

DINÁMICA SEMÁFORO

FASE 1: “Normas y Límites Adecuados”

Objetivo:

- Entregar estrategias de autocontrol de sus impulsos.
- Anticipar las consecuencias positivas y negativas de sus conductas.

Materiales:

- Lámina dibujo escondido
- Lápices de colores
- Sacapuntas
- Palos de helado
- Círculos de goma eva (rojos, amarillo y verde)
- Círculos de cartón piedra
- Silicona

Actividades:

El semáforo Escondido

Se le entrega a cada niño una hoja con un dibujo escondido en donde ellos tendrán que ir pintando según las indicaciones que den las monitoras del taller y que estas expresas en la parte inferior de cada hoja y así descubrir el dibujo. Una vez que todos hayan encontrado el **semáforo escondido**, se le explica a cada niño la importancia del semáforo como herramienta de manejo de mi rabia o ira para enfrentar algún problema y poder buscar una solución pacífica y no violenta frente a mis problemas. (Anexos 1, 2 y 3)

Técnicas de autocontrol: “semáforo”

Asociar los colores del semáforo con las emociones y la conducta:

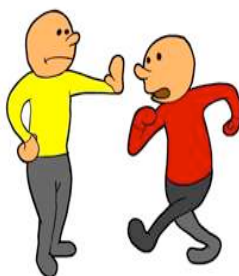
- ROJO: PARARSE.** Cuando no podemos controlar una emoción (sentimos mucha rabia, queremos agredir a alguien, nos ponemos muy nerviosos...) tenemos que pararnos como cuando un auto se encuentra con la luz roja del semáforo.
- AMARILLO: PENSAR.** Después de detenerse es el momento de pensar y darse cuenta del problema que se está planteando y de lo que se está sintiendo.
- VERDE: AVANZAR.** Si uno se da tiempo de pensar pueden surgir alternativas o soluciones al conflicto o problema. Es la hora de elegir la mejor solución.

Para asociar las luces del semáforo con las emociones y la conducta COMO APOYO se puede realizar un mural con un semáforo y los siguientes pasos:



Luz Roja:

- 1- ALTO, tranquilízate y piensa antes de actuar





Luz Amarilla:

2- *PIENSA* soluciones o alternativas y sus consecuencias



Luz Verde:

3- *ADELANTE* y pon en práctica la mejor solución



Construcción de paletas reguladoras

Se le entrega a cada niño los materiales que necesita para construir sus paletas con los colores del semáforo. Se refuerza la utilización de este, como regulador de sus impulsos y/o conducta ante una situación conflictiva o la vida cotidiana.

Posteriormente se pondrá en práctica lo aprendido a través de situaciones peligrosas que los niños deberán identificar y resolver en base a las tres luces del semáforo.

Ejemplos:



Se termina la sesión entregando un pequeño semáforo de goma eva a cada niño o se llevan los materiales listos para que ellos lo terminen y lo lleven a su casa.

NOTA: a modo de sugerencia cada niño puede hacerse cargo y responsable de cuidar sus paletas trayéndolas a cada sesión de grupo taller o ser guardadas por las monitoras del taller. (Esto es a elección de las monitoras de acuerdo a las características de los niños)

Durante la sesión recordar el uso del semáforo (Parar-Pensar-Actuar).

FASE 2: “Controlo mi rabia: Rojo – Amarillo - Verde”

Objetivo:

- Reforzar las estrategias de autocontrol de sus impulsos.
- Medir las consecuencias positivas y negativas de las conductas.

Materiales:

- Paletas de semáforo.
- Láminas de situaciones peligrosas.

Actividades:

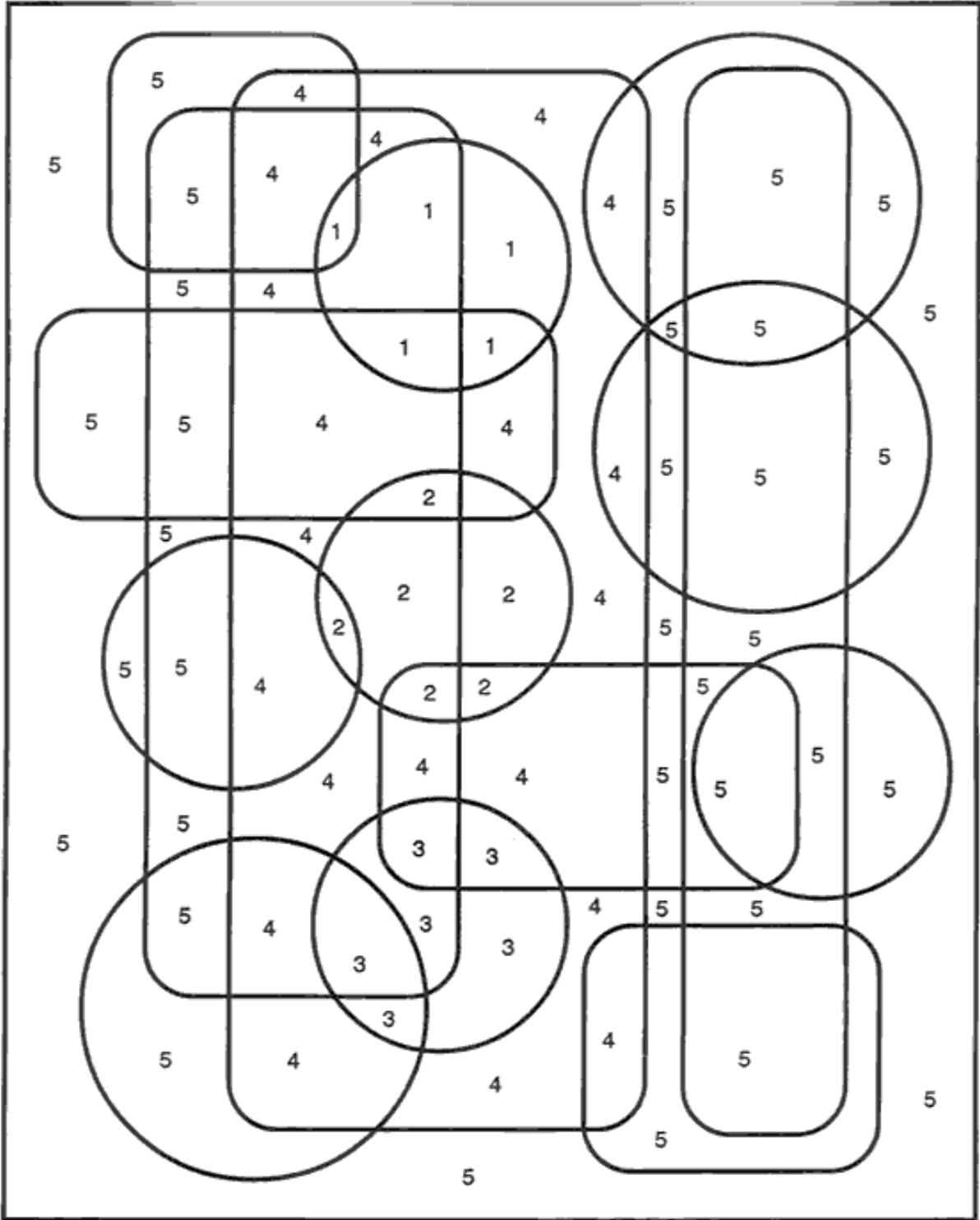
Se les solicitará formar un círculo y cada niño llevara junto a él sus PALETAS DEL SEMAFORO, reforzando lo aprendido en la sesión anterior. Las monitoras realizaran algunas acciones en donde los niños deberán levantar la paleta que corresponda frente a la situación conflictiva.

Ejemplos:

PALETAS RIJAS	PALETAS AMARILLAS	PALETAS VERDES
<i>Pegarle a un compañero</i>	<i>Pensar antes de actuar</i>	<i>Resolver acusando a un adulto cuando este me molesta.</i>
<i>Gritarle a un adulto</i>	<i>Pensar antes de actuar</i>	<i>Respirar, calmarme y luego conversar y expresar mi opinión.</i>
<i>Mentir</i>	<i>Pensar antes de actuar</i>	<i>Decir la verdad asumiendo mi error.</i>

* Junto con esta actividad se reforzaran las láminas del semáforo entregadas por las monitoras y también situaciones expuestas por los niños ya sean verbalmente o en roll play.

Dibujo Escondido

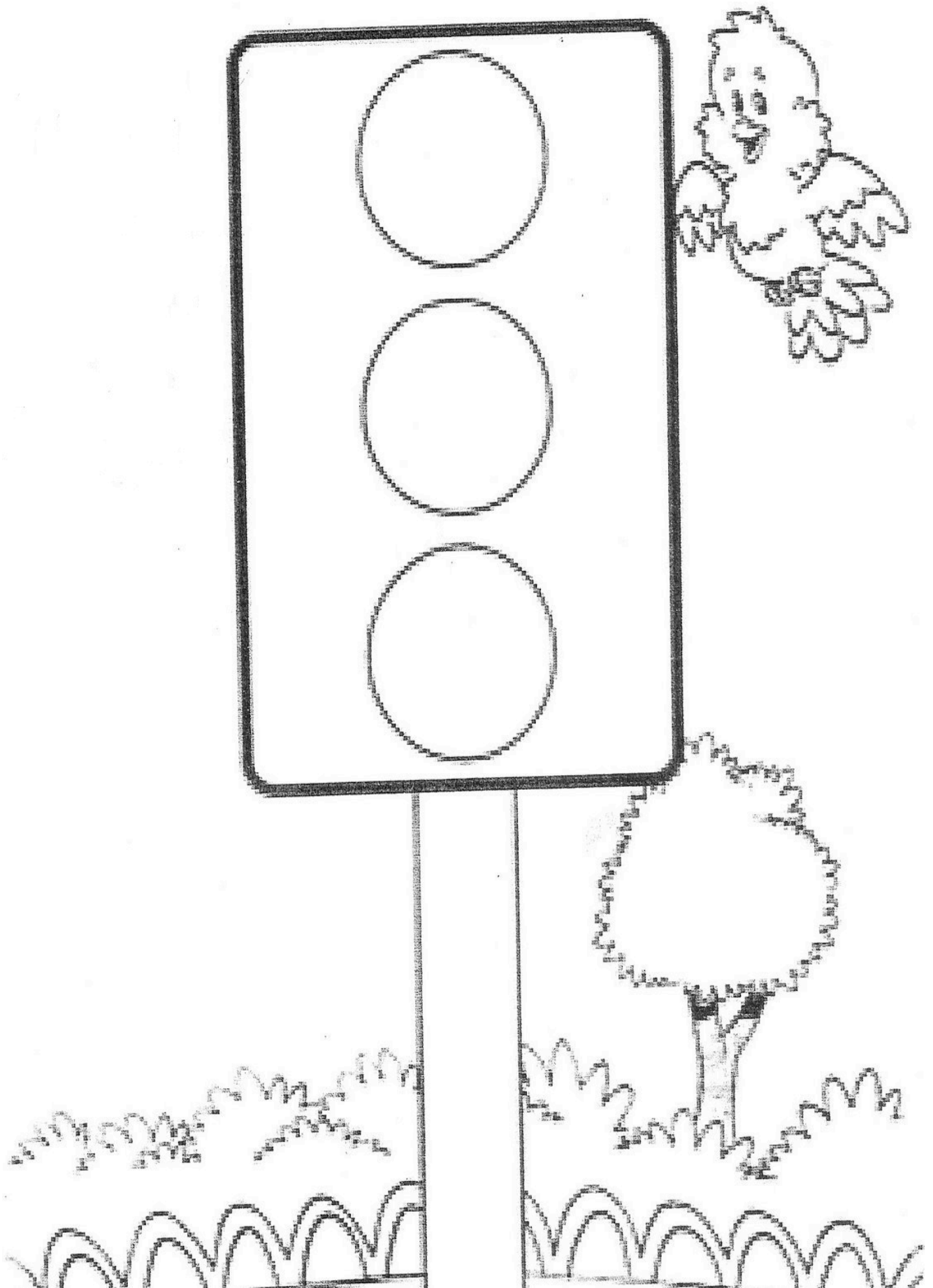


1 = Rojo
2 = Amarillo
3 = Verde

4 = Negro
5 = Azul

Pinta las figuras, fijándote en los números y encontrarás el dibujo escondido

Anexo 2



Anexo 3

