

2020

ESI EN CASA

Cuadernillo de actividades para el aislamiento obligatorio

Desde Jakairá queremos (en este momento donde todo lo conocido parece tambalear) ayudar y acompañar a las y los profesores que, con mucho esfuerzo, siguen apostando a abrir todos los días la puerta de la escuela.

La propuesta es compartir y facilitar material para trabajar, con los y las estudiantes de manera virtual mientras dure el aislamiento social obligatorio, distintas temáticas comprendidas en la Ley de E.S.I. (26.150): afectividad y emociones, equidad de género, vínculos saludables y diversidad, entre otras temáticas. Y acompañarlas/os también (si ustedes lo consideran) en el ida y vuelta con los/as chicos/as. Creemos que es muy importante en este momento, seguir reflexionando y generando espacios de confianza y de intercambio. Deseamos que no se sientan solas/os en este desafío y acompañarlas/os en la tarea enorme de mantener abierta la escuela.



JAKAIRÁ

EJE: AFECTIVIDAD, EMOCIONES Y VÍNCULOS

En este contexto tan nuevo y particular en el que nos encontramos todas/os, tanto alumnas/os como docentes, nos parece muy importante abordar los siguientes temas de la E.S.I.: las emociones y los afectos. Conectarse con cómo nos sentimos y cómo se sienten nuestras/os estudiantes es un primer paso para reflexionar acerca del momento grupal y personal de cada una/o.

Esta es una invitación a encontrarse con "lo propio" e iniciar un proceso de intercambio que pueda poner en primer plano cómo y cuánto el aislamiento social condiciona el modo en el que nos sentimos, nos relacionamos y también, aprendemos.

Las actividades sugeridas pueden variar, adaptarse y/o ajustarse. Pueden enmarcarse en un espacio de E.S.I. específico, o bien, como una actividad dentro del espacio curricular que tienen a cargo.

DINÁMICAS DE INICIO DEL ENCUENTRO: ¿CÓMO ESTÁS?

Si bien ya se conocen con la mayoría de chicas y chicos, introducirse al espacio E.S.I. con alguna dinámica de inicio en donde ellas/os cuenten algo personal, favorece la participación y el clima de trabajo. El objetivo es percibirse, sentirse, identificar auto-conceptos y modificar percepciones a partir de lo grupal. Esto puede usarse en este espacio E.S.I., pero también por fuera, en cada contacto con ellas/os.

ALGUNAS OPCIONES PARA IMPLEMENTAR PUEDEN SER, INVITAR A LOS Y LAS ADOLESCENTES A:

- Contar con cuatro emojis (en un mismo mensaje), cuatro cosas que les gusta hacer (por ejemplo: comer helado, jugar en el celu, mirar la tele y dormir).
- Elegir tres emojis: uno que represente cómo se sentía en un pasado cercano, otro que represente su presente y otro que represente cómo le gustaría estar en el futuro.
- Elegir, de entre las fotos que tiene, una que muestre algo de su cuarentena que quiera compartir y a enviarla al grupo. Puede ser algo que estuvo haciendo, algo que aprendió, una serie que recomienda, lo que ve desde una ventana o lo que se le ocurra.
- Contar en un mensaje breve cómo se levantó hoy y qué hizo hasta el momento en el que se desarrolla la actividad. También se puede convocarlos/as a contar con 3 palabras cómo se sienten ese día en el que se realiza la actividad.

Es necesario que quien coordina también participe de la propuesta de inicio y comparta su estado de ánimo, cómo es su día o sus sentimientos, como un modo de acercarse e invitarles a participar.



01

ACTIVIDADES
DE DESARROLLO

PINTAR SILUETA

Objetivo: registrar y conectar con las emociones propias.

Dibujá en una hoja de papel una silueta humana. Elegí cuatro emociones de la lista siguiente que sean las que más frecuentemente sentís.

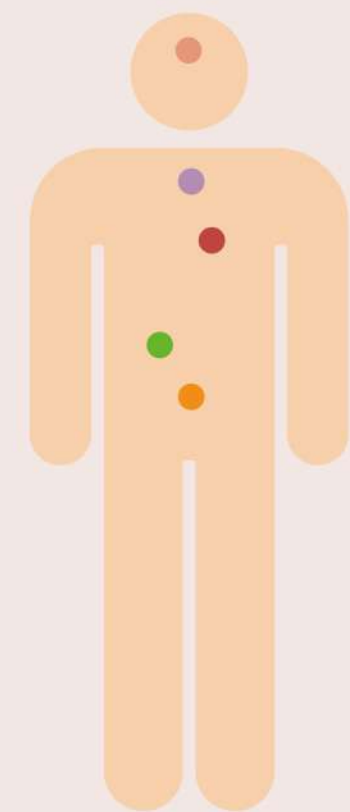
A cada emoción de la lista asignale un color distinto según te parezca.

Luego, ubicá dónde sentís cada emoción

en el cuerpo y colorea la en la silueta

(puede ser más de un lugar y pueden ser distintas las intensidades del color también).

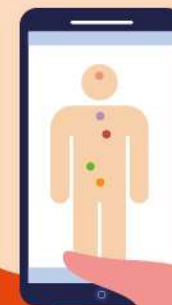
Por último, si quieren, pueden agregar alguna emoción que no esté en la lista.



LISTA DE EMOCIONES EJEMPLO:

- Tristeza
- Amor
- Enojo
- Alegría
- Entusiasmo
- Bronca
- Angustia
- Ternura
- Empatía
- Envidia
- Odio
- Felicidad
- Miedo
- Vértigo
- Paz
- Susto
- Confusión
- Vitalidad

Cuando termines, sacale una foto a tu silueta con colores y enviala al docente por privado.



ACTIVIDADES DE DESARROLLO



02

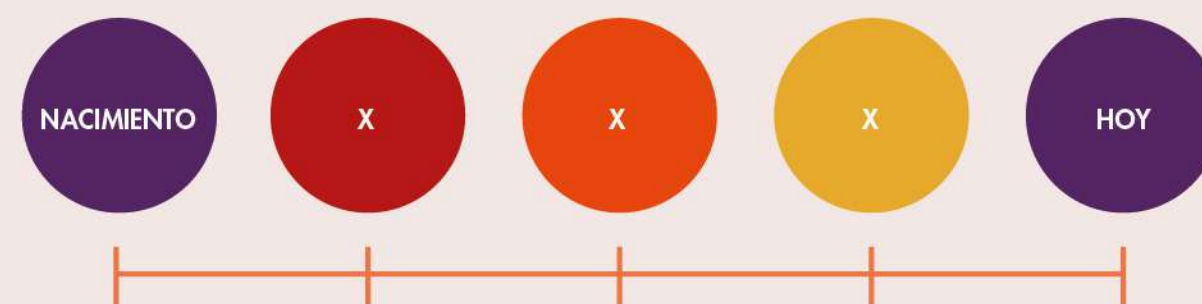
ACTIVIDADES
DE DESARROLLO

LÍNEA DE TIEMPO

Objetivo: historizar los momentos importantes en la vida de cada uno/a.

En una hoja en blanco trazá una línea horizontal que represente tu vida. Identificá desde tu nacimiento hasta la actualidad, al menos cuatro momentos que hayan sido importantes en tu vida. Por ejemplo: cuando hiciste algo por primera vez, un gran cambio en tu vida o en la de las personas que querés, una sorpresa, una situación en la cual aprendiste algo, etcétera. Si necesitás, podés consultar con las personas de tu familia por algunas fechas. Marcá el evento en tu línea, en la fecha que sea y escribí qué sucedió. Pueden agregarle un dibujo, hacer un collage, usar colores o lo que se te ocurra.

AQUÍ VA UN EJEMPLO:



*Una vez finalizada la producción,
fotografiala y envíala por privado al o la profesor/a.*





03

ACTIVIDADES DE DESARROLLO

¿QUIÉN SOY?

Objetivo: incentivar el autoconocimiento y autoestima.

Del siguiente cuadro marcá las casillas que sientas que te representan en tu vida actual:

Crecí de golpe	A veces veo el futuro negro	Soy optimista
Hay muchos cambios en mi cuerpo	Callad@	Conversador/a
Ruidos@	Mi estado de ánimo es cambiante: buen humor, mal humor, irritación, enojos y risas	Dormilón/a
Trasnochador/a	Solo quiero estar con amig@s	Me gusta la aventura
Me dan miedo los cambios	Soy atrevid@	Soy tímido@
Siento vergüenza de mi cuerpo	Me asusta conocer gente nueva	Quiero conocer gente nueva
Soy enamoradiz@	Uso mucho el celular	Uso mucho la Tablet/computadora
Cambié varias veces la forma de vestirme	Cambié varias veces mi forma de peinarme o el pelo	A veces estoy muy triste
Me angustio muchas veces	Tengo mucho tiempo dedicado a la diversión	Me gusta ir al colegio
Me interesan cosas distintas que a mis familiares	No tengo amig@s	Me siento discriminad@
No me siento como l@s demás	Mi identidad es diferente a la de otras personas	Admiro a un/a artista
Admiro a un/a deportista	Si pudiera elegir sería diferente	No siempre sé qué cosas me gustan o cómo soy

Cuando termines, envíalo por privado al o la docente.



CONCLUSIONES Y EVALUACIONES DOCENTES

Una vez realizadas la/s actividad/es y, habiendo recibido las producciones de sus estudiantes, la idea es analizar el material en conjunto y observar lo que emerge a partir del trabajo. Es importante que a través de estas actividades, relevemos datos, situaciones o necesidades particulares que permitan hacer un “diagnóstico”, conocer en qué andan las y los jóvenes, saber cómo se sintieron haciendo este trabajo, qué cosas aparecieron, qué preguntas les surgieron, qué les sorprendió, etcétera, para orientar y profundizar el trabajo en los temas que aparezcan.

Éstas actividades movilizan e interpelan porque abordan aspectos sensibles de las personas, por lo que es posible que aparezcan situaciones o conflictos que desconocíamos. Por ello, el trabajo en equipo se vuelve fundamental a la hora de pensar, ofrecer respuestas y continuar con la secuencia didáctica. Nuestro equipo está para acompañarles y colaborar en este sentido.

¡Estamos a su disposición por cualquier duda y/o consulta!

Equipo Jakairá

kaleidos@fundacionkaleidos.org



[@jakaira.argentina](https://www.instagram.com/jakaira.argentina)

www.fundacionkaleidos.org/jakaira