



Out of The Net
Erasmus+ Programme – Strategic Partnership
2020-1-PL01-KA201-082223



OUT OF THE NET

2020-1-PL01-KA201-082223

Buenas prácticas para la prevención del síndrome de hikikomori en el entorno educativo

Output 4



The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein."

INDEX

El fenómeno Hikikomori	3
Patrones psicológicos	3
Patrones Sociales	3
Factores desencadenantes	4
Buenas prácticas	4
Naturaleza.....	6
Clases en grupo con elementos de hipoterapia.....	6
Comederos y nidos	7
Actividades al aire libre	9
Turismo.....	9
Salgamos a vivir la ciudad	10
Arte y creatividad.....	11
Belleza y maravillas de la artesanía realizada por niños.....	11
Podcast escolar: ¿Qué hacemos el fin de semana?	13
Círculos	15
Música.....	17
El sonido de nuestro mundo: el paisaje sonoro de nuestro entorno.....	17
Cuento de hadas sonoro	19
Grupo de interacción creativa	20
Seminarios	21
Talleres para niños y padres	21
Seminarios para padres: Los niños y las pantallas: uso responsable de los dispositivos.....	22
Seminarios infantiles- Uso y abuso de las pantallas.....	24
Programas a largo plazo.....	26
Ocio y Redes (OciRed).....	26
Programa de liderazgo para jóvenes.....	28
Campamento infantil de fin de semana	29

El fenómeno Hikikomori

El término Hikikomori procede de la palabra japonesa 引き籠もり que consta de dos caracteres: 'hiku, que significa "tirar" y 'komoru' que significa "espacio aislado", "cesta", "aislamiento social".

El Hikikomori (una forma de aislamiento social) describe un comportamiento en el que los adolescentes y los adultos jóvenes rechazan todos los contactos de la vida real (excluidos los virtuales) con la sociedad y se retiran de todas las actividades sociales. Este síndrome también se denomina aislamiento social del contacto social.

Se trata de un fenómeno en el que los adultos jóvenes que han terminado el bachillerato o la universidad o que lo han abandonado y no han completado su educación, ni buscan un empleo sino que cortan el contacto con la sociedad y confinan su vida principalmente al hogar familiar. En Japón el síndrome de hikikomori está más relacionado con los hombres (76,4%).

El Ministerio de Sanidad, Trabajo y Bienestar japonés definió el hikikomori como un estado en el que se encuentra una persona joven:

1. Se queda principalmente en casa.
2. No puede o no participa en actividades sociales como ir a la escuela o a trabajar.
3. Ha continuado en este estado durante más de 6 meses.
4. No presenta patología psicótica ni retraso mental de grado medio o inferior.
5. No tiene amigos íntimos.

Es un fenómeno extendido en Japón; y existen investigaciones e informes que confirman que también hay personas con el síndrome hikikomori en Corea del Sur, Reino Unido, Omán, España, Italia, etc.

Patrones psicológicos

- Motivación compensatoria de evitación del fracaso
- Ansiedad, miedo y fobias
- Angustia
- Adicción a los juegos (video juegos online)
- Soledad
- Apatía, trastorno subdepresivo, actitud depresiva y asocial
- Juicio inadecuado de sí mismo
- Egoísmo
- Personalidad Infantil (evita asumir la responsabilidad de la propia vida, incapaz de tomar decisiones, inclinado a culpar a los demás)
- Protestar contra la presión paterna y social que priva de la elección personal
- Supresión (frustración) de necesidades básicas como comunicación, necesidades vitales, espacio vital limpio y ordenado, etc.
- Posibles tendencias suicidas
- Agorafobia

Patrones Sociales

- Aislamiento social (retraimiento social, reclusión)
- Desadaptación social (evitación de la comunicación, comportamiento reservado, menor respuesta emocional, etc.)
- Agresividad hacia los otros
- Patrones de comportamiento adictivos
- "Protesta social, renuncia a una sociedad consumista, a sus reglas y a su hipocresía"
- Rechazo de las reglas y normas de la vida social común

- Ausencia de las relaciones en persona con la gente, evitación de deberes sociales, conexión emocional, cuidado, compromiso...

Factores desencadenantes

Autopático (*hikikomori primario*)

- Pre-requisitos genéticos de fobia social
- Autismo
- Trastornos mentales

Psicológico y social (*hikikomori secundario*)

- Acoso escolar y otras experiencias estresantes
- Relaciones no equilibradas en la familia, padres autoritarios
- Rechazo por parte de los compañeros (bajo estatus social, marginado social)
- Experiencia de fracaso

Buenas prácticas

En la siguiente tabla se han recopilado una serie de buenas prácticas, incluyendo su título, grupo de edad a las que van dirigidos, materia escolar o ámbito con el que se relaciona, duración y materiales necesarios. Pueden consultarse también en la web del proyecto: <https://outofthenet.altervista.org/>. La investigación se ha realizado en los siguientes países: España, Polonia, Lituania, Bulgaria e Italia. Cabe destacar que se han documentado ejemplos de prácticas de enseñanza y aprendizaje para la prevención integrada del Síndrome de Hikikomori en el entorno educativo.

Título de la actividad	Grupo de edad	Ámbito principal con el que se relaciona la actividad	Temporalización
Belleza y maravillas de la artesanía realizada por niños	8-13 años	Arte y creatividad	Versión corta: 2 h Versión larga: 2 horas semanales
Comederos y nidos	6-7 años	Naturaleza	1 mes
Círculos	10-11 años	Arte y creatividad	40-50 minutos
Grupo de interacción creativa	10-14 años	Música	4 horas
Clases en grupo con elementos de hipoterapia	11-14 años	Naturaleza	5 horas
Seminarios infantiles- Uso y abuso de las pantallas	7-12 años	Seminarios	5 horas
Ocio y Redes (OciRed)	6-12 años	Programas a largo plazo	4 sesiones al mes con alumnos 1 seminario con familias cada dos meses
Salgamos a vivir la ciudad	7-11 años	Actividades al aire libre	2-3 horas

Título de la actividad	Grupo de edad	Ámbito principal con el que se relaciona la actividad	Temporalización
Seminarios para padres: Los niños y las pantallas: uso responsable de los dispositivos	Centros de Educación infantil y primaria	Seminarios	1 sesión de 2 horas cada trimestre
Podcast escolar: ¿Qué hacemos el fin de semana?	7-16 años	Arte y creatividad	Podcast radiofónico: 45 minutos Preparación previa del podcast: 2 horas
Turismos	11-14 años	Actividades al aire libre	4 horas
Cuento sonoro	8-12 años	Música	5 horas divididas en 3 sesiones diferentes
El sonido de nuestro mundo: el paisaje sonoro de nuestro entorno	8-12 años	Música	5 horas divididas en 3 sesiones diferentes
Talleres para niños y padres	11-14 años	Seminarios	6 horas
Programa de liderazgo para jóvenes	11-14 años	Programas a largo plazo	5 horas
Campamento infantil de fin de semana	6-14 años	Programas a largo plazo	3 horas cada sesión (10 sesiones)

Naturaleza

Clases en grupo con elementos de hipoterapia

Descripción de la actividad

En esta actividad se proponen talleres semanales gracias a los cuales los jóvenes tienen la oportunidad de salir de la zona urbana. A través de las actividades realizadas con los caballos, los alumnos experimentan un contacto directo con la naturaleza y los animales. Además de la posibilidad de aprender a montar a caballo, la actividad tiene un atractivo adicional y un refuerzo del carácter terapéutico que es el cuidado de los animales..

Actitudes que se trabajan

- Estimular la curiosidad por el mundo, nuevas pasiones e intereses
- Mejorar el sentido de la responsabilidad
- Trabajar la esfera emocional
- Establecer interacciones sociales (en el mundo real) entre los participantes.
- Crear un sentimiento de pertenencia a un grupo
- Responsabilizarse de la naturaleza
- Crear vínculos interpersonales
- Aumentar el nivel de autoestima y confianza en uno mismo
- Promover el uso de la oratoria
- Incrementar la creatividad
- Crear un espacio para pasar el tiempo de forma creativa e inspiradora

Estrategia de evaluación

El profesor/educador puede evaluar:

- la participación de los niños, considerando el nivel de implicación en la tarea, en la actividad principal y en la creación del producto final
- la comprensión por parte de los niños de los objetivos de la actividad, proponiendo algunas sencillas preguntas abiertas de reflexión escrita, similares a las de la fase de recapitulación

Grupo de edad

11-14 años

Objetivos de la actividad

- Tomar conciencia de los animales y la naturaleza
- Crear pequeños grupos sociales
- Crear un espacio de comunicación entre los alumnos
- Aumentar el nivel de confianza en las propias capacidades

Temporalización

5 horas (1 para el viaje, 3 para la actividad principal, 1 de viaje de vuelta); se sugiere realizar la hipoterapia al menos 1 vez a la semana

Escenario

En el exterior

Materiales

Acceso a zonas verdes y a caballos

País

Polonia

Comederos y nidos

Descripción de la actividad

Esta actividad está pensada para familias, está pensada para promover formas de conexión entre padres e hijos, implicarlos y educarlos en un entorno familiar.

La familia primero construye un comedero y/o una casita para pájaros. Padres e hijos exploran las especies, la alimentación y el estilo de vida de un ave local seleccionada. La familia tiene un objetivo común y se une en un ambiente de confianza, cuidado y calidez.

Los padres planifican, demuestran habilidades y muestran al niño/a cómo se buscan y adquieren los conocimientos. El niño también desempeña un papel importante. Presenta el producto en el centro, muestra los conocimientos, explica la artesanía que han realizado y la importancia de los detalles. El niño explica las tareas de cada miembro de la familia y comparte sus impresiones sobre el trabajo conjunto.

En un acto conjunto, los niños, los padres y el docente comprueban en una lista preparada por los padres que han considerado todos los pájaros de la zona. Es posible que haya algún pájaro "triste" que todavía no haya recibido comedero ni caseta. Si esto ha ocurrido, se hacen "planes de futuro". Las actividades terminan con colocar (colgar) los comederos y casetas en el parque o en el patio del colegio..

1). Preparación de la actividad.

El profesor/a propone a los padres y alumnos cuidar de los pájaros, fabricando comederos y casetas como parte de las actividades de educación infantil. Proporciona una información sencilla sobre las especies de la zona y pide a los miembros de la familia que lo enriquezcan con especies de aves que aniven y vivan en la región. Cada familia elige el ave y decide qué hacer y cómo.

2) Todos los miembros de la familia pueden participar. El docente explica la importancia del papel de los padres como modelo de aprendizaje y el papel del niño como presentador del trabajo familiar en equipo.

3) El docente proporciona a los padres información básica y detalles útiles para la construcción de la caseta de pájaro y la alimentación: *tamaño, materiales y tipo de comida que necesitan.*

4) El docente enseña a los padres y a los niños a utilizar materiales de la naturaleza. para garantizar la comodidad y el cuidado natural de los pájaros. También se dan ejemplos de cómo deben fabricarse los comederos de los pájaros.

5) La familia dispone de una semana para preparar el comedero para pájaros (o la caseta).

6) Se fija la fecha del evento de presentación en el que cada niño/a tendrá la oportunidad de presentar su artesanía familiar..

7) el mismo día, padres e hijos van al parque y cuelgan los comederos y las casetas en los lugares que consideran adecuados para el ave elegida.

Grupo de edad

6-7 años

Objetivos de la actividad

- Mejorar la relación padres-hijos a través de la actividad de cuidar pájaros.
- Realizar actividades que unan y creen intereses comunes fuera de las pantallas y el mundo virtual, realizar objetos artesanales y artísticos, reunir a padres, hijos, educadores...

Temporalización

1 mes

Escenario

Interiores (en el centro, en casa) y/o al aire libre

Materiales

Todo tipo de materiales reutilizables

País

Bulgaria

Actitudes que se trabajan

- Entusiasmo en la escuela
- Acercamiento abierto a la sociedad / familia
- Capacidad de mostrarse/autoestima
- Deseo de pertenencia a un grupo
- Necesidad de llamar la atención/ser líder
- Filtrar las tendencias populares de comportamiento y adoptar elecciones personales de comportamiento.
- Imitar el comportamiento de los adultos
- Mejorar las creencias personales
- Encontrar metas positivas en la vida.
- Construir el sentido de familia a través del aprendizaje mutuo que se realiza a nivel individual, familiar e institucional.

Estrategia de evaluación

Realización de una encuesta-entrevista a los niños/as antes y después de la actividad. Realización de una encuesta a las familias.



Actividades al aire libre

Turismo

Descripción de la actividad

1) El principal propósito de esta actividad es la educación de los jóvenes a través del turismo activo. Como parte del proyecto, se organizan viajes a la montaña. Durante los viajes de uno o varios días, los jóvenes tienen la oportunidad de conocer una región montañosa de Polonia, realizar rutas de varios kilómetros y escalar montañas conocidas en la zona. Cada viaje de este tipo incluye elementos de supervivencia al aire libre, lo que permite a los participantes superar sus propias debilidades. El turismo es una de las esferas de la vida social y gracias a estas actividades, los jóvenes pueden conocerlo y participar activamente.

2) Durante la actividad final de resumen de lo vivido, alumnado y profesorado participan en una conversación sobre las dificultades emocionales que surgieron durante la ejecución del proyecto/actividad

Actitudes que se trabajan

- Mejorar la autoestima
- Crear sentimiento de pertenencia a un grupo
- Colaborar y compartir objetivos comunes con los compañeros/as
- Tomar conciencia y experimentar el entorno natural que nos rodea
- Aprender a trabajar en equipo
- Dar sentido al tiempo libre, desarrollo de intereses
- Mejora de las habilidades sociales y la capacidad de comunicación
- Constancia para la consecución de objetivos.

Estrategia de evaluación

El profesor/educador puede evaluar:

- La participación de los niños, considerando su nivel de implicación en la tarea, en la actividad principal y en el resultado final
- La comprensión por parte de los niños de los objetivos de la actividad, proponiendo algunas sencillas preguntas abiertas a la reflexión, similares a las de la fase de recapitulación.

Grupo de edad

11-14 años

Objetivos de la actividad

- Proporcionar a los docentes ejemplos prácticos de actividades que animen a los niños/as a trabajar juntos,
- Tener experiencias nuevas y positivas.
- Conocer el entorno natural;
- Experiencia de contacto con la naturaleza;
- Conocer un nuevo espacio de actividad social
- Establecer interacciones sociales entre los participantes en el mundo real
- Crear un pequeño grupo social
- Construir responsabilidad en el grupo ofreciendo una de las formas de ocio activo

Temporalización

4 horas (1 para la organización, 2 para la actividad principal, 1 para recopilación/resumen)

Escenario

Al aire libre (excursión escolar)

Materiales

Mapas, guías, víveres, tiendas, instrumentos de orientación (brújulas, etc)

País

Polonia

Salgamos a vivir la ciudad

Descripción de la actividad

Los docentes organizan excursiones por el centro de la ciudad, para conocerla y conocer su patrimonio cultural. Los niños/as disfrutarán de su historia y sus historias, descubrirán su arte y se divertirán juntos, reforzando los lazos sociales entre los compañeros de clase y las habilidades de cooperación social.

Los profesores pueden preparar distintas actividades para implicar a los niños en un descubrimiento activo de la ciudad:

- Presentación del lugar con historias y adivinanzas
- Búsqueda del tesoro en grupo
- Reconstrucciones en grupo de los edificios con diversos materiales
- Juegos de preguntas y caza de los objetos de las respuestas
- Mosaicos
- Auto-ordenarse según historias e imágenes
- Actividades para inducir a los niños a hacer preguntas
- Adivina el material tocándolo con los ojos cerrados
- Observar y especular sobre el posible uso/objetivo de los objetos.
- Crear vídeos con sus dibujos o fotos

Actitudes que se trabajan

- aumentar el entusiasmo y las ganas por salir, mejora de la autoestima
- desarrollar una actitud abierta ante las sugerencias de los compañeros
- respetar las opciones de los demás grupos
- sentirse parte de un grupo, aprender a trabajar en equipo
- encontrar objetivos positivos en la vida
- hacer algo activo al aire libre junto con otras personas
- descubrir una nueva afición, interés o pasión que pueda darle una razón para salir
- conocer la historia y el arte de la ciudad y del país en general.

Estrategia de evaluación

La evaluación se centrará en cómo los estudiantes cambian de un enfoque tímido, temeroso y desconfiado de las actividades grupales a una cooperación audaz, aventurera y cooperativa.

Grupo de edad

7-11 años

Objetivos de la actividad

- Proporcionar a los docentes ejemplos prácticos de actividades que animen a los niños/as a trabajar juntos, al aire libre, observando lo que les rodea

Temporalización

Excursiones escolares de 2-3 horas cada una

Escenario

Al aire libre (excursión escolar)

Materiales

Bolígrafos, pinturas, pegamento, piedras, trozos de madera, telas, cámaras, imágenes, etc.

País

Italia

Arte y creatividad

Belleza y maravillas de la artesanía realizada por niños

Descripción de la actividad

Esta actividad es una sesión de manualidades que ayuda a los niños/as a desarrollar sus talentos y su sentido de la belleza. Incluye acciones como plegado y pegado, y las tareas se eligen para demostrar cómo el Arte se refleja en las personas. El taller finaliza con una exhibición. Los niños investigarán, debatirán y colaborarán en grupos según sus intereses. Colaborarán y adquirirán nuevas habilidades a medida que crean impresionantes modelos de estructuras, retratos de personajes de cuentos de hadas y paisajes de lugares que han visitado, disfrutado o imaginado..

Desarrollo de la actividad

- 1) La actividad se inicia en el aula, como un clase de historia, geografía, cultura.
- 2) Muestra a los alumnos/as lugares de interés de distintos países, cuénteles leyendas y/o cuentos relacionados con los lugares. Déjeles mencionar sus personajes de cine favoritos y sus trajes, etc.
- 3) Para que el taller de creación sea más cognitivo, trace el lugar con la vida de un autor (si es posible) y con su creación autoral y la creación de personajes..
Ejemplo. Francia, Charles Perrault - Cenicienta. Castillos en Alemania, Hermanos Grimm - enanitos. Mosaicos romanos-leyendas de héroes antiguos. Utiliza el contenido de tus libros de texto.
- 4) Divide a los niños en grupos. En cada mesa deja papel de colores, tijeras, pegamento, una regla, rotuladores y cualquier material para hacer mosaicos: historias y personajes, disfraces, lugares, fotos, imágenes...
- 5) Puede ser que los niños necesiten desarrollar habilidades para hacer un mosaico, podéis hacer un mini-curso de habilidades de realizar mosaicos.
- 6) Deja que los alumnos/as prueben cuanto quieran diferentes técnicas de manualidades y las combinen.
- 7) También puedes introducir técnicas que nunca antes habían utilizado.
- 8) Unelo con una clase o elige una técnica que ya conozcas. <https://www.youtube.com/watch?v=y80F4dmUSBs>
- 9) Da al alumnado tiempo para que hagan las manualidades y para la creatividad. Tiempo para disfrutar trabajando juntos y socializando.
- 10) Termina el taller con una exposición para invitar a otras personas y a los propios niños/as a sentir admiración de la belleza que han creado

Actitudes que se trabajan

- Más tiempo de disfrute en la escuela
- Desarrollar una actitud abierta a las sugerencias de los

Grupo de edad

8-13 años

Objetivos de la actividad

- Crear un entorno de comunicación y aprendizaje activo y alegre;
- Ejemplos prácticos de actividades para pasar tiempo de calidad con los niños/as para compartir y aprender juntos.
- Aumentar la confianza y la autoestima del alumnado

Temporalización

Versión corta: 2 horas;
Versión larga: 2 horas a la semana

Escenario

Interiores

Materiales

Papel, lápices, tijeras, pegamentos, etc.

País

Bulgaria

compañeros

- Mejorar la autoestima
- Aprender a trabajar en equipo
- Dar sentido al tiempo libre y al desarrollo de intereses
- Encontrar objetivos positivos en la vida
- Desarrollo seguro compartiendo visiones y experiencias con los demás
- Habilidades para comunicarse con adultos (padres, profesores, visitantes de las exposiciones)

Estrategia de evaluación

La evaluación se basa en la observación y los comentarios del grupo, centrados en la belleza y el arte en sí mismos.



Podcast escolar: ¿Qué hacemos el fin de semana?

Descripción de la actividad

Este podcast se utiliza como recurso para proponer a los estudiantes alternativas de ocio positivas para sus fines de semana, creando una agenda con las diferentes opciones que existen en la ciudad. Estos son los temas que se tratarán en el podcast:

- Hikiko... ¿qué? Qué es el síndrome Hikikomori
- Razones para no salir con los amigos frente a razones para salir con los amigos.
- ¿Has pensado alguna vez en practicar algún deporte? (invitado: un atleta/deportista)
- ¿Cuál es su pasión? ¿Qué aficiones tienen los adolescentes hoy en día?
- Diálogos intergeneracionales (invitados en el podcast: personas mayores)
- Diálogos interculturales (invitados en el podcast: algunas personas con familia de otro país)
- ¿Qué significa para los niños que un adolescente sea nativo digital?
- Evolución de la amistad entre los últimos 50 años: ¿más likes en mis redes sociales significa más amigos en mi vida?
- La esclavitud de los "me gusta" (invitados: 2 estudiantes de secundaria y bachillerato)

Los profesores tienen que aprender a manejar y utilizar los materiales, así como los programas de edición de audio. Una vez preparada la "parte técnica"... los profesores tienen que explicar a los alumnos qué es un programa de radio/podcast y el proceso a seguir::

- 1) Actividad general: formación y práctica en técnicas de expresión oral (hablar despacio, a cierta distancia del micrófono, no interrumpirse al hablar...)
- 2) Antes de cada podcast: Los alumnos investigan sobre el tema del podcast. Los alumnos escriben el resumen.
- 3) Grabación del podcast: es aconsejable crear una comisión de radio en la escuela o en el aula integrada por un pequeño grupo de niños/as.
- 4) Difusión del podcast: puede hacerse en la página web del centro

En caso de que los alumnos inviten a algún invitado al podcast, pueden seguir estos pasos:

- a) Contacto con el huésped potencial.
- b) Explíquese cuál es el tema del podcast y por qué (los alumnos) le invitan como invitado.
- c) Acuerde con el invitado una fecha para grabar el podcast.
- d) Agradézcale su participación.

Actitudes que se trabajan

- Aumentar el entusiasmo en el aula
- Acercamiento abierto a la sociedad/familia
- Capacidad de mostrarse a uno mismo/autoestima
- Deseo de pertenecer a un grupo

Grupo de edad

7-16 años

Objetivos de la actividad

- Fomentar la comunicación respetuosa y el trabajo en equipo.
- Educar al alumnado sobre el valor de las redes sociales;
- Prevenir comportamientos inadaptados causados por un uso incorrecto de las tics;
- Ofrecer a la comunidad educativa alternativas a actividades de ocio poco saludables.

Temporalización

Podcast radiofónico- 45 minutos y 2 horas de preparación previa

Escenario

En interiores

Materiales

Programa de radio escolar. La Administración Educativa proporciona los siguientes materiales; mesa de mezclas, micrófonos y auriculares.

País

España

- Necesidad de llamar la atención/ser un líder
- Filtrar las tendencias populares de comportamiento y adoptar opciones más personales
- Imitar el comportamiento de los adultos
- Mejorar las creencias que se tienen sobre sí mismo/a
- Encontrar objetivos positivos en la vida
- Deseo de pertenecer y formar parte de una comunidad social activa..

Estrategia de evaluación

La evaluación se basará en la mejora de la participación de los niños en el podcast radiofónico. Se creará un cuestionario para profesorado y alumnado.



Círculos

Descripción de la actividad

A los 10 años los niños/as comienzan a entrar en la pubertad. Buscan su lugar en la sociedad en distintos grupos: familia, escuela, parientes, clubs de intereses, amigos, vecinos. Sus entornos sociales conforman sus “Círculos de la Vida” individuales, con ellos mismos, en el centro del círculo. Los “Círculos de la vida” forman las características individuales de la personalidad. Esta lección enseña a los alumnos/as a conocerse a sí mismos, a buscar su imagen, a dar sentido a sus afirmaciones ante sí mismos y ante los demás y a entrar con confianza en los grupos sociales. Con esta formulación, los niños trabajan conscientemente por su cuenta.

1) La sesión comienza con una fábula de Esopo en la que los alumnos descubren las cualidades humanas.

- Habla de los personajes de la fábula como portadores de la moral humana.
- Continúa con la charla y la parábola de los “Dos Lobos” y una discusión sobre la naturaleza humana- lo bueno y lo malo, lo blanco y lo negro, con una infinita variedad de colores y tintes.
- Debatir que no es inapropiado admitir nuestras debilidades. Los alumnos deben confiar en que pueden descubrir la diversidad de su imagen.

2) Completa la pizarra con las características humanas nombradas por los alumnos. Intenta encontrar los opuestos a ellas, así como las que tengan el mismo significador, pero opuesto como característica positiva-negativa de una persona (persistente-terco; ahorrador-tacaño)

3) entrega a los alumnos una hoja de tamaño A4 con una planta con muchas hojas dibujada en un lado. Deja que los niños escriban en los pétalos las características que encuentran en ellos mismos, intentando identificar más de ellas.

Si los alumnos/as tienen dificultades al principio, anímelos a ser sinceros y a buscar una visión de sí mismos lo más objetiva posible.

4) Entrégales las hojas de tamaño A3, incluso al repartir las hojas, asegure a los alumnos/as que la información permanecerá anónima. Esto tiene un efecto positivo sobre el entusiasmo y el desarrollo de la tarea..

5) En el reverso de la hoja de tamaño A3 se dibujan círculos concéntricos en los que los alumnos/as anotan los entornos de los grupos sociales de los que se sienten parte y sitúan las cualidades personales ya reconocidas en los grupos que consideran un lugar para su formación y anotan el motivo.

Actitudes que se trabajan

- Acercamiento abierto a la sociedad/familia
- Deseo de pertenecer a un grupo
- Expresar sentimientos preocupándose por alguien
- Filtrar las tendencias populares de comportamiento y adoptar opciones más personales.

Agrupos de edad

10-11 años

Objetivos de la actividad

- Profesorado: El objetivo de la práctica pedagógica es proporcionar a los profesores ejemplos prácticos de una tarea en la que los alumnos busquen sinceramente su esencia, la comprendan y la analicen.
- Alumnado: encontrar el camino hacia el autoconocimiento y la autosuperación. Considerar sus rasgos de carácter y determinar qué entorno de su vida social desarrolla las características dadas.

Temporalización

40-50 minutos

Escenario

En el interior

Materiales

Papeles simulando una planta con muchas hojas en folios de tamaño A4 y A3 con 10 círculos concéntricos pintados en ellos. Pinturas, lápices de colores

País

Bulgaria

Música

El sonido de nuestro mundo: el paisaje sonoro de nuestro entorno

Descripción de la actividad

1) **Fase de preparación.** En esta fase, el profesor/educador propone un debate a todo el grupo para dirigir la atención de los niños/as hacia la importancia que tienen los sonidos en nuestra experiencia del mundo. Se debe animar a los niños/as a que describan sus experiencias y expresen sus opiniones; a continuación, se pueden proponer las siguientes preguntas "¿Cómo podemos organizar los sonidos? ¿Qué categorías de sonidos podemos reconocer?". Aquí no hay respuestas correctas o incorrectas, sino que todos los niños/as tienen que estar de acuerdo con una posible categorización compartida de los sonidos.

2) **Fase central de la actividad.** En esta fase los niños tienen que salir con el profesor/educador a hacer un paseo sonoro, para familiarizarse con la dimensión sonora del entorno en el que viven (su paisaje sonoro). Es muy aconsejable que el profesor/educador seleccione un camino conocido, no especialmente largo, cerca de la escuela/institución, donde los niños puedan escuchar y registrar los sonidos que oyen. Algunas indicaciones:

- Las grabaciones pueden realizarse con la aplicación grabadora de voz del smartphone
- Es aconsejable grabar muchas pistas de sonido breves en lugar de una pista más larga.
- También se pueden recoger fotos
- Se puede proporcionar un mapa a los niños/as
- Los niños/as deben dividirse en grupos con diferentes tareas: un grupo para hacer fotos - otro para grabar - otro para comprobar el mapa. Los grupos pueden turnarse las tareas, de modo que cada uno de ellos pueda experimentar todas las tareas.

3) **Creación del producto final.** Con un software de gestión y creación de bandas sonoras (véase, por ejemplo, el software libre <https://www.audacityteam.org/download/>), bajo la supervisión del profesor/educador, los niños pueden crear la banda sonora de su paseo sonoro. Con niños/as mayores (10-12) también se puede crear un vídeo uniendo las bandas sonoras con las fotos recogidas.

4) **Reflexión crítica.** El profesor/educador tiene que fomentar una reflexión sobre la experiencia que han tenido los niños/as durante el paseo sonoro.

Actitudes abordadas

- capacidad de mostrarse / autoestima
- deseo de pertenecer a un grupo
- mejorar las creencias personales
- encontrar objetivos positivos en la vida
- colaborar y compartir objetivos comunes con los compañeros

Grupo de edad

8-12 años

Objetivo de la actividad

- Tomar conciencia de los sonidos que caracterizan nuestro entorno.
- Desarrollar una actitud de escucha.
- Aprender a trabajar juntos.
- Aprender a negociar roles, ideas y objetivos.
- Entrar en contacto con el entorno exterior en el que vivimos.

Temporalización

5 horas (1 para la preparación, 2 para la actividad principal, 1 para la creación del producto final, 1 para el informe final), se sugieren 3 reuniones diferentes, una para cada fase de la actividad (una reunión para la fase 3 + 4)

Escenario

Preparación en interiores
La fase central de la actividad, al aire libre
Creación del producto final y la reflexión en interiores

Materiales

Grabadora de voz (se puede hacer con la aplicación de grabación del smartphone)
Cámara de fotos (también se puede usar la del smartphone)
Ordenador con el software de gestión de sonido descargado

País

Italia

- tomar conciencia y experimentar el entorno natural que nos rodea

Estrategia de evaluación

El profesor/educador puede evaluar:

- la participación de los niños/as, considerando el nivel de implicación en el debate, en la actividad principal y en la creación del producto final
- la comprensión por parte de los niños/as de los objetivos de la actividad, proponiendo algunas sencillas preguntas abiertas de reflexión escritas, similares a las de la fase de recapitulación



Cuento de hadas sonoro

Descripción de la actividad

La actividad se estructura en 5 fases principales. Ejemplo elegir el cuento de Caperucita Roja.

1) Lectura por parte del profesor/educador del cuento a todo el grupo;

2) transformar el cuento de palabras a música y movimiento: inserción de canciones rítmicas temáticas/rimas infantiles (por ejemplo, sobre un lobo) para describir la historia;

3) Inserción de bailes (por ejemplo, imaginar un baile de Caperucita Roja mientras se pasea por el bosque);

4) Inserción (producción y/o audición) de patrones sonoros que actúen como contexto (por ejemplo, sonidos del bosque);

5) Experimentación, a través del cuerpo o de las herramientas, del tiempo (lento, por ejemplo, cuando Caperucita sale de casa, rápido cuando tiene que escapar del lobo).

Actitudes que se trabajan

- capacidad de mostrarse / autoestima
- deseo de pertenecer a un grupo
- colaborar y compartir objetivos comunes con los compañeros
- crear un contenedor lúdico que permita a niños y jóvenes conectar a través de la música mientras juegan y se divierten

Estrategia de evaluación

El profesor/educador puede evaluar:

- la participación de los niños/as, considerando el nivel de implicación en el debate, en la actividad principal y en la creación del producto final
- la comprensión por parte de los niños/as de los objetivos de la actividad, proponiendo algunas sencillas preguntas abiertas de reflexión escritas, similares a las de la fase de recapitulación

Grupo de edad

8-12 años

Objetivos de la actividad

- Desarrollar una actitud de escucha
- Fomentar las interacciones interpersonales entre iguales a través de la música
- Desarrollar habilidades rítmicas
- Desarrollar habilidades comunicativas no verbales
- Trabajar juntos

Temporalización

5 horas (1 para la preparación, 2 para la actividad principal, 1 para la creación del producto final, 1 para el informe final), se sugieren 3 reuniones diferentes, una para cada fase de la actividad (una reunión para la fase 3 + 4)

Escenario

Instrumentos musicales Orff (xilófono, carrillón, tambor, pandereta, claves, caja china, flauta, triángulo, platillos, maracas, cascabeles).

Telas

Cartulinas de colores

Bolígrafos, lápices, rotuladores

Material diverso para estimular la imaginación

Materiales

Grabadora de voz (se puede hacer con la aplicación de grabación del smartphone)

Cámara de fotos (también se puede usar la del smartphone)

Ordenador con el software de gestión de sonido descargado.

País

Italia

Grupo de interacción creativa

Descripción de la actividad

Esta actividad parte de una base musical de sólo 4 compases, sobre un tema muy popular para todas las generaciones.

La interpretación musical requiere conocimientos básicos de guitarra y bajo, pero las demás intervenciones instrumentales son accesibles a cualquier persona, incluso sin conocimientos musicales.

1) El tema principal es interpretado repetidamente a la guitarra (eléctrica) por el profesor/educador, o por uno de los alumnos participantes.

2) Inicialmente, el profesor/a ordenará las intervenciones, realizadas en un orden diferente cada vez. Las intervenciones de los niños/as tienen lugar primero gradualmente de forma individual, y luego en sumas sucesivas. Estas intervenciones son tanto rítmicas como melódicas, elementales si se ven individualmente, pero que requieren precisión en la ejecución y atención en la escucha del conjunto, para que el resultado grupal sea musicalmente agradable, algo que incluso una persona inexperta es capaz de valorar y apreciar.

3-4) Una vez adquirida cierta familiaridad con el juego, los propios niños/as intervendrán gradualmente como directores/as. El intercambio de herramientas estimulará aún más el interés y la curiosidad de los niños/as.

5) El siguiente paso, el más creativo, tiene lugar una vez que los participantes han alcanzado un cierto nivel de soltura y precisión, y sobre todo una capacidad de escucha del conjunto. Todo el tiempo con la formación previamente adoptada, los niños/as tratarán de improvisar con su propio instrumento patrones sencillos (tanto rítmicos como melódicos), corrigiéndose gradualmente según el resultado o menos satisfactorio a nivel de grupo, con la guía del profesor/a.

Actitudes abordadas

- capacidad de mostrarse / autoestima
- deseo de pertenecer a un grupo
- encontrar objetivos positivos en la vida
- fomentar el intercambio de ideas y objetivos entre los niños

Estrategias de evaluación

Para evaluar el proceso de aprendizaje y los resultados de la actividad se abre un debate sobre los resultados obtenidos, reflexionando sobre las elecciones realizadas, si hay sugerencias, posiblemente escuchando juntos una grabación de audio del trabajo en grupo.

Grupo de edad

10-14 años

Objetivos de la actividad

- Fomentar el pensamiento creativo
- Desarrollar habilidades rítmicas
- Estimular en los niños el sentido de pertenencia
- Apoyar el desarrollo del sentido de la responsabilidad individual en el éxito de un resultado colectivo

Temporalización

4 horas (1 para las fases 1 y 2, 1 para la fase 3, 1 para la fase 4 y 1 para la fase 5)

Escenario

Principalmente en interiores

Materiales

guitarra eléctrica (pista de acompañamiento)
bajo eléctrico, xilófono, metalófono, timbales, caja, bongó, baquetas, platillo (instrumentos melódicos)

País

Italia

Seminarios

Talleres para niños y padres

Descripción de la actividad

En el contexto del trabajo con jóvenes, es vital mantener un contacto constante y sistemático con sus familias y tutores legales.

1) Escuela de padres:

Los padres participan en talleres una vez cada dos semanas. Estas reuniones adoptan la forma de una escuela de padres, combinada con elementos de formación interpersonal y grupos de autoayuda.

Durante las dificultades de crianza, los padres aprovechan la experiencia de los demás. A veces se invita a los grupos a expertos, como especialistas en terapia de adicciones.

Los talleres también ofrecen un espacio para la formación de competencias interpersonales.

2) Participación de los niños/as:

También se invita periódicamente a los niños a los grupos de padres. Los métodos de trabajo utilizados en dichos grupos se basan en la conversación, la cooperación, el juego, el deporte, la recreación y la experiencia compartida.

Estos momentos pueden considerarse un excelente espacio de diagnóstico para los especialistas. Y lo que es más importante, para los padres es una oportunidad de utilizar las habilidades adquiridas durante los talleres en contacto con el niño, generando una interacción positiva.

3) Durante el resumen, los participantes entablan una conversación sobre las dificultades emocionales que surgieron durante la aplicación.

Actitudes que se trabajan

- reticencia a acercarse a la sociedad/familia
- falta de deseo de pertenecer a un grupo
- incapacidad para imitar la actitud y el comportamiento afectuoso de los adultos
- falta de habilidades personales
- no percibir los lazos sociales a nivel elemental, lo que se nota en los lazos familiares
- reticencia a cooperar y compartir objetivos comunes con la familia

Estrategia de evaluación

El profesor/educador puede evaluar:

- la participación de los niños y de los padres, teniendo en cuenta el nivel de implicación en la tarea, en la actividad principal y en la creación del producto final
- la comprensión por parte de los niños y de los padres de los objetivos de la actividad, proponiendo algunas preguntas abiertas de reflexión sencillas por escrito, similares a las de la fase de recapitulación

Grupo de edad

11-14 años

Objetivos de la actividad

- acercamiento abierto a la sociedad / familia
- deseo de pertenecer a un grupo
- imitar la actitud y el comportamiento cariñosos de los adultos
- mejorar las competencias personales
- Construir el sentido de familia ofreciendo la movilización del aprendizaje mutuo ocurrido a nivel individual, familiar e institucional.
- crear vínculos interpersonales participar en la vida social

Temporalización

6 horas (1 para la preparación, 2 para la actividad principal con los padres, 2 para la actividad principal con los niños, 1 para el resumen)

Escenario

En interiores

Materiales

Dependiendo del tema, se utilizaron las herramientas necesarias para impartir las clases que contenían elementos de técnicas: taller en grupo, talleres gastronómicos, turismo de visitas, deportes

País

Polonia

Seminarios para padres: Los niños y las pantallas: uso responsable de los dispositivos

Descripción de la actividad

Cada trimestre los Profesores de Servicios a la Comunidad (PSC) (se trata de un profesional específico en España pero la actividad puede ser llevada a cabo por profesores) que apoyan a la escuela, organizan una reunión con los padres para hablar de la importancia de tener un Plan Digital Familiar o un Acuerdo Digital Familiar que es una especie de "contrato" establecido entre padres e hijos que permite a las familias a equilibrar sus vidas online y offline. Las familias pueden utilizar el plan para establecer zonas y horarios libres de pantallas, ubicar los puntos de carga fuera de los dormitorios, etc. Hay más información sobre el tema y herramientas para crear el plan Digital Familiar en estas páginas web:

<https://www.natureplaywa.org.au/family-media-plan/>

<https://www.qustodio.com/en/blog/family-digital-agreement/>

<https://www.healthychildren.org/English/fmp/Pages/MediaPlan.aspx#/family>

Al mismo tiempo, el PSC/profesor aprovecha para proponer actividades de ocio y tiempo libre y promover una educación basada en la responsabilidad, con disciplina positiva.

1) La primera sesión del curso está dedicada a sensibilizar y también a recoger los intereses y necesidades de los padres en relación con sus conocimientos sobre cómo manejarse con las pantallas y otros dispositivos digitales en casa.

2) En las siguientes sesiones, el profesor/trabajador social educativo da un paso más, implicando a los padres, dándoles voz para que expongan sus dificultades relacionadas con el tema. Por ejemplo, uno de los puntos conflictivos en casa que afectaba a la dinámica familiar cada día, y que era común para la mayoría de ellos es: el momento en el que los padres están preparando la cena. Los padres lo señalaron como el momento crítico en el que más veces daban a los niños una tableta o los sentaban frente al televisor sólo para tener unos minutos para preparar la cena con calma.

Como resultado de la reflexión y la actitud proactiva para cambiar la situación, planteó muchas "alternativas al uso de los dispositivos y pantallas mientras los padres preparan la cena". La profesora/trabajadora social educativa realizó una infografía recogiendo todas las propuestas alternativas.

3) En la tercera y última sesión se proporcionó a todas las familias la infografía con más de 50 alternativas para que la tuvieran colgada en un lugar visible de casa. El trabajador social educativo/profesor asesoró a los padres para que hicieran su propia reunión con sus hijos para conseguir más alternativas pertenecientes a su hijo/hija..

Grupo de edad

Padres de alumnos de infantil y primaria

Objetivos de la actividad

- Sensibilizar a las familias sobre un uso adecuado de las nuevas tecnologías de la información, la comunicación y el juego.
- Informar a la comunidad educativa sobre diferentes proyectos de prevención del aislamiento social en centros educativos.
- Promover el ocio familiar como factor protector del aislamiento social en nuestra comunidad educativa.

Temporalización

1 sesión de 2 horas cada trimestre

Escenario

Interiores/ al aire libre

Materiales

Questionnaires online (Forms) and questionnaires used in the interviews with the families.
Registration template, books, computer.
Room or a classroom where to host meetings with families.

País

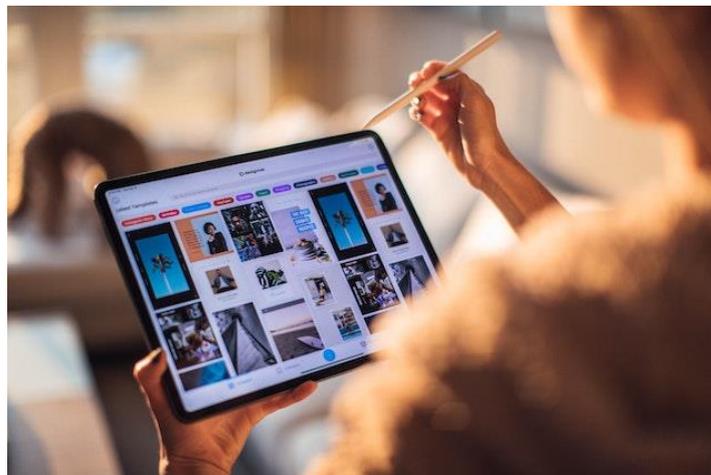
España

Actitudes que se trabajan

- Aumentar el entusiasmo en la escuela.
- Inclusión de toda la comunidad educativa en la prevención.
- Promover un estilo educativo responsable y no sobreprotector.
- Aumentar la calidad de las actividades de tiempo libre de los niños.
- Encuentra objetivos positivos en la vida.
- Deseo de pertenecer a una comunidad social activa.
- Fomentar la creatividad.

Estrategia de evaluación

Análisis cuantitativo y cualitativo sobre el uso y abuso de dispositivos electrónicos, mediante entrevistas y cuestionarios a las familias y registro de los casos de riesgo detectados en los centros escolares. También son necesarias reuniones con tutores y equipos directivos.



Seminarios infantiles- Uso y abuso de las pantallas

Descripción de la actividad

Estos seminarios se dirigen al alumnado y pueden ser realizados por los profesores en la hora de tutoría (en caso de que el colegio no disponga de la hora de tutoría, el equipo directivo puede organizar el momento en el que realizarlos dentro del horario escolar para que se beneficie el mayor número de alumnado).

1) Fase de sensibilización: El profesor/a puede haber detectado casos en los que los alumnos/as hacen un uso excesivo de las pantallas con falta de habilidades de interacción social en diferentes contextos. Primera actividad: imagínate aislado en el dormitorio utilizando el dispositivo que más te guste y dibújalo.

Tras la sesión de dibujo, los alumnos/as dialogan con el profesor/a sobre las posibles consecuencias de pasar demasiado tiempo aislados utilizando tablets, smartphones u otros dispositivos como actividad de ocio.

2) La segunda sesión comienza viendo el siguiente cortometraje titulado "Glued":

<https://www.youtube.com/watch?v=rW2g5cwrxrQ>

El cortometraje propuesto aborda las consecuencias sobre el abuso de las tecnologías (físicas, sociales y fisiológicas)

- Videoforum Tiempo para jugar (con quién, cuánto tiempo), equilibrar vida digital y vida "real"...

3) En la tercera sesión, los niños/as propondrán en pequeños grupos actividades que les gustaría compartir con sus padres/familia cuando pasen tiempo libre juntos (una única condición: la actividad no puede implicar ningún tipo de pantalla). Después de trabajar en pequeños grupos, los niños/as compartirán sus propuestas en el gran grupo y el profesor/a (o los propios niños/as) recopilará todas las actividades alternativas.

4) Taller de creación de una "infografía analógica": en pequeños grupos, los niños/as seleccionarán al menos tres actividades alternativas que les gustaría compartir con sus familiares. Cada niño/a se lo llevará a casa y comentará la idea con sus familiares.

5) Valoración, impacto de los pequeños cambios: Pequeñas mesas redondas organizadas en el aula para valorar el impacto que los alumnos/as creen que han tenido las propuestas que han realizado al intentar llevarlas a la práctica en la vida real: dificultades encontradas, cómo se han sentido, cuál ha sido la respuesta de la familia/familiares a las propuestas....

Actitudes que se trabajan

- Reflexionar sobre cómo emplean su tiempo los alumnos/as.
- Aumentar el entusiasmo por hobbies sin utilizar las TIC
- Aumentar el entusiasmo en la escuela.
- Inclusión de toda la comunidad educativa en la prevención.
- Capacidad de mostrarse / autoestima mejorando las relaciones sociales.

Grupo de edad

7-12 years

Objetivos de la actividad

- Prevenir los problemas de aislamiento social del alumnado debido al aumento del uso de pantallas y otros dispositivos en auge tras la pandemia.

Temporalización

5 horas

Escenario

En interiores

Materiales

PPT, videos, cuestionarios, aula o lugar donde realizar las sesiones con los alumnos/as

País

España

- Deseo de pertenecer a un grupo.
- Encontrar objetivos positivos en la vida
- Deseo de pertenecer a una comunidad social activa.
- Fomentar la creatividad

Estrategia de evaluación

Análisis cuantitativo del uso de pantallas con los niños, a través de la plantilla de registro. El objetivo es analizar la franja de edad más adecuada donde ampliar las actividades realizadas. Análisis cuantitativo a través de cuestionario individual con las familias sobre la concienciación del tiempo que pasan los niños con las TIC. Análisis cualitativo del uso de pantallas con reflejo entre alumnos con nosotros.

Referencias:

De la Fuente Corregidor, Elena & San Victoriano Huertas, María Ángela (2022). Kids seminars- Use and overuse of screens. Material no publicado, EOEP 1 Salamanca

Flores Montañez, L. y Ramos Prado, I.G. (2013). "Enseñando Habilidades sociales en el aula. Manual para profesores y profesoras". Manual de cuadernos "Puentes para crecer". México. Facultad de Psicología de la UNAM.

Hurtado Montesinos, M.D. (2006). Educación emocional: programa y guía de desarrollo didáctico. Murcia. Consejería de Educación y universidades. Secretaría general. Servicios de publicaciones y estadísticas.

Monjas Casares, Inés (2017): PEHIS, Programa de Habilidades de interacción social.

<https://www.pantallasamigas.net/>

<https://www.hijosdigitales.es/es/>

<https://www.youtube.com/watch?v=3SMqdzqtpQ>

<https://www.aeped.es/>

<https://www.healthychildren.org/>

<https://www.ao.org/salud-ocular/consejos/uso-de-pantalla-para-los-ninos>



Programas a largo plazo

Ocio y Redes (OciRed)

Descripción de la actividad

"OciRed" es un programa preventivo (en español es la unión de las palabras "ocio y red") que fomenta el tiempo compartido con las familias de las escuelas.

El equipo de orientación educativa del centro propone actividades de ocio en clase y en familia para proteger a los niños del aislamiento social:

1) "Entramados": es una propuesta que consiste en la tutoría entre iguales, en este caso los alumnos de quinto y sexto apoyan y hacen tutorías entre iguales a los alumnos de tercero y cuarto. Los alumnos mayores disponen de una hora cada 2 semanas para dedicarsela a los alumnos más pequeños en el centro. A veces leen un libro juntos, otras veces trabajan contenidos curriculares y alumnos de quinto explican algo a alumnos de tercerci.

Los niños también han establecido una vez a la semana en el recreo (todos los niños del centro tienen el recreo a las 11:30 am hasta las 12:00 a.m) en el que todos están fuera, en el patio, y los niños mayores y menores comenzaron a compartir el tiempo para jugar juntos y conocerse, por lo que comenzaron a crear una comunidad más conectada entre ellos (sentido de pertenencia).

A través de esta iniciativa, los niños/as crearon una red de nuevas amistades.

2) Cada mes del curso escolar se propone un eslogan o lema junto con un juego mensual. Bajo el tema del lema, la escuela propone a las familias actividades programadas para el tiempo libre. Los propios profesores, junto con los alumnos, proponen actividades para trabajar en el aula según el lema-juego mensual.

Ejemplos "Vamos a aburrirnos otra vez"

Actividades para Educación Primaria: círculos para hablar, el rincón del aburrimiento-reflexión: aburrimiento vs creatividad. Encuentros y diálogos intergeneracionales, cuentos y actividades, libros, vídeos, etc.

Actividades al aire libre: "Vamos a los parques". "Juegos tradicionales en el bosque", "Juegos cooperativos en el jardín"...

Imagen del mes. Cada mes apoyamos a las familias en el uso positivo de las apps.

Seminarios con las familias: Reuniones informativas y preventivas, sensibilización sobre el tema.

Actitudes que se trabajan

- Aumentar el entusiasmo en la escuela.
- Acercamiento abierto a la sociedad / familia
- Capacidad de mostrarse / autoestima.
- Deseo de pertenecer a un grupo.
- Deseo de pertenecer y formar parte de una comunidad

Grupo de edad

6-12 años

Objetivos de la actividad

- Prevenir los problemas de aislamiento social de los alumnos debido al mayor uso de pantallas y otros dispositivos tras la pandemia.
- Sensibilizar a las familias sobre la(s) persona(s) responsable(s) de las nuevas tecnologías de la información, la comunicación y el juego. Esto significa que uno o dos adultos de la familia (padres) son los propietarios de los dispositivos y deben conocer las aplicaciones y juegos descargados en los distintos dispositivos, así como el tiempo de uso de cada uno de ellos.
- Informar a la comunidad educativa sobre diferentes proyectos de prevención del aislamiento social en centros educativos.
- Promover el ocio familiar como factor protector del aislamiento social en nuestra comunidad educativa.

Duración

4 sesiones al mes con el alumnado

1 seminario con los padres cada dos meses

Escenario

Principalmente al aire libre

Materiales

Libros, pinturas, balones, etc.

País

España

social activa.

- Uso creativo de los recursos medioambientales.
- Mejorar las relaciones familiares.
- Fomentar la participación de las familias en la oferta de ocio del entorno.
- Intercambio de experiencias con otros centros educativos europeos
- Reducir el aislamiento social de los alumnos que pasan gran parte de su tiempo libre con pantallas
- Reduce the social isolation of those students who spent much of their free time with screens.

Estrategia de evaluación

Evaluación inicial: detección de necesidades entre familias y profesorado.

Evaluación continua: actividades de los alumnos/as, tutores/as, cuestionarios, entrevistas con las familias.

Evaluación final: número de alumnos/as que participan, satisfacción (familias, alumnos y profesores), objetivos de la práctica, número de actividades.

Se realizará una autoevaluación del proyecto siguiendo el modelo Stufflebeam: detección de necesidades, adaptación del diseño del plan a la realidad de la escuela, desarrollo del plan y sus logros.

Referencias

Patino, B. (2020). La civilización de la memoria de pez. Pequeño tratado sobre el mercado de la atención. Alianza Editorial.

Peirano, M. (2019). El enemigo conoce el sistema. Manipulación de ideas, personas e influencias después de la economía de la atención. Barcelona. Penguin Random House Grupo Editorial.

Puig Trilla, (1996). La pedagogía del ocio. Lartes Psicopedagogía.

Wolf, M.A. (2020). Lector, vuelve a casa. Cómo afecta a nuestro cerebro la lectura en pantallas. Barcelona. Editorial Planeta.

Zuboff, S. (2020). La era del capitalismo de vigilancia. La lucha por un futuro humano frente a las nuevas fronteras del poder. Barcelona. Editorial Planeta.

<http://www.ocioenfamilia.com/>

<https://familiasenruta.com/destinos/segovia-con-ninos/>

<https://www.zonaviajero.com/que-hacer-en-segovia-con-ninos/>

Programa de liderazgo para jóvenes

Descripción de la actividad

1) Un grupo de jóvenes es seleccionado como animador/a juvenil en función de los resultados educativos obtenidos.

2) A través de reuniones periódicas y del trabajo con el tutor/as, los líderes crean de forma independiente y luego ponen en marcha proyectos entre sus compañeros. Llevan a cabo unos 5 proyectos originales al año que tienen un impacto directo en la comunidad escolar.

Estas acciones consisten en:

- Organización de la celebración del día de la independencia mediante la organización de acciones relacionadas con la conmemoración de los lugares de enterramiento de los héroes nacionales;
- Organización de un círculo de debate consistente en reuniones periódicas con personas inspiradoras / famosas y/o líderes juveniles;
- Organización de diversas formas de integración entre iguales en forma de picnics y reuniones conjuntas, competiciones deportivas, etc.

3) Durante la fase de recopilación y feedback se generan conversaciones entre los distintos protagonistas para hablar sobre las dificultades emocionales que surgieron durante la ejecución del proyecto

Actitudes que se trabajan

- Sentido de pertenencia a un grupo y responsabilidad por él
- Colaborar y compartir objetivos comunes con los compañeros/as
- Crear vínculos interpersonales para participar en la vida social
- Aumentar la autoestima
- Armarse de valor para emprender una actividad social
- Mejorar las competencias sociales y la capacidad de comunicación
- Perseguir objetivos con constancia
- Mejorar las creencias personales
- Encontrar objetivos positivos en la vida
- Deseo de pertenecer y formar parte de una comunidad social activa.

Estrategia de evaluación

El profesor/educador puede evaluar:

la participación de los niños/as, considerando el nivel de implicación en la tarea, en la actividad principal y en la creación del producto final

la comprensión por parte de los niños/as de los objetivos de la actividad, proponiendo algunas sencillas preguntas abiertas de reflexión escritas, similares a las de la fase de recapitulación

Grupo de edad

11-14 años

Objetivos de la actividad

- Fomentar la responsabilidad social mediante la creación de líderes medioambientales juveniles;
- Fomentar el proceso de realización de interacciones sociales
- Aprendizaje de métodos centrados en la creación de un espacio de comunicación juvenil
- Aprender a participar en pequeños grupos sociales
- Crear formas y maneras de pasar el tiempo en el mundo real
- Trabajar juntos

Temporalización

5 horas (1 para la organización, 3 para la actividad en sí y 1 para resumen, feedback)

Escenario

Principalmente al aire libre

Materiales

En función del tema, se utilizaron las herramientas necesarias para implementar las clases que contenían elementos más técnicos

País

Polonia

Campamento infantil de fin de semana

Descripción de la actividad

Gran parte de los niños disponen de tiempo libre los fines de semana. Los padres están preocupados, pero a menudo carecen de tiempo para pasar un fin de semana significativo con los niños/as y los dejan solos con sus teléfonos u ordenadores. El campamento infantil de fin de semana aborda este problema. Las actividades ayudarán a los niños/as a pasar un tiempo significativo con sus compañeros/as los fines de semana: se organizan diversas actividades deportivas, otras de tipo cognitivo, educativas y culturales; viajes, excursiones, talleres de manualidades y una jornada de ecología.

El campamento está dirigido por educadores voluntarios y jóvenes (de 14 a 29 años), que organizan actividades atractivas para los niños/as, teniendo en cuenta la edad, las capacidades y las necesidades de los niños/as.

Ejemplos de actividades:

1. Apertura del campamento: "Yo y el equipo". Los niños/as se dividen en grupos. En los grupos tienen lugar actividades de autoconocimiento, debate y formación de equipos. Se define el papel del miembro en el equipo, la toma de decisiones y la comunicación en el equipo, el liderazgo, la cooperación en equipo. Presentación del programa y del juego "Dossier" - autopresentación y conocimiento de los amigos. Ceremonia de apertura del campamento.
2. Día de la Ecología: Se organizan clases de ecología centradas en medidas para afrontar el cambio climático.
3. Día del Deporte
4. Día de viaje
5. Día culinario
6. Día del cuento y del teatro
7. Día de la Ciudadanía "Ser ciudadano - Defender tu Estado"
8. Día de la exploración: Se organizan actividades y experimentos de ciencias naturales y STEAM.
9. Día del Arte

Actitudes que se trabajan

- Aumentar el entusiasmo a la hora de salir,
- Mejorar la autoestima
- Sentirse parte de un grupo, aprender a trabajar en equipo
- Encontrar objetivos positivos en la vida
- Hacer algo activo al aire libre junto con otras personas
- Descubrir una nueva afición, interés o pasión que pueda darles una razón para salir
- Estimular la curiosidad y la participación
- Dar sentido al tiempo libre; desarrollo de intereses
- Mejorar las habilidades sociales y la capacidad de comunicación
- Perseguir objetivos con constancia

Grupo de edad

6-14 años

Objetivos de la actividad

- Crear las condiciones para que los niños/as pasen activamente su tiempo libre los fines de semana y amplíen sus horizontes culturales y cognitivos.
- Realizar actividades educativas, viajes, excursiones para niños/as;
- Implicar a voluntarios/as y jóvenes en la organización del ocio infantil;
- Implicar a las personas en situación de exclusión social en la ejecución de las actividades del proyecto;
- Utilizar medidas de lucha contra el cambio climático.

Temporalización

Actividades educativas en sesiones de 3 horas (10 sesiones)

Escenario

En interiores y al aire libre

Materiales

Papelería, material deportivo, productos alimenticios, cerámica, equipos de investigación científica, material de video, etc.

País

Lituania

Estrategia de evaluación

La evaluación se centrará en cómo los estudiantes cambian de un enfoque tímido, temeroso y desconfiado de las actividades grupales a una cooperación audaz, aventurera y cooperativa