sobre los estereotipos y haced que los niños se den cuenta de por qué son injustos o falsos.				

 Mrs. Appleton <u>dulce anciana</u>	 Jake patinador adolescente
 Dr. Rivera <u>mujer científica</u>	 Mr. Stone gimnasio entrenador
MEMBRESÍA DEL GIMNASIO 	SET DE PINTURA 

ENTRADA DE CINE



AURICULARES



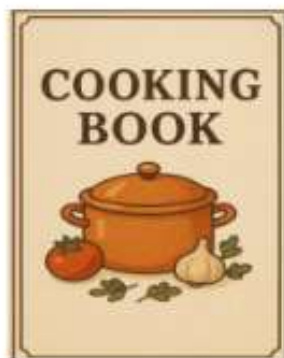
BINOCULARES



SET DE TEJER



LIBRO DE COCINA



SILLA MECEDORA



A la señora Appleton le encanta ver películas y mantenerse en forma	Los pasatiempos favoritos de Jake son pintar y observar aves.
La doctora Rivera colecciona muebles antiguos y se relaja tejiendo.	Al Sr. Stone le gusta escuchar música mientras cocina.

Actividad 6: Pienso, veo, me pregunto Nivel 2 (Inclusión, diversidad, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es ayudar a los participantes a reconocer los estereotipos comunes y comprender cómo pueden distorsionar nuestra percepción de la realidad, limitando nuestra capacidad para ver a las personas tal y como son, mostrar empatía e incluirlas. Estructura de la actividad: Recortad las imágenes que aparecen en las siguientes páginas, sacad una al azar y sobre la página siguiente: Veo - Pienso - Me pregunto, colocad post-it Hay fotos de hombres/mujeres/personas mayores/personas con discapacidad, personas de otros países/personas que llevan gafas, personas altas...; Escribid lo que VEN en la imagen y pegar la nota en la columna «YO VEO»; a continuación, completad una frase sobre cómo PIENSAN que las personas de la imagen son/pueden/no pueden hacer (por ejemplo, «Yo pienso que... todos los hombres son...» - «Todas las chicas son...», «Las personas mayores no pueden...», «Las personas con discapacidad no...», «Las personas de otros países son...», «Las personas que llevan gafas son...», «Las personas altas son...»). Por último, responded a «ME PREGUNTO»: ¿Podemos encontrar ejemplos que contradigan los estereotipos? ¿De dónde creemos que provienen estos estereotipos? (Televisión, libros, redes sociales, etc.); ¿Cómo podemos «cambiar nuestra actitud» en la vida cotidiana para ver más allá de los estereotipos y ser más inclusivos?
--	--

	Material	Tiempo estimado: 30 minutos
	Notas adhesivas Tijeras	Consejos: Observen con atención y fijaros en los detalles de los demás sin juzgar. «Pienso» les ayuda a reflexionar sobre lo que entienden (o no entienden) acerca de las diferencias. «Me pregunto» despierta la curiosidad, fomenta las preguntas y crea un espacio para aprender sobre las experiencias, las culturas y las identidades de los demás.





Los hombres ...

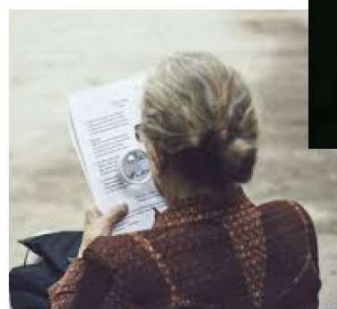


Las mujeres...





Las personas mayores...



Las personas con discapacidad...





Las personas altas...



Las personas que llevan gafas...



Las personas de otros países ...



Actividad 7: Ponte en mi lugar Nivel 2 (Respeto, diversidad, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es fomentar la reflexión y la empatía a través de situaciones cotidianas de exclusión. Estructura de la actividad: Recortad los escenarios de las siguientes páginas y elegid varios al azar. Todos deben pensar, individualmente, cómo se sentirían en esa situación y después compartirlo en familia.  Preguntas para reflexionar: ¿Cómo te sentiste al verte reflejado en las diferentes situaciones? ¿Cómo puede crear más oportunidades para escuchar y conectar con los sentimientos y experiencias de otros? <table border="1"> <tr> <td data-bbox="464 1514 885 1845"> Material: Tijeras </td><td data-bbox="885 1514 1367 1845"> Tiempo estimado: 30 minutos Consejos para el facilitador Aplicación del ejercicio en casa: . Evitar interrumpirles o corregirles inmediatamente. </td></tr> </table>	Material: Tijeras	Tiempo estimado: 30 minutos Consejos para el facilitador Aplicación del ejercicio en casa: . Evitar interrumpirles o corregirles inmediatamente.
Material: Tijeras	Tiempo estimado: 30 minutos Consejos para el facilitador Aplicación del ejercicio en casa: . Evitar interrumpirles o corregirles inmediatamente.		

Lena estudió mucho, pero sacó mala nota en el examen. Es callada y mantiene la cabeza gacha.



Un compañero se cae y los demás niños se ríen de él.



Un compañero de clase está nervioso antes de una actuación o un examen.



Quieres responder a las preguntas del profesor, pero nunca te llama.



Llega un nuevo compañero de otro país y no habla muy bien tu idioma.



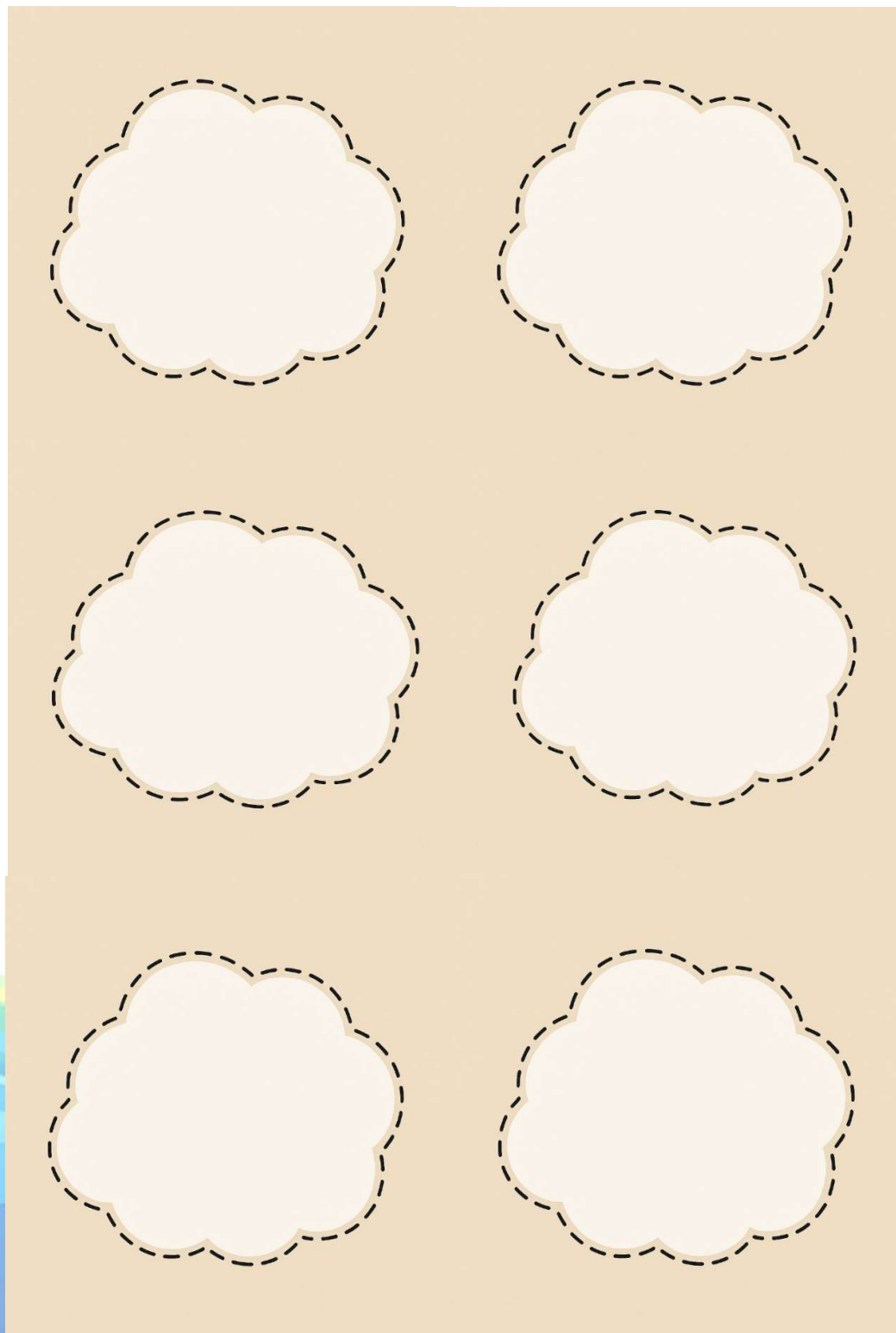
Un amigo es excluido de un juego durante el recreo.

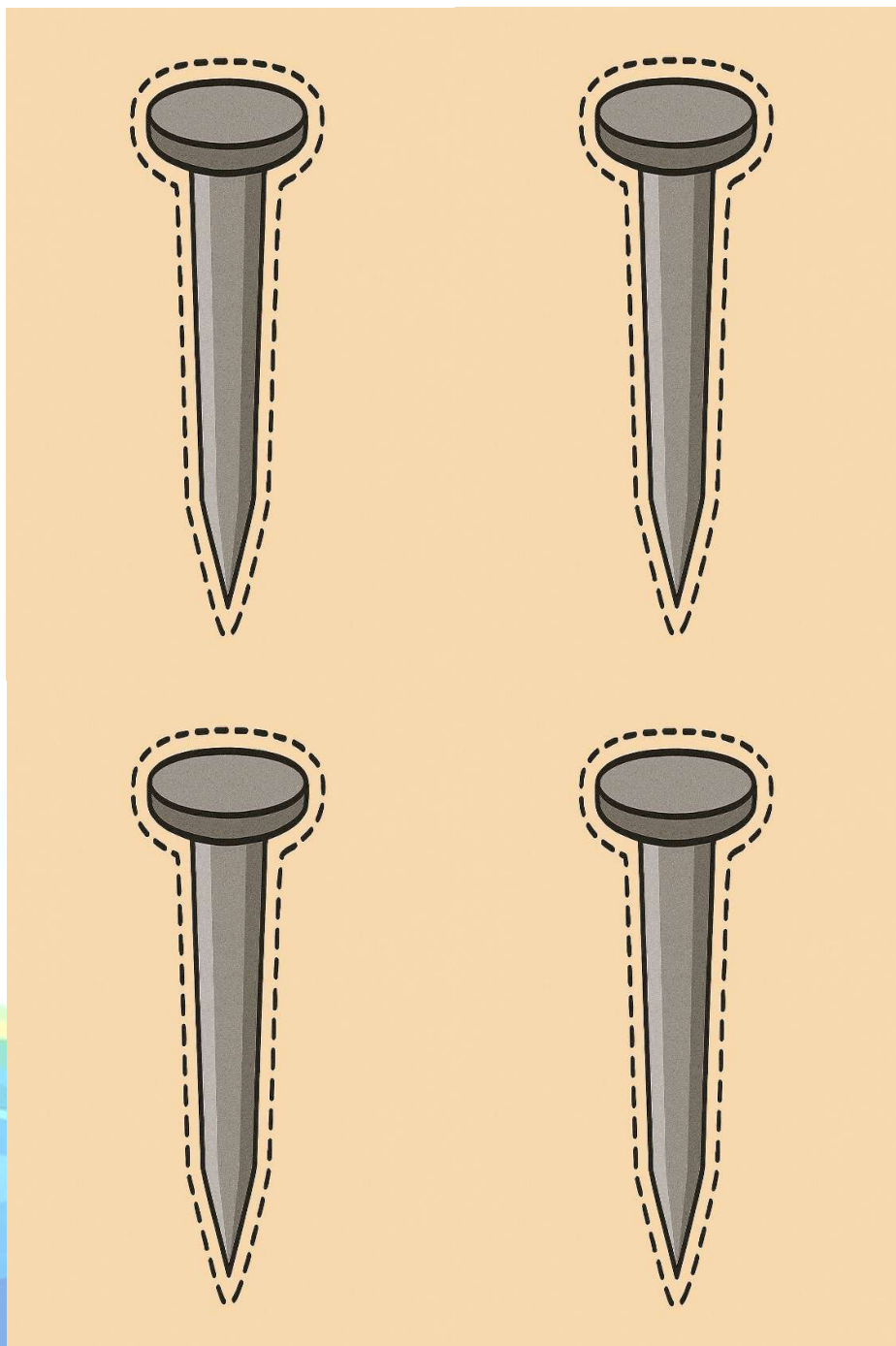


Actividad 8: Palabras directas y suaves Nivel 2 (Respeto, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es reflexionar sobre los efectos de las palabras. Las palabras punzantes son palabras o frases directas, agudas e intencionadamente precisas, que suelen utilizarse para causar una fuerte impresión, criticar o resaltar una verdad. Puede que no sean ruidosas ni agresivas, pero traspasan la ambigüedad, la cortesía o la evasividad. Piensa en ellas como agujas verbales: pequeñas pero impactantes. Las palabras suaves son expresiones amables, gentiles y tranquilizadoras que se utilizan para calmar, persuadir o evitar conflictos. Tienden a aliviar la tensión, mostrar empatía o transmitir mensajes difíciles de una manera delicada. A diferencia de las palabras punzantes, que cortan, las palabras suaves amortiguan el golpe o envuelven la verdad en amabilidad. Estructura de la actividad: Recortad los algodones y los clavos. En la primera escribid una «palabra suave», una palabra amable que une, que les gustaría escuchar o decir a alguien; en la segunda deben escribir una «palabra dura», una palabra que separa, que les duele o que no quieren volver a escuchar. Separadlas por montones y coged el montón de las «palabras duras», encontrad palabras más suaves para sustituirlas. Preguntas para reflexionar: ¿Qué representan las palabras que has utilizado? ¿Son respetuosas? ¿Cómo afectan las palabras suaves al tono de una conversación? ¿Y las palabras punzantes? Piensa en una ocasión reciente en la que hayas utilizado palabras duras. ¿Cómo reaccionó la otra persona? ¿Cómo te sentiste después? ¿Por qué crees que a veces la gente elige palabras punzantes en lugar de palabras suaves? ¿Cuáles son los efectos?
--	---



	Material: Bolsa con un poco de algodón suave Bolsa con algunos clavos Tijeras	Tiempo estimado: 20 minutos
		Consejos: Podéis utiliza algodones y clavos (o chinchetas) para visualizar las palabras





Actividad 9: Cuentos y audiocuentos Las personas del arcoíris Nivel 2 (Inclusión, simplicidad, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es fomentar la empatía, la cooperación, el compartir y concienciar sobre la importancia de aceptar la diversidad. Audiocuentos - The rainbow people - Carolyn Askar_ Terracotta Press -/https://www.youtube.com/watch?v=CMICcBYAP1E El cuento «La gente del arcoíris», de Carolyn Askar, ha aparecido en diversos proyectos educativos y culturales de todo el mundo. Ha sido reimpresso por las Naciones Unidas - Igual pero diferente - Jenny Sue Kostecki_Shaw - Henry Holt and co https://www.youtube.com/watch?v=nJccxo3JITY Cuento sobre la diversidad, la simplicidad y la empatía Cuentos En la siguiente página puedes encontrar el cuento corto de Rainbow People en Español Preguntas para reflexionar: ¿Por qué querían deshacerse de los colores? ¿Qué representan los colores? (la riqueza de ser diferentes) ¿Había algún conflicto en la historia? ¿Cómo se resolvió? ¿Qué podemos aprender de ello? ¿Qué tenemos que dar a los demás? ¿Qué necesitamos de nuestra familia, amigos, etc.?
--	--



	Material: Cuentos o audiocuentos	Tiempo estimado: 30 minutos
		Consejos: Lean juntos los cuentos haciendo pausas para la reflexión -

El pueblo del Arco Iris

En el principio... el mundo estaba quieto y silencioso. El suelo parecía estar cubierto de rocas y piedras de color deslucido. Pero si uno miraba con atención notaba que las piedras eran personas pequeñas que no se movían para nada. Un día un viento sopló sobre la tierra, hizo que las personas entraran en calor, llenándolas de vida y de amor. Empezaron todos a moverse... a mirarse los unos a los otros...a hablar entre ellos...a cuidarse mutuamente. Cuando comenzaron a explorar su mundo, encontraron unas cintas de colores tiradas por el suelo. Excitados, corrieron por todas partes juntándolas. Algunos eligieron el color azul, otros el verde, algunos el rojo y otros más el amarillo. Se divertían atándose las cintas los unos a los otros, riendo del brillo de los colores. Repentinamente sopló otro viento. Esta vez los hizo tiritar de frío. Se miraron y dándose cuenta de que habían cambiado, dejaron de tenerse confianza. ✓ Se juntaron todos los rojos y se fueron corriendo a un rincón. ✓ Se juntaron todos los azules y se fueron corriendo a un





rincón. ✓ Se juntaron todos los verdes y se fueron corriendo a un rincón. ✓ Se juntaron todos los amarillos y se fueron corriendo a un rincón. Olvidaron que habían sido amigos y que se habían cuidado entre sí. Los otros colores parecían raros, diferentes. Construyeron murallas para separarse y para evitar que los otros entraran. Pero descubrieron que: ✓ Los rojos tenían agua, pero no tenían nada para comer. ✓ Los azules tenían comida, pero no tenían agua. ✓ Los verdes tenían leña para hacer fuego, pero no tenían nada que los protegiera. ✓ Los amarillos tenían techo, pero nada que les diera abrigo. De repente apareció un desconocido que se paró en el medio. Miró sorprendido, a la gente y a las murallas que las separaban y hablando en voz alta dijo: "salgan todos... ¿A qué le tienen miedo? Vamos a conversar todos juntos". La gente lo miraba y despacio fue saliendo de sus rincones dirigiéndose hacia el centro. El desconocido dijo: "Ahora que cada uno explique a otro con que contribuir y qué es lo que necesita que le den." Los azules dijeron: "Nosotros podemos contribuir con comida, pero necesitamos agua". Los rojos dijeron: "Nosotros podemos contribuir con agua, pero necesitamos comida." Los verdes dijeron: "Nosotros podemos contribuir con leña, pero necesitamos un techo." Los amarillos dijeron: "Nosotros podemos contribuir con un techo, pero necesitamos calor." El desconocido dijo:



¿Por qué no juntan lo que tienen y lo compartimos? Entonces todos tendrían suficiente para comer, beber, estar abrigado y tendrían un techo.” Hablaron y el sentimiento de cariño volvió. Recordaron que habían sido amigos. Derribaron los muros y se dieron la bienvenida como viejos amigos. Cuando se dieron cuenta de que se habían dividido por culpa de los colores, querían tirarlos. Pero sabían que les iba a faltar la riqueza de su brillo. Entonces hicieron algo distinto, mezclaron los colores para hacer una cinta lindísima como un arco iris. Decidieron llamarse “el pueblo del arco iris”. La cinta del arco iris pasó a ser el símbolo de la paz.

Autor: Carolyn Atskar

Actividad 10: Juegos de mesa <i>(Nivel 3: todos los valores)</i>	Descripción: Fomentar el desarrollo de valores fundamentales mediante juegos de mesa cuidadosamente seleccionados que fomentan la reflexión, la conexión emocional y el juego cooperativo en las familias. 1. Sospechosos inusuales (Diversidad-inclusión) 3-16 jugadores Juego cooperativo en el que los detectives trabajan en equipo para descartar sospechosos basándose en las respuestas del testigo. Juego para profundizar sobre estereotipos y prejuicios.  2. El Misterio de las Mujeres Invisibles (Inclusión- igualdad de género) 2-4 jugadores Juego cooperativo en el que sacaréis a la luz a importantes mujeres históricas de diferentes épocas y culturas... Juego para profundizar sobre hechos históricos y el por qué de que ciertos acontecimientos hayan pasado desapercibidos y sin relevancia hasta nuestros días.  3. Princesas al rescate (Diversidad- roles de género) 2-4 jugadores Juego cooperativo en el que princesas de todos los reinos, sumando su astucia, sus destrezas y su coraje, acudirán para ayudar a la princesa a escapar... Profundizar en estereotipos de género y sobre la sororidad. 
---	---

	4. Bebel: La ciudad multicolor (Diversidad-empatía) 2-4 jugadores Juego cooperativo que invita a apreciar el camino de la diversidad, la cooperación y la convivencia 	
	5. Humanoides (Diversidad – Prevención del acoso) ·2–5 jugadores Juego cooperativo de cohesión grupal, redes sociales, estereotipos de género, prevención de la violencia y el acoso a través de la historia de una mutación en el instituto que provoca que todos se comporten como celebrities. 	
	Material	Tiempo estimado: Depende del juego de mesa utilizado
	Juego de mesa	Preguntas para la reflexión: ¿Qué valor(es) fueron más evidentes durante el juego? ¿Qué relación tienen los juegos con la realidad?

TALLER 4

DECISIONES EMPODERADAS: MÁS ALLÁ DE LAS NORMAS, HACIA LA LIBERTAD Y LA RESPONSABILIDAD

TALLER 4 Decisiones empoderadas: más allá de las normas, hacia la libertad y la responsabilidad	
Valores	Libertad, Estado de derecho, Autonomía, Responsabilidad.
Objetivos	Nivel 1 Ayudar a las familias a comprender los valores y la importancia de equilibrar la autonomía y la responsabilidad en la vida de sus hijos, explorando de forma colaborativa situaciones de la vida real que ilustran o carecen de estos valores, al tiempo que se comparten perspectivas y ejemplos concretos. Nivel 2 Profundizar el compromiso emocional con los valores guiando a las familias a través de actividades prácticas que enfatizan el establecimiento de reglas claras y respetuosas y fomentan la independencia de los niños en las rutinas y decisiones diarias. Nivel 3 Promover la internalización de los valores mediante el uso de métodos participativos y adecuados a la edad que fomenten la conexión emocional, la comunicación abierta y la responsabilidad compartida entre padres e hijos.

Actividad 1: Laberinto de libertad o caos (Todos los valores)	Descripción: El objetivo de esta actividad es reflexionar y familiarizarse con los cuatro valores de este taller: Libertad, Estado de derecho, Autonomía, Responsabilidad. Estructura de la actividad: 1. Situación con libertad, pero sin normas: CAOS Recortad el circuito y los coches de la siguiente página y jugad por el circuito sin normas, cada cual puede elegir con total libertad por donde ir. Si se encuentra a alguien no para, le empuja o le arrolla. Si se acaba el mapa va hacia atrás o cambia de sentido. 2. La libertad implica poder elegir, pero también escuchar y respetar a los demás. Volved a jugar, pero esta vez en voz alta, id diciendo hacia donde vais y pedid paso. Todos los coches se respetan y no se arrojan. 3. Las normas no están para castigar, sino para proteger derechos y garantizar la convivencia Abrid el sobre de las señales y semáforos. Entre todos decidid dónde pegarlos. Cread juntos las normas de circulación (<i>por ejemplo, en cruces sin señalizar tiene preferencia el que sale por la derecha</i>) 4. Conduzco mi coche con autonomía, aprendo poco a poco, con confianza y acompañamiento Volved a jugar esta vez siguiendo las nuevas normas. Ayudad a los niños a recordar las normas y seguirlas. Si una norma no funciona bien, reformuladla. 5. Me hago cargo de lo que hago y sus consecuencias Nos comprometemos a cumplir las nuevas normas: somos responsables. Quien incumple normas debe hacerse también responsable de los desperfectos y consecuencias. Estableced las consecuencias.
--	--

	Preguntas para reflexionar: ¿Qué pasa cuando solo hay libertad, pero no hay límites ni normas? ¿Las normas son castigos o son escudos para protegernos a todos? ¿En qué tareas puedo ser autónomo? ¿Cuándo no soy responsable de lo que hago o lo que no hago?	
	Material: Tijeras	Tiempo estimado: 20 minutos
	Consejos: (opcional) utilizar el juego Magic Maze	

CAOS Libertad sin normas



LIBERTAD Implica elegir. tener
derechos pero también
obligaciones



ESTADO DE DERECHO



Las normas no castigan,
protegen derechos y
garantizan convivencia

AUTONOMÍA

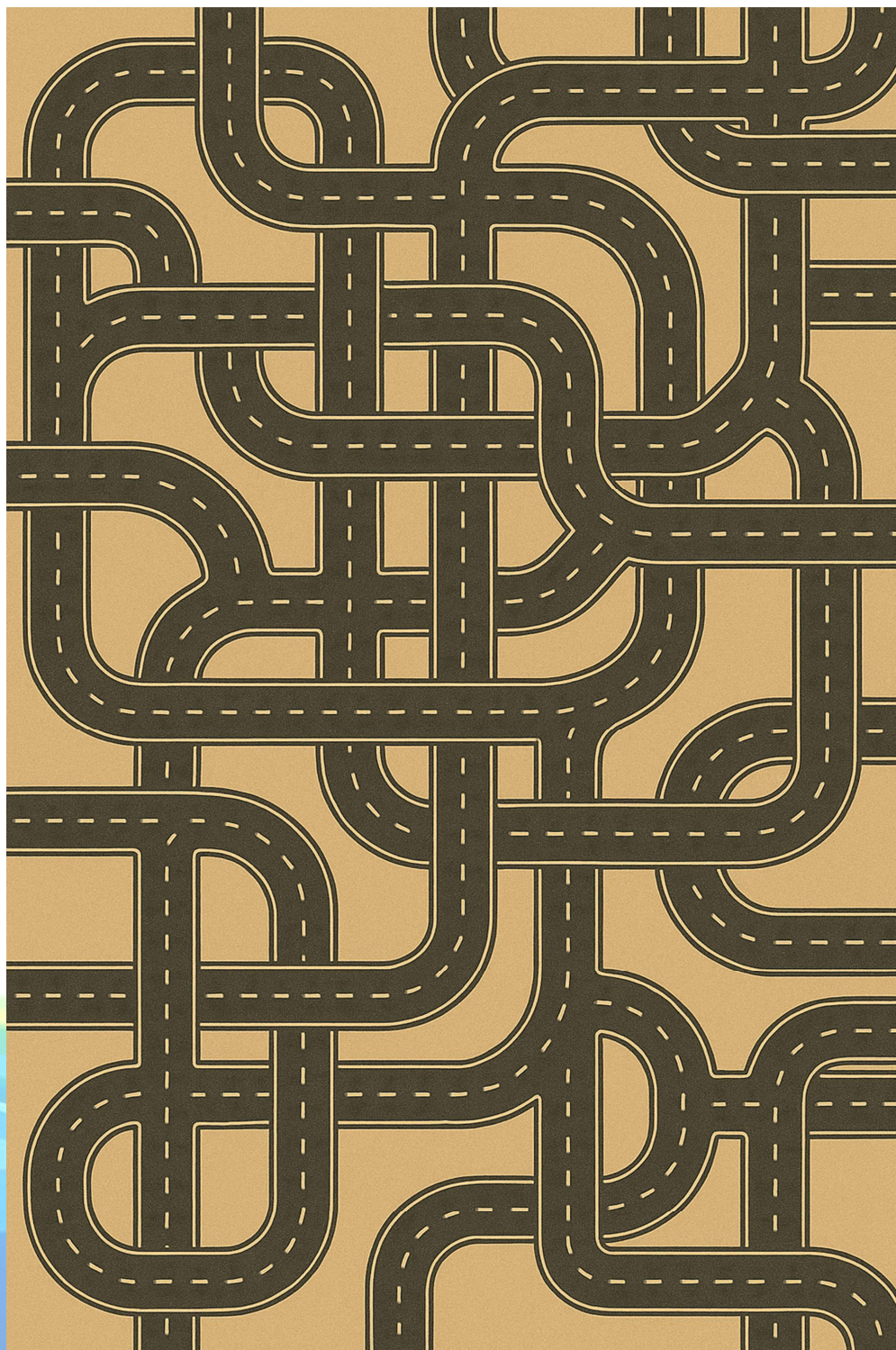


Implica ganar libertad,
pero también
responsabilidades.

RESPONSABILIDAD



Si me comprometo cumplo, si no cumplo
me responsabilizo de las consecuencias





Actividad 2: Comprender la libertad y la responsabilidad «Diseña tu propio mundo familiar» (Nivel 2: todos los valores)	Descripción Explorar la libertad, el estado de derecho y la responsabilidad a través del mundo familiar Estructura de la actividad Completa en la siguiente página el diseño de tu mundo familiar respondiendo a las siguientes preguntas 1. ZONA DE LIBERTAD ¿Qué opciones o libertades tienen las personas (o los niños) en vuestro mundo? ¿Cómo se manifiesta la independencia aquí? 2. NORMAS Y LEYES ¿Cuáles son las reglas clave en las que todos están de acuerdo? ¿Quién establece las reglas? ¿Quién las hace cumplir? 3. RESPONSABILIDADES ¿Qué debe hacer la gente para que todo sea justo y funcione? ¿Qué sucede cuando alguien incumple una regla?	
	Material Rotuladores notas adhesivas pegamento	Tiempo estimado: (30-40 min)
	Consejos: Cread vuestro mundo de forma conjunta y democrática e implantad las normas de forma escalonada.	





Diseña tu propio MUNDO FAMILIAR



ZONA DE LIBERTAD

Empty yellow rectangular box for drawing or writing.



NORMAS Y LEYES

Empty orange rectangular box for drawing or writing.



RESPONSABILIDADES

Empty green rectangular box for drawing or writing.

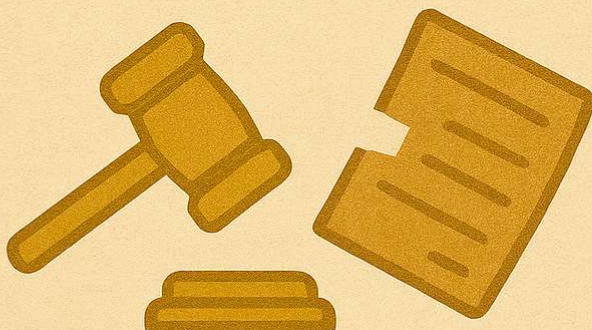
Actividad 3: Comprender la libertad y la responsabilidad «Tira y afloja» (Nivel 3: Libertad y responsabilidad)	Descripción: «Tira y afloja: libertad frente a normas» describe la tensión constante entre dos fuerzas poderosas: • Libertad: el deseo de elección personal, creatividad, independencia y espontaneidad. • Las reglas: la necesidad de estructura, orden, seguridad, justicia y previsibilidad. Imagina una escultura en equilibrio. Por un lado, la libertad tira para poder hacer lo que le parece correcto en cada momento: innovar, expresarse y actuar sin restricciones. Por el otro lado, las reglas tiran hacia atrás, insistiendo en que los límites existen por una razón: proteger a las personas, garantizar la justicia y crear una sociedad estable. Estructura de la actividad: Recorta los carteles de la siguiente página y pegarlos cada pareja diferente en el pecho • Situaros por parejas uno frente al otro, con los pies juntos y cogidos de las manos. • Inclinaros lentamente hacia atrás (como un contrapeso), manteniendo el equilibrio. • Si uno suelta la mano o se inclina demasiado, ¡los dos caen!  Reflexión: Explique la reflexión en voz alta. «La libertad es inclinarse. Las normas son sujetarse». «¿Cómo nos mantenemos conectados sin caernos?». - Demasiada libertad puede provocar caos, falta de dirección y sensación de falta de apoyo. - Demasiadas normas pueden provocar sentimientos de restricción, frustración y falta de autonomía.
--	--

	- El equilibrio consiste en saber cuándo dar autonomía y cuándo y cuándo implementar un límite. Tanto la libertad como las normas son necesarias, pero el reto radica en equilibrarlas adecuadamente.	
	Material	Tiempo estimado (15 min)
	Tijeras Imperdibles o celo	Consejos: Recordad la reflexión tras la dinámica





NORMAS



Actividad 4: «El semáforo» <i>(Nivel 2: todos los valores)</i>	Descripción: Esta actividad tiene como objetivo ayudar a las familias a crear un sistema personalizado de normas y límites para su hogar utilizando la metáfora de los semáforos. Las reglas del semáforo: • Luz roja 🚦 (reglas no negociables): son las reglas absolutas, firmes e innegociables que garantizan la seguridad y el bienestar. Algunos ejemplos son el toque de queda, los límites de tiempo frente a la pantalla y las normas de seguridad en el hogar (por ejemplo, no correr dentro de casa). • Luz amarilla ⚠️ (límites negociables): son reglas o directrices que se pueden discutir o ajustar en función de las circunstancias. Por ejemplo, las tareas domésticas o la hora de acostarse pueden ser flexibles dependiendo de la situación, pero siguen requiriendo una conversación o un acuerdo. • Luz verde ✅ (libertades y opciones): son áreas en las que los niños tienen libertad para tomar decisiones y ejercer su autonomía. Por ejemplo, elegir su propia ropa, qué comer en el almuerzo o qué afición quieren practicar. Se trata de darles espacio para tomar decisiones. Estructura de la actividad: Completad en familia vuestro semáforo de reglas familiares en la siguiente página  Luz roja 🚦 (reglas no negociables) Luz amarilla ⚠️ (límites negociables) Luz verde ✅ (libertades y opciones)
--	---



Preguntas para la reflexión:

¿Cuál es la regla más importante? ¿Por qué son innegociables para ustedes? ¿Qué normas considerarías negociables? ¿Qué libertades y opciones tenéis cada miembro en casa?

Material:
Bolígrafos

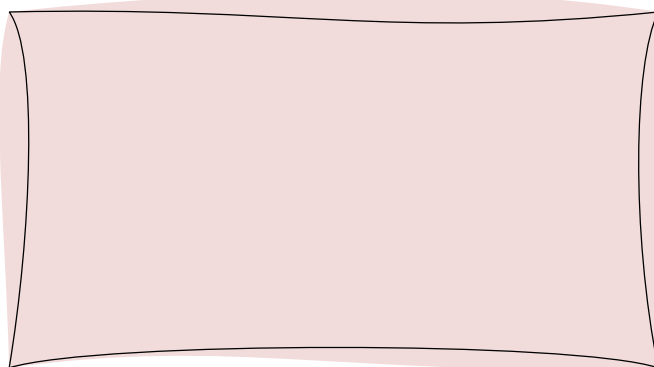
Tiempo estimado: 25 min

Consejos:

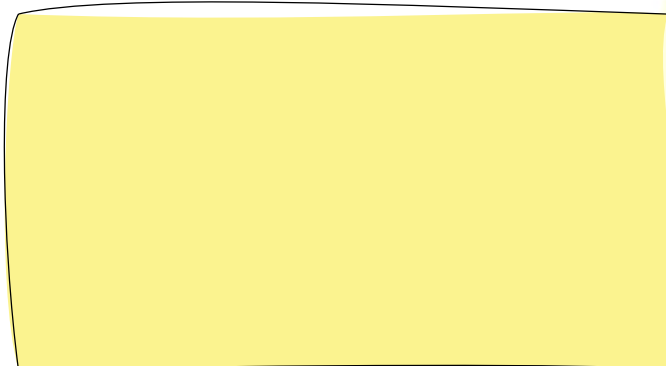
Recordad que los límites son esenciales para crear un entorno seguro y estructurado para los niños. Les ayudan a saber qué se espera de ellos y a regularse



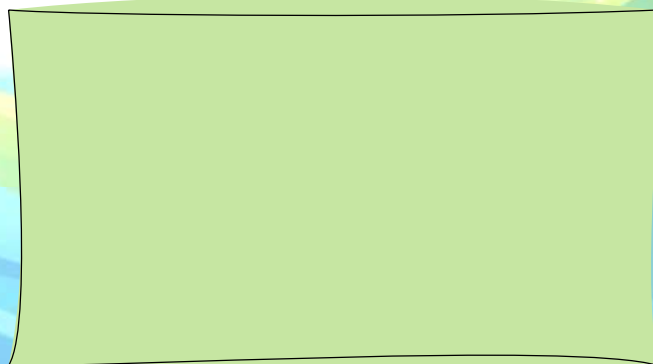
Luz roja 🛑 (reglas no negociables)



Luz amarilla ⚠️ (límites negociables)



Luz verde ✅ (libertades y opciones)



Actividad 5: «Boletín de notas» (Nivel 2: Autonomía)	Descripción En el colegio se evalúan mates o lengua, pero a través de esta actividad vamos a evaluar nuevas asignaturas para la vida. Estructura de la actividad Completad de forma conjunta en la siguiente página el boletín de notas con las habilidades de vuestro hijo/a o vuestro padre/madre que NO salen en las notas pero que le servirán en la vida y os ayudan como familia. (Por ejemplo: <i>"Gran negociador (siempre consigue acostarse tarde)"</i>, <i>"Experto en abrazos de oso"</i>, <i>"Defensor de sus amigos"</i>). Completad un boletín de notas por cada miembro de la familia y después entregádselo.  Preguntas para la reflexión: ¿Qué habilidades han recibido mejores notas? ¿Qué asignaturas os ha sorprendido ver en vuestro boletín de notas	
	<table> <tr> <td data-bbox="457 1453 760 1696"> Material Bolígrafos </td><td data-bbox="760 1453 1364 1696"> Tiempo estimado: (10-20 min) Consejos: Repasad diferentes área y contextos para apreciar las mejores habilidades </td></tr> </table>	Material Bolígrafos
Material Bolígrafos	Tiempo estimado: (10-20 min) Consejos: Repasad diferentes área y contextos para apreciar las mejores habilidades	



BOLETÍN DE NOTAS



Nombre:

Curso:

Profesor/a:

ASIGNATURA	CALIFICACIÓN

Firma del tutor/a:

Firma de la familia:

Actividad 6:
«La escalera
de la
responsabilid
ad»

(Nivel 3:
Autonomía y
responsabilid
ad)

Descripción:

Esta actividad tiene como objetivo ayudar a los niños a sentirse independientes y capaces, lo que aumenta su confianza y su capacidad para tomar decisiones.

- **La responsabilidad** garantiza que los niños comprendan las consecuencias de sus actos y asuman la responsabilidad de su comportamiento, lo que les ayuda a desarrollar un sólido sentido moral.
- El reto para los padres es encontrar el equilibrio adecuado: ¿cómo podemos fomentar la independencia sin dejar de garantizar que nuestros hijos se responsabilicen de sus decisiones?

Estructura de la actividad:

Completad con los niños su escalera de la responsabilidad de la página siguiente para visualizar cómo las responsabilidades y el nivel de autonomía de los niños de la familia pueden aumentar con el tiempo. Rellenad diferentes escaleras con diferentes tareas a escalar por nivel de responsabilidad o autonomía.



- **Empezad por lo básico:** En la parte inferior de la escalera, las responsabilidades del niño son menores y el papel de los padres es más importante (proporcionar mucha orientación).
- **Aumentad gradualmente:** A medida que el niño crece, las responsabilidades se hacen mayores y los padres dan un paso atrás para permitirle más independencia.
- **Mantened la responsabilidad:** En cada paso, el niño debe rendir cuentas de sus responsabilidades. Esto le ayuda a comprender las consecuencias de sus actos.

Ejemplo de escalera para los deberes de clase

Peldaño 1 (parte inferior): los padres lo hacen todo por el niño: le dan las respuestas, le explican todo y se aseguran de que lo haga.

Peldaño 2: Los padres orientan, pero permiten que el niño tome algunas decisiones: el niño elige el orden de las tareas o lo intenta primero; los padres ayudan si es necesario.

Peldaño 3: El niño es responsable de sus deberes con una orientación mínima: el padre le da recordatorios o lo comprueba al final.

Peldaño 4: El niño es totalmente responsable de sus tareas: las planifica, las realiza y las revisa de forma independiente.

Preguntas para la reflexión:

¿Cómo te sientes al ir subiendo escalones? ¿Qué harás cuanto te cueste subir algún escalón? ¿Sobre que otras tareas podrías hacer una escalera de responsabilidades? ¿Cómo se siente estar arriba de la escalera?

Material

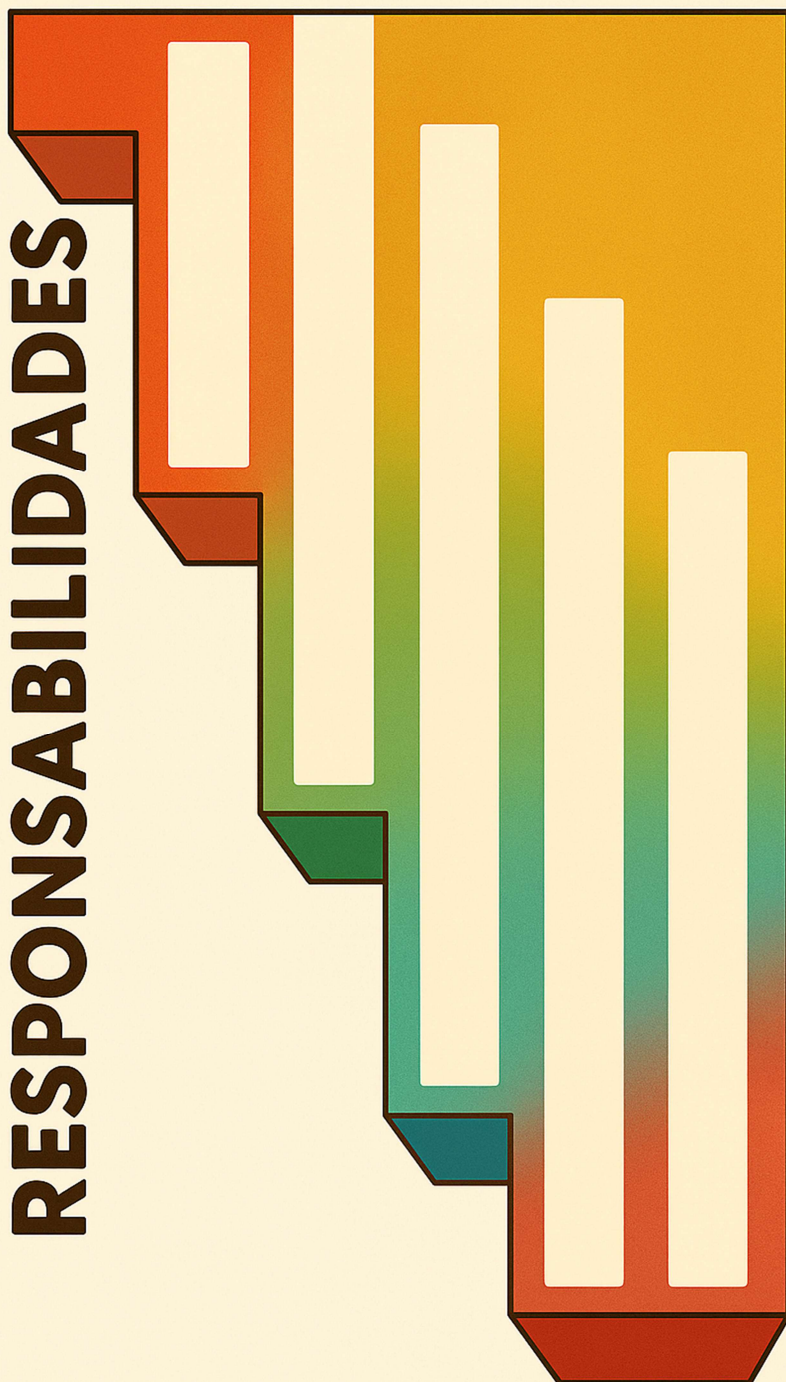
Bolígrafos

Tiempo estimado: 20

Consejos:

Recordad que fomentar la autonomía en los niños les ayuda a convertirse en personas independientes y seguras de sí mismas, capaces de tomar sus propias decisiones

ESCALERA DE RESPONSABILIDADES



Actividad 7: «Carta a mi yo futuro» (Nivel 3: todos los valores)	Descripción: Después de la escalera de responsabilidad, reflexionad en familia sobre un futuro cercano
	Estructura de la actividad Cada niño, con la ayuda de la escalera de la responsabilidad se imagina como un “yo adolescente”. Desde el presente escribe a ese yo futuro para contarle cómo es el día a día del momento actual, qué le cuesta y en qué le tienen que ayudar sus padres, qué no le gusta de la falta de autonomía que aún tiene, y qué tiene pensado hacer y cómo espera que esto cambie las dinámicas familiares y las normas para llegar a la adolescencia con un mayor nivel de autonomía, responsabilidad y libertad. En la carta también se describe cómo es y cómo se comporta ese “yo adolescente”. Cada niño puede guardar la carta en un sobre y cerrarla, indicando la fecha del futuro en la que se podrá abrir. Si optas por esta opción pega tu sobre en el espacio reservado en la siguiente página. O podéis acceder al sitio web https://www.futureme.org y “enviarla” al futuro.
	

Preguntas para la reflexión: ¿Cómo ha sido poner tus pensamientos en papel, en lugar de guardarlos en tu mente? ¿Cuándo diferente es tu yo futuro del actual? ¿Cuál te gusta más? ¿Tienes claro los pasos que tendrá que ir dando tu yo actual hasta convertirse en un yo futuro? ¿Cómo te puede ayudar la familia a convertirte en ese “yo futuro”?	
Material: Bolígrafo y papel Teléfono e Internet	Tiempo estimado: 30 min Consejos: para el facilitador: Ofrezca preguntas orientativas, pero permita libertad de expresión

		Haga que compartir la carta sea opcional y sin presión Sugiera una fecha futura para la lectura
--	--	--

NO ABRIR HASTA _____

PEGA AQUÍ TU CARTA A TU
" YO ADOLESCENTE "

Actividad 8: «Verdad o mentira» (Nivel 2: Estado de Derecho)	Descripción: Esta actividad tiene como objetivo conocer y discernir sobre leyes y normativas que afectan a los niños en sus día a día. Estructura de la actividad: Recorta las tarjetas de las páginas siguientes, dóblalas por la mitad y pégalas por el lado blanco. Jugad en familia varias rondas donde uno lea la parte amarilla y el reto intente averiguar si es verdad o mentira. Después revelad la información en el dorso color lila. Preguntas para la reflexión: ¿Conocías estas leyes? ¿Cuál te ha sorprendido más? ¿Por qué? ¿Sin saberlo, has infringido alguna de estas leyes al no conocerlas? ¿Qué harás la próxima vez?
Material: Bolígrafo y papel Teléfono e Internet	Tiempo estimado: 30 min Consejos: para el facilitador:



? <i>"No puedo compartir por redes sociales o WhatsApp un secreto íntimo que un compañero me ha contado."</i>	✓ VERDADERO  Norma real: • Constitución Española – Artículo 18.1 • Ley Orgánica 1/1982 (protección del honor, intimidad y propia imagen)  Cómo lo dice la ley: "Se garantiza el derecho al honor, a la intimidad personal y familiar."  Explicación: Los secretos personales forman parte de la intimidad. Nadie puede contar cosas privadas de otra persona sin su permiso, aunque no sea una foto
? <i>"Puedo enviar una foto de un compañero a un grupo si a mí me parece graciosa."</i>	✗ FALSO  Norma real: • Ley Orgánica 3/2018 (Protección de Datos y Derechos Digitales) • Artículo 4 y 7  La ley dice: "Los datos personales solo pueden usarse con consentimiento."  Explicación: Una foto es un dato personal. Si la persona no ha dicho que sí, no se puede enviar, aunque no sea una red social "importante".



? <i>“Insultar muchas veces al mismo compañero puede ser solo una broma.”</i>	✗ FALSO Norma real: • Ley Orgánica 8/2021 (LOPVI) • Código Penal, art. 172 ter (acoso) La ley dice: “Se considera violencia cualquier acción repetida que cause daño emocional.” Explicación: Cuando se repite y hace sentir mal, ya no es broma, es acoso, y la ley protege especialmente a los niños frente a esto.
? <i>“Si pego a alguien en el recreo, no pasa nada, es solo cosa del colegio.”</i>	✗ FALSO Norma real: • Código Penal – artículos 147 y 153 • LOPVI (2021) La ley dice: “Causar daño físico a otra persona está prohibido.” Explicación: Pegar nunca está permitido, ocurra donde ocurra. El colegio actúa, pero la norma es general.



*“Quitarle algo a otro niño
sin permiso no es robar si
luego lo devuelvo.”*

✗ FALSO

 **Norma real:**

- Código Penal – artículo 234

 **La ley dice:**

“Tomar cosas ajenas sin permiso es un delito.”

 **Explicación:**

Aunque lo devuelvas después, coger algo que no es tuyo sin permiso **no está bien ni permitido.**



*“Está prohibido por ley no
compartir tus juguetes con
otros niños.”*

**✗ FALSO –
REGLA INVENTADA**

 **No existe ninguna ley española que diga esto.**

 **Explicación:**

Compartir es positivo, pero **no puede obligarse por ley.** Las leyes protegen derechos, no obligan a regalar cosas.



*"Los niños no tienen
derecho a la privacidad."*

✗ FALSO



Norma real:

- Convención de los Derechos del Niño – Artículo 16
- Constitución Española – Art. 18



La norma dice:

"Ningún niño será objeto de injerencias en su vida privada."



Explicación:

Los niños **sí tienen privacidad**, aunque los adultos deban protegerles.



*"Pedir o enviar fotos
íntimas por el móvil,
aunque sea entre menores
de edad no está
permitido."*



✓ VERDADERO



Norma real:

- Código Penal – artículo 183 ter
- Ley Orgánica 8/2021 (LOPVI)



La ley dice:

"Solicitar o difundir imágenes de contenido sexual de menores está prohibido."



Explicación:

Aunque dos menores se conozcan o sean pareja, **las fotos íntimas no son un juego** y la ley protege a los menores frente a estas situaciones



“Insultar, amenazar o humillar a alguien por internet puede ser ciberacoso.”



VERDADERO



Norma real:

- Código Penal – artículo 172 ter
- LOPIVI (2021)



La ley dice:

“Las conductas repetidas que causen daño psicológico son violencia.”



Explicación:

Da igual si ocurre en el colegio o en internet: **hacer daño con mensajes también es violencia.**



“Un adulto no puede tocarme, hablarme o pedirme cosas que me hagan sentir incómodo.”



VERDADERO



Norma real:

- Código Penal – artículos 183 y siguientes
- LOPIVI (2021)



La ley dice:

“Se protege a los menores frente a cualquier forma de abuso o explotación.”



Explicación:

Los niños **tienen derecho a decir NO** y a pedir ayuda siempre que algo les incomode, incluso si es un adulto conocido.



“Difundir mentiras o bulos sobre una persona puede hacerle daño y no está permitido.”



VERDADERO



Norma real:

- Código Penal – artículos 208 y 209 (injurias y calumnias)
- LO 1/1982 (derecho al honor)



La ley dice:

“Se protege el honor y la reputación de las personas.”



Explicación:

Inventar cosas o compartir rumores **puede hacer mucho daño**, incluso aunque se haga “de broma”.



“Los profesores y los padres tienen derecho a ser respetados.”



VERDADERO



Norma real:

- Ley Orgánica 2/2006 de Educación (LOE–LOMLOE)
- Código Penal – art. 556 (respeto a la autoridad)



La ley dice:

“La convivencia escolar se basa en el respeto.”



Explicación:

No se puede insultar ni faltar al respeto a profesores ni a padres, aunque estemos enfadados



*"Es ilegal no obedecer
siempre a los padres."*

**✗ FALSO –
REGLA INVENTADA**

 **No existe ninguna ley que obligue a obedecer siempre.**

 **Explicación:**
Los padres educan y ponen normas, pero **no todo desacuerdo es ilegal**. Las leyes protegen, no obligan a obedecer sin pensar.



*"Si no hago los deberes,
estoy cometiendo un
delito."*

**✗ FALSO –
REGLA INVENTADA**

 **No es delito según ninguna ley.**

 **Explicación:**
No hacer deberes tiene consecuencias educativas, **no legales**



*“Es ilegal negarme a
comer lo que me ponen en
el comedor.”*

**✗ FALSO –
REGLA INVENTADA**

 **No existe ninguna ley que obligue a comer todo.**

 **Explicación:**
Comer bien es importante, pero **no se puede obligar por ley**. Se trata con normas del centro y diálogo.



*“Los niños no pueden
quejarse si algo les parece
injusto.”*

✗ FALSO

 **Norma real que lo desmiente:**

- **Convención de los Derechos del Niño – Artículo 12**

 **La norma dice:**
“El niño tiene derecho a expresar su opinión.”

 **Explicación:**
Los niños **pueden y deben expresar lo que sienten**, con respeto



"En un avión tengo derecho a inclinar el respaldo de mi asiento hacia atrás."

! VERDADERO CON LÍMITES

📄 Norma real:

- Reglamentos de Aviación Civil
- Condiciones Generales de Transporte de las aerolíneas
- Reglamento (CE) n° 261/2004 (derechos de los pasajeros)

📖 La norma dice:

El uso del asiento está permitido **siempre que no se incumplan normas de seguridad ni instrucciones de la tripulación.**

🧠 Explicación:

El asiento puede inclinarse excepto aterrizaje y despegue. No todo lo que "se puede hacer" es un derecho sin límites.



"En los colegios, los profesores y el equipo directivo son la autoridad durante el horario escolar."

✓ VERDADERO

📄 Norma real:

- Ley Orgánica 2/2006 de Educación (LOE-LOMLOE)
- Normativa autonómica de convivencia escolar

📖 La ley dice:

"El profesorado ejerce autoridad en el ámbito educativo y de convivencia."

🧠 Explicación:

Los profesores y el director/a toman decisiones para garantizar la convivencia y la seguridad. Tener autoridad **no significa poder hacer cualquier cosa.** Siempre debe ejercerse respetando los derechos del alumnado.



*"Tengo derecho a expresar
mi opinión en clase."*

! VERDADERO CON LÍMITES

📄 Norma real:

- Convención sobre los Derechos del Niño – Artículo 12
- LOE-LOMLOE

📖 La norma dice:

"El niño tiene derecho a expresar su opinión, teniéndose en cuenta su edad y madurez."

🧠 Explicación:

Puedes opinar, **pero con respeto**, esperando turno y sin interrumpir ni faltar al respeto a otros.
Derecho a opinar no es igual a derecho a gritar o imponer



*"Tengo derecho a usar el
móvil en el colegio."*

✗ FALSO COMO DERECHO / PERMITIDO SOLO SI EL CENTRO LO AUTORIZA

📄 Norma real:

- Normativa autonómica de convivencia escolar
- Reglamento de Organización y Funcionamiento (ROF)

📖 La normativa permite:

"Los centros pueden regular o prohibir el uso de dispositivos."

🧠 Explicación:

El móvil **no es un derecho en el colegio**. Su uso depende de las normas del centro.



"Tengo derecho a jugar en el recreo como quiera."

! VERDADERO, CON LÍMITES

Norma real:

- Convención de los Derechos del Niño – Artículo 31

La norma dice:

"El niño tiene derecho al juego y al descanso."

Explicación:

Puedes jugar, pero **no a juegos peligrosos**, violentos o que hagan daño a otros.



"Tengo derecho a escribir cualquier cosa en redes sociales, aunque sea mentira, insulte o incite al odio."

✗ FALSO

Norma real:

- Constitución Española – Artículo 20
- Código Penal – artículos 208 y 209 (injurias y calumnias) y 510 (delito de odio)

La norma dice:

"Se reconoce la libertad de expresión **con límites**, especialmente el respeto al honor, a la intimidad y a la dignidad de las personas. "Insultar gravemente, difundir mentiras o promover el odio **no está permitido**."

Explicación:

Puedes expresar tu opinión en redes, pero **no todo vale**. No se puede: Insultar; Inventar cosas sobre alguien; Animar a odiar o hacer daño a personas o grupos. La libertad de expresión **no es libertad para hacer daño**.

Actividad 9: Cuentos y audiocuentos: Cuento de Windsway Nivel 2 (Inclusion, simplicidad, empatía)	Descripción: El objetivo de esta actividad es reforzar el equilibrio entre Libertad y Estado de derecho (derechos y deberes) Audiocuentos -Cuento de Windsway https://youtu.be/oqD3Re7vS-o	Cuentos En la siguiente página puedes encontrar el cuento corto De Windsway Preguntas para reflexionar: ¿Por qué necesitamos de ambos tipos de habitantes? ¿Qué pasa cuando se pierde el equilibrio? ¿Qué podemos aprender de este cuento?
		
	Material: Cuentos o audiocuentos	Tiempo estimado: 30 minutos Consejos: Lean juntos los cuentos haciendo pausas para la reflexión -

Cuento de Windsway

En un valle entre dos altas montañas se encontraba el pueblo de Windsway. Los habitantes de Windsway amaban dos cosas por encima de todo: sus amplios cielos abiertos y sus antiguos puentes de piedra.



Los bailarines del cielo de la aldea creían que los cielos abiertos les permitían volar a donde les llevara el viento. Pintaban colores vivos en el aire, construían casas con formas

extrañas, componían música sin ritmo e inventaban juegos que nadie había visto antes. Para ellos, la libertad era la vida misma.

Al otro lado del río vivían los constructores de puentes. Atesoraban los puentes de piedra: cada ladrillo estaba colocado según antiguos planos, cada escalón era seguro y conocido. Escribían leyes claras, celebraban antiguas tradiciones y enseñaban a sus hijos a caminar solo por los caminos probados. Para ellos, las normas eran el alma de la comunidad.

Cada año, en el Festival del Equilibrio, los bailarines del cielo y los constructores de puentes se reunían en la plaza del pueblo para participar en un amistoso tira y afloja. Reían, bromeaban y tiraban de la gran cuerda dorada, no para ganar, sino para sentir la fuerza.

Algunos años, los bailarines del cielo tiraban con más fuerza y el pueblo florecía con arte, nuevos inventos y alegrías impredecibles. Otros años, los constructores de puentes se mantenían firmes y el pueblo se volvía más seguro, más sabio y más duradero.

Cada vez que la cuerda se rompía, cuando un lado tiraba con demasiada fuerza, se producía un desastre. Las casas se derrumbaban sin guía, o la creatividad se marchitaba bajo leyes asfixiantes.



*Ași a învățat că în satul de Windsway: corul trebuia
să rămână strâns, dar să nu se rupă.
Libertatea și regulile nu erau dușmane, ci cele două mâini
care țineau împreună satul.*

Actividad 10: Juegos de mesa (Nivel 3: todos los valores)	Descripción: Fomentar el desarrollo de valores fundamentales mediante juegos de mesa cuidadosamente seleccionados que fomentan la reflexión, la conexión emocional y el juego cooperativo en las familias. 1. Hegemony (Estado de Derecho) -2-4 jugadores (Últimos cursos Primaria-ESO) Juego de estrategia donde cada jugador controla una clase social o el Estado. Se proponen y votan leyes sobre diversas políticas utilizando su influencia para inclinar la balanza.  2.El Dilema del Rey (Estado de Derecho-Libertad) 3-5 jugadores Últimos cursos Primaria-ESO) Juego de mesa narrativo donde los jugadores representan la toma de decisiones y negociación de las diferentes Casas que lideran el gobierno.  3. Trial by Trolley (Libertad-Responsabilidad) 3-13 jugadores Últimos cursos Primaria-ESO) Basado en el dilema moral del tranvía, donde los jugadores debaten para convencer al conductor de que no atropelle a las personas en su vía  4. Democracy Under Siege (Estado de Derecho-Libertad) 2-3 jugadores (Últimos cursos Primaria-ESO) Simula los conflictos geopolíticos previos a la IIGM. Cada jugador representa una de las ideologías principales que lucharon por el poder 
---	---

	5. Magic Maze/kids (Autonomía – Responsabilidad-Estado de Derecho) ·1-8 jugadores Juego cooperativo en el que cada jugador solo puede realizar una acción concreta y nadie puede hablar. Aborda las normas, los límites y el equilibrio de forma muy clara y divertida. 	
	Material	Tiempo estimado: Depende del juego de mesa utilizado
	Juego de mesa	Preguntas para la reflexión: ¿Qué valor(es) fueron más evidentes durante el juego? ¿Qué relación tienen los juegos con la realidad?

Título del proyecto: Participación activa de los padres a través de los valores

Acrónimo del proyecto: PAVE

Código: 2024-1-RO01-KA220-ADU-000244513

Duración: Desde 01/12/2024 a 30/11/2026

Coordinador: Centro de Recursos de la Asociación para la Educación y la Familia DOXAMUS (Romania)

Socios: European Institute for Modern Board Games (Spain), Scoala Primara Lorelay (Romania), SmartEdu4All (Italy)

