

2022-1-IT02-KA220-SCH-000089154



Bridge

E+ project

TOOLKIT

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.



Co-funded by
the European Union

CONTENT

AUTORREGULACIÓN

- Uso de geodatos en geografía
- Explorando Emociones a través de la escritura poética
- Exploradores Emocionales
- Respiración consciente
- Un personaje para contar una historia
- Mapa de Regulación Emocional
- Exploradores de ecosistemas
- 4 Casas

AUTORREGULACIÓN 1 - Uso de geodatos en geografía

Asturia vzw

Plantilla

n.º 54

Metodologías: Asturia – Uso de geodatos en geografía

El uso de geodatos es una competencia creciente en los niños de 14 años. Los puntos de atención especial en el aprendizaje de la geografía en las escuelas son el uso de coordenadas espaciales, la lectura de mapas, la capacidad de interpretar y utilizar geodatos y la capacidad de organizar una búsqueda del tesoro para los compañeros.

Metodología:	Trabajo en grupo	Estrategias para mejorar la capacidad de utilizar geodatos en geografía
Asignatura	Geografía	
Habilidades para la vida relacionadas	Autorregulación	
Título	Uso de geodatos en geografía	
Edad/Grado	Niños de 14 años de edad	
Tiempo	60 minutos	
Sugerencia para quien facilita	Niños de 14 años que necesitan conocimientos sobre el uso de geodatos en geografía.	
Descripción de la actividad	<p>Preparación</p> <p>Los profesores deben verificar con antelación la relevancia de las aplicaciones propuestas y elegir plataformas actuales y accesibles para los estudiantes. Si no es posible usar geolocalizaciones en los teléfonos, no se puede entrenar esta parte para que se agregue a la descripción. En caso de dificultades para ingresar o compartir coordenadas geográficas, se puede preparar un álbum de fotos de las ubicaciones físicas elegidas para el experimento para entregárselo directamente a los estudiantes. Alternativamente, se pueden asociar las coordenadas geográficas respectivas a cada foto (se puede usar Google Earth, Actionbound o Padlet) para superar el problema de compartir datos. En la gestión del tiempo, tenga en cuenta el tiempo necesario para preparar la actividad. Organice una breve sesión práctica antes de comenzar la actividad para garantizar que todos los estudiantes puedan usar la función de geoetiquetado y las aplicaciones necesarias.</p> <p>Implementación</p> <p>Paso 1: Los estudiantes (o un grupo de estudiantes) reciben fotos con geoetiquetas como punto de partida para una búsqueda. Las fotos contienen objetos reconocibles para los estudiantes (edificios, estatuas, fuentes, etc.). El reto consiste en encontrar el lugar exacto donde se tomaron las fotos mediante el software correspondiente (p. ej., Picasa, Google Earth, Street View). Los datos se guardan impresos o en el ordenador.</p> <p>Paso 2: Los estudiantes buscan la ubicación exacta y, si es posible, usan un mapa o un plano de calles. Cuando creen haber encontrado la ubicación exacta, toman una nueva foto con geoetiquetas con su teléfono móvil.</p> <p>Paso 3: De regreso a la escuela, se comparan las geoetiquetas de las nuevas fotos con las originales.</p> <p>Si las coordenadas de ambos son correctas se sigue una evaluación positiva.</p> <p>Puntos de atención</p> <ul style="list-style-type: none"> - Este ejercicio requiere teléfonos móviles con geolocalización. No todos los teléfonos móviles la tienen. Sin embargo, las cámaras digitales recientes también la tienen. - Para usar Picasa y Google Earth, es necesario descargar software gratuito. Los encontrará en las páginas de descarga a continuación: - Flickr: http://www.flickr.com <p>Google Maps y Street View: http://maps.google.be/intl/nl/help/maps/street Información adicional y recursos http://nl.wikipedia.org/wiki/Geoetiquetado</p>	

AUTORREGULACIÓN 2 - Explorando Emociones a través de la escritura poética

YAEDA

Plantilla

n.º 55

Metodologías: Escritura expresiva, práctica reflexiva, meditación guiada, aprendizaje colaborativo y análisis literario.
Objetivo: Desarrollar las habilidades de autorregulación de los estudiantes ayudándolos a tomar conciencia y gestionar sus emociones, pensamientos y comportamiento a través del proceso de lectura, escritura y reflexión sobre la poesía.

Metodología:	Escritura expresiva	
Asignatura	idioma en Inglés	
Habilidades para la vida relacionadas	Autorregulación	
Título	Explorando las emociones a través de la poesía	
Edad/Grado	13-14 años, 7º grado	
Tiempo	45 minutos	
Sugerencia para quien facilita	profesor de inglés	
Descripción de la actividad	<p>Configuración del aula: El aula está organizada de forma que fomenta un ambiente tranquilo y reflexivo, con asientos cómodos y música suave de fondo. Cada estudiante cuenta con un cuaderno y material de escritura.</p> <p>Actividades de clase:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introducción a la autorregulación y la poesía: Comience con una breve discusión sobre la autorregulación, explicando su importancia en el manejo de las emociones, los pensamientos y los comportamientos. Presente la poesía como un medio poderoso para expresar y comprender las emociones. - Lectura y análisis de poemas: Seleccione algunos poemas cortos que traten sobre diversas emociones (por ejemplo, alegría, tristeza, ira, paz). Lea los poemas en voz alta y pida a los estudiantes que presten atención a cómo los poetas expresan sus emociones a través de palabras e imágenes. Facilite una breve discusión sobre cómo los hizo sentir cada poema y cómo los poetas lograron transmitir sus emociones. - Meditación guiada y reflexión: Guíe a los estudiantes en una breve meditación guiada para ayudarlos a centrar sus pensamientos y tomar conciencia de sus emociones actuales. Pídale a los estudiantes que reflexionen sobre sus emociones durante la meditación y anoten algunas palabras o frases que describan cómo se sienten. - Ejercicio de escritura de poesía: Indique a los estudiantes que escriban sus propios poemas basados en las emociones que identificaron durante la meditación. Anímelos a utilizar lenguaje descriptivo e imágenes para expresar sus sentimientos. Recuerde a los estudiantes que el objetivo es expresar sus emociones de manera honesta y creativa, no en escribir un poema perfecto. - Compartir y retroalimentación: Permita que los estudiantes compartan voluntariamente sus poemas con la clase. Facilite una sesión de retroalimentación de apoyo, alentando comentarios positivos y reflexiones sobre cómo cada poema hizo sentir a los oyentes. Resalte la importancia de respetar las emociones y las expresiones creativas de los demás. - Reflexión y conclusión: Dirija una sesión de reflexión en la que los estudiantes discutan lo que aprendieron sobre sus propias emociones y cómo la escritura los ayudó a comprender y manejar estos sentimientos. Aliente a los estudiantes a seguir usando la escritura como una herramienta de autorregulación en su vida diaria. 	

AUTORREGULACIÓN 3 - Exploradores Emocionales

YAEDA

Plantilla

n.º 56

Metodologías: Aprendizaje experiencial, Aprendizaje basado en discusión, Aprendizaje experiencial, Juego de roles, Autorreflexión

Desarrollar la conciencia y la gestión de las emociones, los pensamientos y el comportamiento de los estudiantes mediante la exploración de acontecimientos históricos a través de la lente de la autorregulación.

Metodología:	aprendizaje experiencial
Asignatura	Historia
Habilidades para la vida relacionadas	Autorregulación
Título	Exploradores emocionales
Edad/Grado	13-16 años
Tiempo	120 minutos (contexto incluido)
Sugerencia para quien facilita	Profesor de historia, profesor de lengua, figura del educador
Descripción de la actividad	<p><u>Introducción a la autorregulación</u> Analice brevemente la importancia de la autorregulación y la inteligencia emocional para comprender hechos y acontecimientos históricos. Presente el concepto de autorreflexión y su papel en el desarrollo de la autoconciencia. Concéntrese en explicar y pedir a los estudiantes que reflexionen sobre el hecho de que, en algunas épocas históricas, se priorizó el movimiento sobre sus propias emociones y sentimientos.</p> <p><u>Estudio de caso histórico: El movimiento por los derechos civiles en Estados Unidos:</u> Presenta figuras y eventos clave del Movimiento por los Derechos Civiles, destacando ejemplos de autorregulación y gestión emocional. Entregue a cada estudiante participante una tarjeta con la descripción de su rol (nombre, género, edad, posición social, etc.). Involucre a los estudiantes en una breve discusión sobre los desafíos que enfrentaron los activistas y cómo regulaban sus emociones y pensamientos para lograr cambios.</p> <p><u>Juego de rol interactivo: La Revolución Francesa</u> Divida a los estudiantes en grupos pequeños y asígneles roles que representen diferentes perspectivas durante la Revolución Francesa. Guíe a los estudiantes a través de una actividad de juego de roles en la que navegarán por escenarios desafiantes y practicarán la autorregulación en la toma de decisiones. Entregue a cada estudiante participante una tarjeta con la descripción de su rol (nombre, género, edad, posición social, etc.). Facilite una breve discusión después de la actividad para reflexionar sobre el papel de la autorregulación en contextos históricos.</p> <p><u>Reflexión y establecimiento de metas:</u> Pida a los estudiantes que completen una hoja de trabajo de autorreflexión, invitándolos a identificar una figura o evento histórico que les haya resonado y a reflexionar sobre las emociones y pensamientos que evocó. Anime a los estudiantes a establecer un objetivo específico para practicar la autorregulación en su vida diaria, basándose en los conocimientos adquiridos a partir de los ejemplos históricos analizados. Conclusión: Concluya la clase resumiendo la importancia de la autorregulación para comprender los acontecimientos históricos y el crecimiento personal. Anime a los estudiantes a seguir explorando la historia con un enfoque consciente de sus emociones, pensamientos y comportamiento.</p>
Notas finales	Actualizar el tema, quizás dando ejemplos presentes y pasados, centrándose también en el contexto local y europeo.

AUTORREGULACIÓN 4 - Respiración consciente

DIDEAS

Plantilla

n.º 57

Objetivo: Esta actividad se centra en promover la autorregulación y el bienestar emocional a través de la práctica de la respiración consciente

Metodología:	Relajación guiada	Técnicas de visualización
Asignatura	Educación para la salud	
Habilidades para la vida relacionadas	Autorregulación	
Título	Respiración consciente	
Edad/Grado	Todas las edades	
Tiempo	40-45 minutos La actividad, sin ninguna preparación, dura 15 minutos.	
Sugerencia para quien facilita	<ul style="list-style-type: none"> ● Cree un ambiente tranquilo y acogedor para la actividad, libre de distracciones y ruidos. ● Guíe a los estudiantes a través del ejercicio de respiración consciente con un tono relajante y tranquilizador, ayudándolos a sentirse seguros y relajados. ● Anime a los estudiantes a abordar la práctica con una mente abierta y sin juicios, permitiéndoles experimentar los beneficios de la atención plena de primera mano. ● Tenga en cuenta las necesidades individuales y los niveles de comodidad de los estudiantes, ofreciendo modificaciones o alternativas según sea necesario para garantizar que todos puedan participar cómodamente. ● Después de la actividad, brinde oportunidades para que los estudiantes compartan sus experiencias y hagan preguntas, lo que permite un diálogo abierto y una reflexión sobre la práctica de la autorregulación. 	

Descripción de la actividad

Esta actividad se centra en promover la autorregulación y el bienestar emocional a través de la práctica de la respiración consciente.

Procedimiento:

1. Comience reuniendo a los estudiantes en un espacio tranquilo y cómodo dentro del aula.
2. Explique a los estudiantes que practicarán una técnica de relajación llamada respiración consciente, que puede ayudarlos a sentirse tranquilos y concentrados.
3. Haga que los estudiantes se sienten o se acuesten en una posición cómoda, con los ojos cerrados si se sienten cómodos haciéndolo.
4. Anime a los estudiantes a respirar lenta y profundamente por la nariz y exhalar por la boca, centrando su atención en la sensación de su respiración cuando entra y sale de su cuerpo.
5. Mientras los estudiantes continúan respirando conscientemente, guíelos para que dirijan su atención a diferentes partes de su cuerpo, comenzando por la cabeza y bajando hasta los dedos de los pies, alentándolos a relajar cada parte mientras exhalan.
6. Opcionalmente, puede reproducir música suave o sonidos de la naturaleza de fondo para mejorar la experiencia de relajación.
7. Intente disfrutar del "silencio"
8. Después de unos minutos de respiración consciente, regrese suavemente a los estudiantes al momento presente pidiéndoles que muevan los dedos de las manos y de los pies y abran lentamente los ojos.
9. Permita que los estudiantes reflexionen un momento sobre cómo se sienten después de practicar la respiración consciente y animelos a utilizar esta técnica siempre que necesiten calmar sus mentes o regular sus emociones.

AUTORREGULACIÓN 5 - Un personaje para contar una historia

LA STRADA - DER WEG

Plantilla

n.º 58

Metodología:	Escucha activa Escucharse a uno mismo	
Asignatura	Historia y ciencias sociales	
Habilidades para la vida relacionadas	Autorregulación	
Título	Un personaje para contar una historia	
Edad/Grado	Escuela secundaria	
Tiempo	90 minutos	
Sugerencia para quien facilita	<ul style="list-style-type: none"> - Describir y situar el contexto histórico (Romana, Grecia, Edad Media feudal, etc.) - Elige y prepara tantos personajes como alumnos tengas. - Detrás de la imagen escribe una descripción del personaje con debilidades y fortalezas. - Coloque las imágenes en un escritorio. - Los alumnos van y eligen una imagen. 	
Descripción de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> - Los alumnos tienen que elegir una imagen. - Regresan a sus asientos - Le dan la vuelta a la imagen y leen la descripción del personaje. - Los alumnos pueden elegir si conservar el personaje o asignárselo a otro compañero en función de las similitudes de características, justificando su elección. - En el caso de que a un alumno sus compañeros le asignen más de un personaje, el alumno deberá elegir qué personaje conservar, nuevamente en función de las afinidades de características (dando razones para la elección). - En el caso de que un alumno se quede sin un personaje asignado, tendrá que hacer una elección entre los personajes restantes (de nuevo, en base a afinidades de características). - Discusión en grupo sobre la "corrección" de las elecciones y tareas - Posible revisión, reflexión y cambio de tareas. - Cada alumno debe establecer objetivos de mejora en relación con las características que han surgido. - Realizar una actividad similar nuevamente después de 3 meses. 	

AUTORREGULACIÓN 6 - Mapa de Regulación Emocional

LA STRADA - DER WEG

Plantilla

n.º 59

Metodologías:

Esta actividad anima a los estudiantes a explorar y compartir estrategias efectivas para la autorregulación de las emociones, promoviendo el bienestar mental y la autoconciencia.

Metodología:	Grupo de trabajo	
Asignatura	Idioma	
Habilidades para la vida relacionadas	Autorregulación	
Título	Mapa de regulación emocional	
Edad/Grado	Últimas clases de la escuela primaria	
Tiempo	60 minutos Puedes adaptar el tiempo de la actividad en función del número de alumnos y de sus conocimientos sobre autorregulación y emociones.	
Sugerencia para quien facilita	<ul style="list-style-type: none"> ● Explique a los estudiantes que la autorregulación de las emociones es importante para controlar el estrés, mejorar la concentración y promover el bienestar mental. ● Presente la actividad diciéndoles que crearán un “Mapa de Regulación de Emociones” para explorar juntos diferentes estrategias y así poder usarlo para gestionar sus emociones. ● Pida a los estudiantes que reflexionen sobre las estrategias que usan para manejar sus emociones cuando se sienten enojados, tristes, estresados o ansiosos. Cada estudiante puede anotar sus estrategias en notas adhesivas o en tiras de papel. 	
Descripción de la actividad	<ul style="list-style-type: none"> ● Divida la clase en grupos de 4 a 5 alumnos. ● Asigne a cada grupo una emoción específica (por ejemplo, ira, tristeza, estrés, ansiedad). ● Cada grupo usará notas adhesivas o tiras de papel con las estrategias para crear un mapa visual de las estrategias de autorregulación para esa emoción. Pueden dibujar, escribir o usar símbolos para representar las estrategias. Se recomienda usar este mapa: https://sketchplanations.com/mapping-emotions ● Cada grupo presentará su mapa a la clase, explicando las estrategias seleccionadas y cómo pueden ayudar a regular la emoción asignada. Los demás estudiantes podrán hacer preguntas o compartir sus propias ideas sobre las estrategias de autorregulación. ● Después de que todos los grupos hayan presentado sus mapas, inicie un debate en clase sobre las estrategias de autorregulación y la importancia de elegir las que mejor funcionen para todos. Pida a los estudiantes que reflexionen sobre cómo pueden aplicar estas estrategias en su vida diaria. ● Finalmente, resuma los conceptos principales abordados durante la actividad. Enfatice la importancia de la autorregulación emocional para el bienestar mental e invite a los estudiantes a seguir explorando y practicando estrategias de autorregulación. ● Consejo: Muestre a sus alumnos “Intensamente”, 2015 y “Intensamente 2”, 2024. Esto les inspirará. 	

AUTORREGULACIÓN 7 -Exploradores de ecosistemas

IRECOOP AAS

Plantilla

n.º 60

Profundizar la comprensión geográfica centrándose en los ecosistemas y la biodiversidad.

Desarrollar la competencia de autorregulación mediante la planificación y ejecución de acciones conscientes en respuesta a la información adquirida.

Identificar herramientas para promover que los estudiantes identifiquen sus propias necesidades de aprendizaje

Promover la conexión entre la geografía y la conciencia ambiental

Metodología:	Autorregulación. Herramientas para promover la identificación por parte de los estudiantes de sus propias necesidades de formación, trabajo en equipo, colaboración y aprendizaje entre pares.	
Asignatura	Geografía y Biología y Ciudadanía Activa	
Habilidades para la vida relacionadas	AUTORREGULACIÓN	
Título	Exploradores del ecosistema	
Edad/Grado	Todas las edades	
Tiempo	3 a 4 horas - 2 a 3 reuniones	
Sugerencia para quien facilita	Materiales necesarios: <ul style="list-style-type: none"> ● Mapas geográficos ● Recursos en línea sobre biodiversidad ● Papel y bolígrafos ● Materiales para la creación de carteles 	
Descripción de la actividad	<p>Lección 1: Introducción al viaje virtual</p> <p>Lección 1: "Explorando los ecosistemas"</p> <p>Actividad de apertura (15 min):</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Breve introducción a los ecosistemas y la importancia de la biodiversidad. <ul style="list-style-type: none"> ○ Ejemplo: Muestre un video corto que muestre la belleza y diversidad de los ecosistemas de todo el mundo, enfatizando la importancia de preservarlos. ● Divida la clase en grupos de aprendizaje y pídale que reflexionen sobre el concepto de biodiversidad y la importancia de los ecosistemas para la vida en la Tierra. Cada grupo analizará cómo los ecosistemas impactan el bienestar del medio ambiente y de los seres vivos. <p>Aprendizaje entre pares: Eligiendo un ecosistema (20 min):</p>	

- En cada grupo, los estudiantes debaten y eligen un ecosistema específico para explorar (por ejemplo, selva tropical, desierto, sabana, etc.). Cada grupo selecciona un país o región del mundo donde se encuentra el ecosistema elegido.
 - **Ejemplo:** Los estudiantes podrían elegir ecosistemas fascinantes como la selva amazónica o la Gran Barrera de Coral en Australia.

Aprendizaje cooperativo: planificación de la investigación (25 min):

- Los estudiantes trabajan en grupo para planificar su investigación sobre las características geográficas y ambientales del ecosistema elegido. Con papel y bolígrafo, elaboran una lista detallada de información, como la ubicación geográfica, el clima, las especies animales y vegetales presentes y las amenazas ambientales.

Lección 2: "Investigación y creación de carteles"

Actividad de calentamiento (10 min):

- En parejas o grupos pequeños, los estudiantes discuten los aspectos geográficos y ambientales específicos que desean profundizar en el tema durante su investigación sobre el ecosistema elegido. También reflexionan sobre sus necesidades de aprendizaje e identifican los temas en los que desean centrarse.
 - **Ejemplo:** Realice una breve prueba interactiva donde los estudiantes respondan preguntas sobre la geografía general de los ecosistemas.
 - Anime a los estudiantes a partir de experiencias personales (viajes, lecturas, etc.), considerar sus intereses relacionados con el medio ambiente y la naturaleza, hacer preguntas sobre lo que más les fascina del ecosistema e identificar temas que quieran explorar más en función de sus necesidades e intereses.

Aprendizaje entre pares: Investigación individual o grupal (30 min):

- Los estudiantes utilizan recursos en línea y materiales educativos proporcionados para recopilar información detallada sobre las características geográficas y ambientales de su ecosistema. Pueden usar mapas geográficos y recursos en línea sobre biodiversidad para profundizar su comprensión.
 - En sus presentaciones, los estudiantes deben anotar cómo seleccionaron y evaluaron las fuentes de información disponibles, identificaron áreas de interés individualmente y como grupo, evaluaron la comprensión personal, notaron lagunas o preguntas sin respuesta y adaptaron las estrategias de investigación de acuerdo con sus estilos de aprendizaje y preferencias (usando mapas geográficos interactivos, videos explicativos, textos, etc.).

Aprendizaje cooperativo: creación de carteles (30 a 45 min):

- Cada grupo crea un póster que representa visualmente la información recopilada sobre la geografía y la biodiversidad de su ecosistema. Utilizando materiales artísticos y colores, los estudiantes crean un póster atractivo e informativo, incluyendo imágenes, gráficos y texto explicativo.

Lección 3: "Compartiendo tesoros naturales"

Actividad de apertura (15 min):

- En grupos de aprendizaje entre pares, los estudiantes comparten sus experiencias de investigación y debaten sobre la importancia de la biodiversidad y la conservación de los ecosistemas. Pueden compartir las estrategias utilizadas en los grupos, las soluciones individuales adoptadas y las prioridades educativas.

Aprendizaje entre pares: Presentación de póster (45 min):

- Cada grupo presenta su póster a la clase, compartiendo la información recopilada sobre la geografía y la biodiversidad de su ecosistema. Durante las presentaciones, los estudiantes pueden identificar los principales desafíos ambientales y sus posibles soluciones.
- Presentar carteles no solo permite a los estudiantes compartir la información recopilada, sino que también les da la oportunidad de reflexionar sobre sus necesidades de aprendizaje e identificar áreas para mejorar la comprensión y la participación:
 - **Autoevaluación de la comprensión:** Al presentar el póster, los estudiantes pueden evaluar su comprensión de la información recopilada sobre el ecosistema. Pueden preguntarse si pueden explicar claramente las características geográficas y la biodiversidad del ecosistema a la clase o si hay áreas donde podrían mejorar su presentación.
 - **Respuestas a preguntas:** Durante la sesión de preguntas y respuestas posterior a la presentación, los estudiantes pueden responder a las preguntas de sus compañeros. Estas preguntas pueden resaltar temas o detalles que no se hayan comprendido completamente durante la investigación. Pueden usar estas preguntas para identificar lagunas en su comprensión y reflexionar sobre cómo profundizar en esos temas.
 - **Retroalimentación de los compañeros:** Después de cada presentación, los estudiantes pueden recibir retroalimentación de sus compañeros. Esta retroalimentación puede incluir felicitaciones por aspectos bien desarrollados de la presentación y sugerencias de mejora o información adicional. Los estudiantes pueden reflexionar sobre esta retroalimentación para identificar áreas de mejora en sus habilidades de comunicación y comprensión del ecosistema.
 - **Reflexión sobre los desafíos ambientales y las soluciones propuestas:** Durante la presentación de los desafíos ambientales y las soluciones propuestas para la preservación de los ecosistemas, los estudiantes pueden reflexionar sobre cómo esta información afecta su percepción de la importancia de la conservación ambiental. Pueden considerar cómo las acciones individuales y colectivas pueden contribuir a la protección ambiental e identificar acciones específicas para abordar estos desafíos.

Aprendizaje cooperativo: planificación de acciones conscientes (30 min):

- Los estudiantes trabajan juntos para planificar acciones conscientes que puedan llevar a cabo para contribuir a la preservación de los ecosistemas explorados. Pueden crear una lista de acciones prácticas,

como participar en proyectos de voluntariado ambiental o promover la concienciación sobre la biodiversidad en su comunidad.

Evaluación:

- La evaluación se basará en la participación activa, la integridad de la información recopilada, la calidad del cartel y la coherencia de las acciones conscientes planificadas.

Notas finales:

- Esta actividad conecta la geografía con la conciencia ambiental, animando a los estudiantes a explorar los ecosistemas del mundo y a reflexionar sobre acciones conscientes para preservar la biodiversidad. Los ejemplos de actividades están diseñados para ser atractivos e informativos, promoviendo la autorregulación y la responsabilidad con el medio ambiente.

ADJUNTO

Posible cuestionario para que los estudiantes reflexionen sobre sus necesidades de aprendizaje durante y después de las actividades:

Autoevaluación de la comprensión:

- ¿He comprendido completamente la información sobre el ecosistema que presentamos?
- ¿Pude explicar claramente las características geográficas y la biodiversidad del ecosistema durante la presentación?
- ¿Hubo momentos durante la presentación en los que me sentí inseguro o no preparado?

Respuestas a preguntas:

- ¿Respondí con confianza y detalle a las preguntas de mis compañeros de clase?
- ¿Hubo preguntas que no pude responder completamente?
- ¿Qué preguntas me hicieron reflexionar o resaltaron aspectos que podría explorar más a fondo?

Retroalimentación de pares:

- ¿Cuáles fueron los puntos fuertes de nuestra presentación según el feedback de nuestros compañeros?
- ¿Hubo sugerencias o consejos sobre cómo mejorar nuestra presentación?
- ¿Qué puedo aprender de los comentarios de mis compañeros para mejorar futuras presentaciones?

Reflexión sobre los desafíos ambientales y soluciones propuestas:

- ¿Cuáles son los principales desafíos ambientales que identificamos durante la presentación?
- ¿Cómo afectan estos desafíos mi percepción de la importancia de la conservación del medio ambiente?
- ¿Qué acciones puedo realizar personalmente o con mi grupo para contribuir a la preservación del ecosistema presentado?

Al utilizar este cuestionario, los estudiantes pueden reflexionar deliberadamente sobre sus necesidades de aprendizaje e identificar áreas en las que centrarse para mejorar la comprensión y la participación en actividades futuras.

AUTORREGULACIÓN 8 - 4 Casas

IRECOOP AAS

Plantilla

n.º 61

Metodología:	Guía para el desarrollo de grupos focales sobre temas de actualidad
Asignatura	Historia y geografía. Ciencias sociales y psicológicas.
Habilidades para la vida relacionadas	<u>Autorregulación</u>
Título	4 Casas
Edad/Grado	13/14 Escuela secundaria, primer grado de preparatoria
Tiempo	90 minutos
Sugerencia para quien facilita	<p>¡Cuidado!, da las reglas a los participantes y asegúrate de que entiendan cómo actuar. Tome nota de las palabras y acciones utilizadas por los participantes, divídalas en categorías como:</p> <p>Palabras/acciones que valorizan a otros miembros del grupo</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Palabras/acciones que iluminan la tarea ● Palabras/acciones agresivas ● Palabras/acción de retirada/no colaboración <p>Más importante es el feedback final: hacer un círculo y empezar a hacer a los participantes esta pregunta sugerida sobre la importancia de la colaboración y el impacto de algunas elecciones y acciones libres de quien tiene más libertad que otros.</p> <p>Comience por observar el producto final de cada grupo, desde el primer cuadrado hasta el cuarto. Recuerde explicar cómo se hizo (las reglas adoptadas en la descripción de la actividad), si la casa está despejada o desordenada, cuánto espacio tiene cada casa y, si es necesario, una breve descripción de cuántos artículos hay disponibles. Luego, pregunte a los participantes con más libertad y, después, a los demás participantes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● ¿Qué tal el ejercicio? ¿Te gusta? ● ¿Cómo fueron tus sentimientos durante las diferentes etapas de la actividad? ● ¿Crees que podrías realizar la actividad de forma diferente en las diferentes etapas del juego? ● ¿Crees que hay algo que puedas hacer mejor? ● ¿Hubo algo que te haya molestado? ● ¿Por qué crees que hemos realizado esta actividad? <p>Luego de que cada participante haya dado su respuesta, el docente y el educador pueden preguntar si los participantes con más libertad desean agregar algo, para luego discutir con la clase si la actividad se puede relacionar con otras situaciones históricas o en el aula misma.</p> <p>No juzgues, simplemente observa el hecho; no uses palabras como "correcto" o "incorrecto", "malo", etc. Enfócate en los resultados de los participantes; díles que no lo tomen como algo personal, sino que simplemente lo consideren como</p>

una oportunidad para comprender cómo mejorar sus habilidades para la vida o el aprendizaje de la materia.

En consecuencia, modifique el seguimiento con las habilidades de vida en las que desea centrarse o las necesidades que cree que son más importantes para los participantes.

Instrucciones para el facilitador

- **Explique claramente las reglas** de la actividad a todos los participantes. Asegúrese de que todos comprendan lo que deben hacer.
- **Observa y anota** las palabras y acciones que usan los participantes. Puedes clasificarlas como:
 - Palabras/acciones que **apoyan** a otros miembros del grupo
 - Palabras/acciones que **ayudan** a completar la tarea
 - Palabras/acciones **agresivas**
 - Palabras/acciones que muestran **retramiento** o falta de cooperación

Sesión informativa

Después de la actividad, reúna a todos los participantes en un círculo para una discusión.

- **Revisar** el producto final de cada grupo, desde el primer hasta el cuarto cuadro.
 - Discuta cómo se realizó la actividad, las reglas seguidas y si los dibujos de la casa son claros o desordenados.
 - Hable sobre el espacio que ocupa cada casa y las características o comodidades incluidas.
- **Pregunte** a los participantes, empezando por aquellos que tuvieron más libertad durante la actividad, las siguientes preguntas:
 - ¿Cómo te sentiste durante la actividad? ¿La disfrutaste?
 - ¿Qué emociones experimentaste en las diferentes etapas?
 - ¿Harías algo diferente si volvieras a realizar la actividad?
 - ¿Hay algo que crees que podrías mejorar?
 - ¿Hubo algo que te molestó o molestó?
 - ¿Por qué crees que hicimos esta actividad?
- **Anime** a todos los participantes a compartir sus ideas.
- **Discuta** en grupo si esta actividad se relaciona con situaciones de la vida real, eventos históricos o experiencias en el aula.

Consejos de facilitación

- **Mantenerse neutral** : evitar juzgar las respuestas de los participantes.

	<ul style="list-style-type: none"> ● Concéntrate en los hechos : no etiquete las acciones como "correctas" o "incorrectas". ● Fomentar la reflexión : ayudar a los participantes a pensar en lo que aprendieron y cómo pueden aplicarlo. ● Adapte las actividades de seguimiento para centrarse en habilidades de vida específicas o necesidades de aprendizaje relevantes para su grupo.
<p>Descripción de la actividad</p>	<p>Material necesario: colores para cada participante (un color diferente por participante del mismo grupo) y una cartulina lo suficientemente grande como para tener 4 cuadrados donde los 4 participantes puedan dibujar juntos 4 casas.</p> <p>Formar grupos de máximo 4 participantes.</p> <p>La actividad es ideal para promover la autorregulación y cuando se quiere desarrollar el pensamiento crítico sobre situaciones históricas y actuales relacionadas con los conflictos y/o la sostenibilidad.</p> <p>Los siguientes pasos se realizarán para cada grupo.</p> <p>El objetivo de cada participante es dibujar una casa en cuatro casillas diferentes del tablero. Hay cuatro partidas, cada una en una sola casilla. Todas las rondas tienen reglas diferentes, excepto el orden de juego. Al principio, elige el orden de juego. El orden de los jugadores es el mismo en el primer y segundo partido.</p> <p>Partida número 1: Dibuja una casa del tamaño que quieras en la primera casilla. En el espacio donde hay una casa, el jugador del turno no puede cruzar los dibujos de las demás casas. El primer jugador tiene 30 segundos, el segundo 15, el tercero y el cuarto solo 5 segundos.</p> <p>Partida número 2: Divide el segundo cuadrado en 4 partes. Cada jugador puede dibujar su propia casa, pero con diferente tiempo (de nuevo). El primer jugador tiene 30 segundos, el segundo 15, el tercero y el cuarto solo 5 segundos.</p> <p>Partida número 3: Todos al mismo tiempo dibujan una casa, intentando agrandarla en la tercera casilla. Tiempo límite: 2 minutos.</p> <p>- Partida número 4: Dibuja una casa en colaboración con otros. Cada uno debe tener un rol y un objetivo específico para la casa. Decide previamente qué quiere el grupo tener en esta casa.</p> <p>- Tiempo para decidir y dibujar la casa 10 minutos (pero puedes darles 5 minutos más si quieren)</p> <p>Al final haz un feedback final de la actividad (ver sugerencia arriba) donde puedas empezar a hablar sobre los temas específicos que quieres abordar o discutir con los participantes.</p> <p>Cada cuadrado es una etapa diferente de autorregulación.</p> <p>Materiales necesarios</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Un color (por ejemplo, marcador, crayón) para cada participante; cada persona del mismo grupo debe tener un color diferente. ● Una hoja grande de papel (cartulina) por grupo, lo suficientemente grande como para dividirla en 4 cuadrados iguales .

Formación de grupos

- Formar grupos de **hasta 4 participantes** .

Objetivo de la actividad

Cada participante dibujará una casa en uno de los cuatro cuadrados de la pizarra. La actividad consta de **cuatro rondas** , cada una con reglas diferentes.

Rondas de actividades

Ronda 1: Sorteo individual con límite de tiempo

- En el **primer cuadrado** los participantes se turnan para dibujar una casa.
- El **orden de juego** se decide al principio y permanece igual para las rondas 1 y 2.
- **Límites de tiempo** :
 - 1er jugador: 30 segundos
 - 2º jugador: 15 segundos
 - 3er y 4to jugador: 5 segundos cada uno
- Los jugadores **no deben robar cartas sobre** las casas ya sacadas por otros.

Ronda 2: Dibujo de cuadrados divididos

- Divide el **segundo cuadrado** en 4 partes iguales.
- Cada participante dibuja su propia casa en la parte que le corresponde.
- Los **límites de tiempo** son los mismos que en la Ronda 1.

Ronda 3: Sorteo simultáneo

- En el **tercer cuadro** todos los participantes dibujan **al mismo tiempo** .
- Objetivo: Cada persona dibuja una casa, intentando hacerla lo más grande posible.
- **Límite de tiempo** : 2 minutos.

Ronda 4: Dibujo colaborativo

- En el **cuarto cuadrado** , el grupo trabaja en conjunto para dibujar **una casa** .
- Antes de empezar, decidan en grupo qué características debe tener la casa.
- Asignar un rol específico o parte de la casa a cada participante.

- **Límite de tiempo** : 10 minutos (se puede ampliar a 5 minutos si es necesario).

Discusión posterior a la actividad

Tras completar las cuatro rondas, reúna a los participantes para debatir la actividad. Céntrese en temas como la colaboración, la toma de decisiones y cómo las diferentes reglas afectaron los resultados. Anime a todos a compartir sus opiniones y sentimientos sobre cada ronda.

Enfoque de aprendizaje

Cada cuadrado representa una etapa diferente de **autorregulación**. Esta actividad ayuda a los participantes a comprender cómo las reglas, las limitaciones de tiempo y la colaboración afectan su trabajo y sus interacciones con los demás.



Bridge

E+ project

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.



Co-funded by
the European Union