

SOMOS TAN VALIENTES COMO MARÍA, LA ASTRONAUTA



https://www.freepik.com/free-photo/girl-superhero-cape_2209559.htm

Edad	5-6 años
Valores	Coraje, valentía
Materiales	Fotos de astronautas, luna y estrella. Además, las imágenes de una nave espacial, un astronauta flotando, el cosmos... también se pueden mostrar a los niños (ver enlaces al final)
Duración estimada	45 min
Tamaño del Grupo (recomendado)	Hasta 25 niños
Objetivos	Promover la comprensión de los niños del coraje como un valor a través del juego de roles
Metodología	Narración, diálogo, observación
Autor	INNOVATION TRAINING CENTRE

IMPLEMENTACIÓN: PASO A PASO

Tener coraje significa que los niños serán valientes a medida que se encuentren con nuevas experiencias, situaciones difíciles y/o potencialmente peligrosas. Además, el valor puede implicar ser firmes en nuestras convicciones morales. En cualquier caso, puede implicar sentimientos de miedo, ansiedad o aprensión.

Consideraciones relacionadas con la edad:

De 5 a 6 años: Es probable que los niños de cinco a seis años sigan las instrucciones para recibir recompensas, evitar el castigo o satisfacer una figura de autoridad. Están emocionalmente unidos a sus padres y maestros y anhelan la aprobación. Por lo tanto, por lo general están dispuestos a hacer lo que los adultos les piden que hagan y a creer cualquier cosa que los adultos digan... a menos que los adultos les hayan parecido poco fiables. Los niños de estas edades todavía están aprendiendo por lo que observan con mucha atención. Por lo tanto, es importante mantener buenos ejemplos de comportamientos valientes en el aula. Por ejemplo, se pueden implementar actividades introductorias sencillas en la clase: ¿una simulación en la que el maestro encuentra dinero, lo guarda o busca a su propietario? Ayude a los niños a verbalizar sus sentimientos mientras examinan las distintas situaciones, consideran las posibles respuestas alternativas, debaten las consecuencias de cada respuesta, seleccionen una línea de acción y evalúan los resultados.

Paso 1

Lea a los niños un cuento sobre una niña: MARIA.

En un país lejano, donde el río Tajo discurre entre bosques de olmos, vivía una niña de pelo largo llamada María, que desde una edad temprana, quería visitar la luna y sus hermanas pequeñas, las estrellas.

María era traviesa y muy activa, pero a veces era muy, muy tranquila, tendido en el suelo y mirando al cielo, donde por la noche podía ver la luna y miles de estrellas brillantes.

María miraba las nubes, ya que de acuerdo con lo que su abuelo le había dicho, eran cortinas de espuma o algodón detrás de las cuales la luna y las estrellas tenían su casa. Y hablando en voz baja para que nadie pudiera oírla, sonriendo, les dijo:

- *Sí, luna bonita... Sí, estrellas bonitas, no me guiñéis más, no me hagáis más señales. Pronto, muy pronto, ¡os visitaré!*



Y un buen día, María montando en una nave espacial rápida se fue al espacio, riendo y cantando.

María vio tantas cosas bonitas: mares azules, bosques verdes, grandes montañas y ríos... y el gran río Tajo y sus olmos despidiéndose de ella.

Pero de repente, cuando estaba muy alta, tan alta que casi podía tocar las estrellas, María, se cayó de su cama.

- *Sí, como ahora te puedes imaginar: ¡María estaba soñando!*

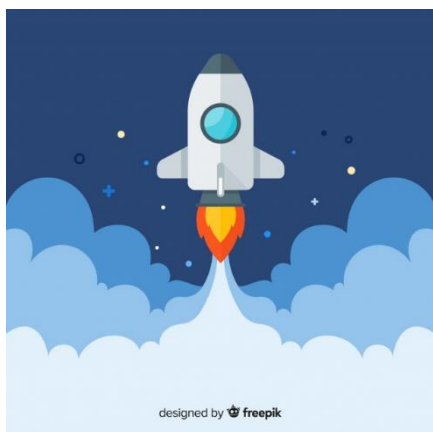
Todo desapareció y María estaba muy decepcionada.

Su madre vino y la acostó en la cama y con amor le susurró al oído:

- *Cuando crezcas, serás astronauta, pero para ser astronauta tendrás que ser muy valiente. ¡Duerme mi amor! Mañana volveremos a hablar de gente valiente.*

Pregunte a los niños si les gustó el relato. Pregúntales por qué piensan que la mamá de María le dijo que iban a hablar de personas valientes.

Paso 2

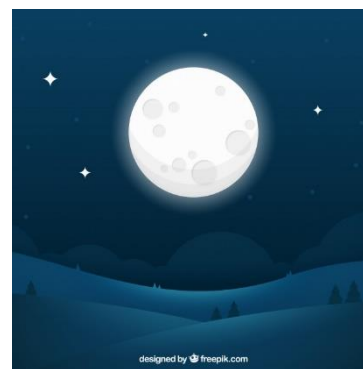


En este paso se les habla a los niños de personas valientes y con coraje: aquellas que actúan con decisión y valentía incluso cuando están un poco asustadas.

Sigue con el ejemplo de los astronautas: viajar al cosmos es todo un desafío y los astronautas son personas muy valientes (mostrarles fotos o videos sobre astronautas) porque arriesgan sus vidas subiendo y explorando el cosmos, que es un lugar muy distante: ¡algunos de ellos incluso han llegado a la luna!

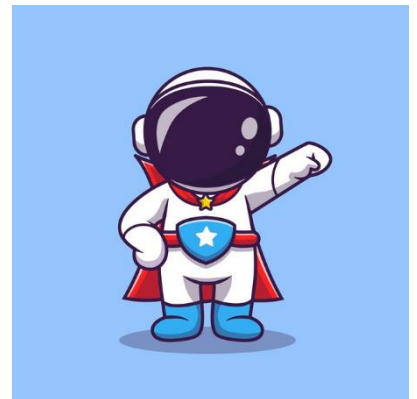
(muéstreles imágenes o videos de hombres que llegan a la luna).

Para viajar al espacio, los astronautas deben usar trajes especiales. Deben llevar oxígeno, agua y alimentos en la nave espacial (muéstreles una imagen de una nave espacial) porque donde van, no hay agua, comida u oxígeno para respirar. Es un viaje muy peligroso.



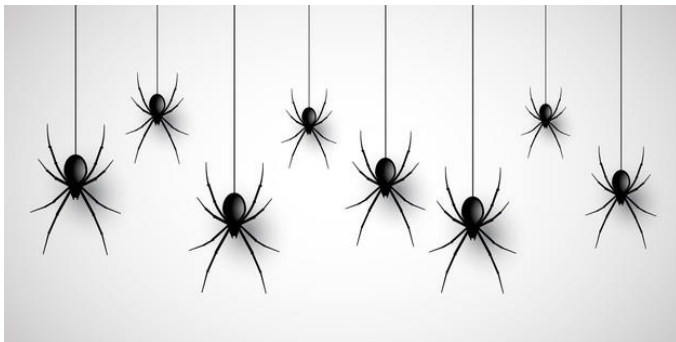
Deben seguir un duro entrenamiento para poder vivir en una nave espacial porque cuando el cohete sale de nuestro planeta, los astronautas comienzan a flotar como una pluma en el aire (muestran una imagen de un astronauta flotando en el aire).

Recuerda que la mamá de María le dijo que para ser astronauta necesitaba ser una joven valiente. Es cierto, pero también es un viaje muy interesante, útil y hermoso. Gracias al valor e muchas personas, ¡hoy conocemos mucho mejor el cosmos y el universo!



Pregunte a los niños:

- **¿Son los astronautas valientes? ¿Por qué?**
- **¿Te gustaría ser astronauta?**
- **¿Cómo llamamos a las personas que se enfrentan a grandes desafíos?**



Paso 3

Ahora, cuéntales a los niños cuáles son tus miedos (arañas, espacios oscuros, alturas... etc.) e invita a unos 3-4 niños voluntarios a hablar sobre sus temores:

- **¿De qué tienes miedo?**

Concéntrate en aquellos que aún no han hablado, y pregúntales:

- **¿Qué te gustaría hacer que no hayas hecho aún?** (como ejemplo: subir una montaña, esquiar, viajar a un lugar lejano, comer un plato muy exótico... etc.)

Paso 4

Ahora diles: a veces el valor es hacer enfrentarse a nuestros miedos, de los que hablábamos antes, y a veces se trata de hacer lo correcto.

Digamos que estás en un campamento de verano y algunos de los niños mayores te proponen ver una película de miedo (por ejemplo: *Annabel*, que es PG 13, lo que significa que puede ser visto por niños de 13 años o más).

Pregúntales: **¿Crees que lo valiente es ver esa película? ¿Te parece correcto?**

Decir "no" a algo que no parece correcto es una de las cosas más valientes que los humanos podemos hacer. Diles que hay tres pistas que pueden ayudarlos a encontrar lo que hay que hacer:

- ¿Romperás una regla importante?
- ¿Le harás daño a alguien?

- ¿Te parece bien?

Decidir si algo está bien o mal es el primer paso. La siguiente parte, que es la parte difícil, es encontrar una salida. **No siempre es fácil decir 'no', aquí es donde hay que ser valiente.**

Algunas opciones pueden incluir:

1. Dejarlo diciendo que tienes algo más que hacer,
2. Sugerir otra actividad a hacer en su lugar (¿Viendo otra película?),
3. Culpar a un padre (mi mamá/papá dijo que no podía ver películas clasificadas para niños mayores),
4. Hoy no me meteré en problemas: no,
5. Hacer una broma del tema.

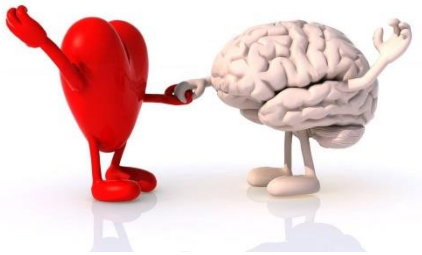
Así que, si te proponen ver una película de miedo: ¿¿¿¿¿¿Que harías?????

EVALUACIÓN CRÍTICA

COMPORTAMIENTO OBSERVADO	SÍ	NO	COMENTARIOS
Fueron capaces de entender la valentía en la historia			
Sabían cómo expresar sus miedos y algo nuevo que les gustaría hacer			
Respondieron correctamente a la pregunta del paso 3 (si te proponen ver una película de miedo: ¿qué harías?)			
Necesitaron ayuda para responder			
Sabían qué decir			

"Aprendí que el valor no era la ausencia de miedo, sino el triunfo sobre él. El hombre valiente no es el que no siente miedo, sino el que vence ese miedo". Nelson Mandela

Consejos para el cuidado personal de los maestros:



Sólo respira. Simplemente pensar en inhalar y exhalar puede relajarte y lo puedes hacer en cualquier lugar. Respira por la nariz hasta contar hasta tres y luego libera el aire a través de la boca contando de nuevo hasta tres. Tomarte un minuto para respirar puede ayudar a relajarte. Trata de pasar un minuto de cada hora simplemente centrándote en tu respiración y nada más, y puede que te sorprendas de lo mucho mejor que te sientes.

Enlaces a imágenes:

Nave espacial: https://www.freepik.com/free-vector/modern-spaceship-background-with-flat-deisgn_2788041.htm

Astronauta: https://www.freepik.com/free-vector/cute-astronaut-super-hero-cartoon-vector-icon-illustration-science-technology-icon_10411826.htm

Luna: https://www.freepik.com/free-vector/night-landscape-background-with-big-moon_1084495.htm

Arañas: https://www.freepik.com/free-vector/halloween-banner-design-with-hanging-spiders_10412422.htm