

CEIP DIEGO DE COLMENARES

# PLAN DE CONVIVENCIA



CURSO 2023-2024



## ÍNDICE

1. SENSIBILIZACIÓN. ¿Qué y porqué de nuestro Plan? Herramientas para su difusión
2. CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO. ¿Qué y cómo somos?
3. ANÁLISIS DE LA REALIDAD DEL CENTRO EN CUANTO A CONVIVENCIA Y CLIMA ESCOLAR.  
¿Cómo estamos en este momento?
4. ANÁLISIS DE LAS MEDIDAS Y ACTUACIONES REALIZADAS ¿Qué estamos haciendo hasta  
ahora?
5. OBJETIVOS DEL PLAN. ¿Qué queremos?
6. PROPUESTA DE ESTRATEGIAS Y ACTUACIONES. ¿Qué vamos a hacer?
7. RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS NECESARIOS. ¿Qué necesitamos para llevarlo a cabo?
8. SECUENCIACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES. ¿Cuándo lo haremos?
9. REVISIÓN Y MEJORA. Estrategias y documentos para evaluarlo.



## **1. SENSIBILIZACIÓN. ¿Qué y porqué de nuestro Plan? Herramientas para su difusión**

La misión fundamental de la escuela es formar personas capaces de asumir la responsabilidad de sus actos, de decidir sobre sus vidas y de contribuir con su esfuerzo al progreso y mejora de la sociedad democrática, abierta y plural que van a vivir.

Es preciso que nuestros alumnos respeten las normas y los espacios de la escuela y respeten a sus profesores y se respeten entre sí, pues, con ello, aprenderán que el respeto a las leyes y a las instituciones es la base de nuestra convivencia democrática.

Pretendemos una educación basada en el principio de la tolerancia y el respeto. pretendemos potenciar las relaciones interpersonales de la comunidad educativa, siendo tolerantes y abordando las desigualdades por razones psíquicas, físicas, sociales y culturales para dar una respuesta adecuada a las mismas.

Nuestro plan de mejora de la convivencia se basa en primar la prevención de las situaciones conflictivas más que en el tratamiento de las mismas, cuestión esta última ya desarrollada en el Reglamento de Régimen Interno del centro, y reflexionando sobre las principales causas de conflictividad en las relaciones sociales, llegamos a la conclusión de que tienen siempre un papel fundamental las emociones, que cuando no se reconocen y se desbordan dan lugar a los conflictos, así como el desarrollo de las habilidades sociales (comunicación asertiva, empatía, escucha).

## **2. CARACTERÍSTICAS DEL CENTRO. ¿Qué y cómo somos?**

<b>Nombre del centro: C.E.I.P. DIEGO DE COLMENARES</b>
<b>Dirección: C/ Conde Sepúlveda, 2</b>
<b>Código del centro: 40003356</b>
<b>Localidad: Segovia</b>
<b>Teléfono: 921 42 02 75 Fax:</b>
<b>Correo electrónico: 40003356@educa.jcyl.es</b>
<b>Coordinador del Plan: M.ª del Mar Rodríguez Arribas.</b>

Somos un centro público situado en Segovia capital de infantil y primaria. Contamos en este momento con tres aulas de educación infantil y ocho de educación primaria (primero y segundo están desdoblados). Contamos con 19 maestros en plantilla: 4 de educación infantil, 10 de educación primaria, especialista de música compartido con otro centro, especialista de A.L y especialista de P.T, compartido también con otro centro y especialista de E.F; además de una profesora de Religión.

Uno de los objetivos generales de centro incluidos en nuestra PGA es “No discriminar en función del sexo, culturas, características personales, motóricas, intelectuales, étnicas, haciendo una enseñanza multicultural, pluralista y democrática”



El objetivo esencial que persigue el Colegio es lograr un clima de convivencia basado en el respeto, la comunicación abierta y la valoración de la diversidad, que es considerado requisito imprescindible para acceder a otros aprendizajes. Todo miembro de la comunidad educativa debe sentirse acogido y seguro en el centro.

Desde este Plan de Convivencia se promueven estrategias educativas que hagan del diálogo, la colaboración, la sensibilidad, la solidaridad, el servicio y el compañerismo la base de una buena convivencia basada en el respeto, la sencillez y la cordialidad.

### **3. ANÁLISIS DE LA REALIDAD DEL CENTRO EN CUANTO A CONVIVENCIA Y CLIMA ESCOLAR. ¿Cómo estamos en este momento?**

Para tener una idea más profunda acerca de cómo ven la convivencia y el clima escolar nuestros alumnos, este curso se les va a pasar a los alumnos de 6ºP a comienzo de curso un cuestionario ya que, aunque el profesorado no vemos que se den conflictos graves de convivencia en nuestro centro durante los últimos cursos, la percepción de los alumnos podría ser diferente. De ese modo también se les hace más partícipes y responsables a la hora de lograr dar un buen ejemplo de convivencia y de relaciones.



Lo que sí hemos venido observando es que nuestro centro tiene los problemas normales que surgen de la convivencia entre los alumnos como por ejemplo estos conflictos leves:

- Compartir distintos materiales (juguetes, material escolar).
- Respetar los turnos de diversos juegos como el fútbol...
- Respetar los turnos de palabra.
- Intolerancia, estrés y falta de empatía
- Insultar o despreciar a alguien.
- No respetar el espacio corporal de cada persona.

Con el Plan de convivencia queremos dotar a los alumnos de herramientas adecuadas para poder solucionar estos pequeños los conflictos de forma adecuada, pacífica y participativa.



#### **4. ANÁLISIS DE LAS MEDIDAS Y ACTUACIONES REALIZADAS ¿Qué estamos haciendo hasta ahora?**

Siempre se ha tratado de CREAR EN EL CENTRO, UN AMBIENTE FÍSICO Y UN CLIMA DE RELACIONES MUY FAMILIAR Y LO MÁS AGRADABLE POSIBLE, que faciliten las relaciones entre los alumnos y en general entre todos los miembros de la comunidad educativa para que sean cordiales y amistosas, a la vez que haga sentir al centro como algo propio de cada uno y del que sentirse orgulloso. Sentirnos como una gran familia en la que todos tenemos algo bueno que aportar y todos nos apoyamos.

Para ello se decora el centro y se colabora en distintos proyectos junto con las familias e incluso con otras instituciones de nuestra ciudad y ONGs (decoración de frisos y otros espacios comunes, castañada, fiestas organizadas por el AMPA y 6º, despertamos con lectura, participación en coreografías y carreras solidarias y recogidas de alimentos y organización del tradicional cuentacuentos, entre otros). Todas ellas estaban encaminadas a desarrollar los valores de cooperación, empatía y solidaridad tan importantes en una buena convivencia.

Además, se viene realizando en nuestro centro desde el curso 2004, según el registro, un PROGRAMA DE DESARROLLO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, encaminado a que los alumnos aprendan a identificar sus emociones y a cómo dosificarlas y expresarlas de forma constructiva. Este programa era diseñado por la Coordinadora de convivencia en colaboración con la orientadora y puesto en práctica por los docentes y familias para los alumnos. También se ha realizado un cuadernillo con las familias y los alumnos que el curso pasado estaban en 3º de Primaria, con la intención de que sean ellos que actualmente cursan 4º de Primaria quienes les enseñen esas habilidades adquiridas a los de 3ºP durante este curso escolar. Todo ello surgió a raíz de activar un protocolo de acoso escolar y ver que existían problemas de gestión emocional y desarrollo de habilidades sociales en algún alumno/a que producían cierto desajuste relacional (según pudo verse reflejado en el sociograma que pasó la Orientadora del centro).

A pesar de ello y según se ha recogido en los dos últimos cuestionarios de evaluación, la difusión y puesta en marcha de este programa de Ed Emocional no ha llegado de forma satisfactoria en general al resto los alumnos y a sus familias. No obstante, estos dos últimos cursos que es cuando se tiene registro, el número de respuestas obtenidas no han sido muy pocas y es por ello por lo que las conclusiones no resultan demasiado concluyentes. Se informará mejor desde las tutorías para lo que hemos formado una Comisión con una persona de cada equipo de ciclo para elaborarlo y mejorar estos aspectos y darlo así una mejor difusión.

Además de las actividades ya mencionadas, los “padrinos de cole” es una de las actividades que se viene haciendo desde el curso 2018 y que tienen una acogida especial entre los niños puesto que los niños de 1ºP se sienten cuidados y protegidos por sus padrinos de 6ºP y estos, a su vez, importantes y admirados por ellos.

#### **5. OBJETIVOS DEL PLAN. ¿Qué queremos?**



- Facilitar la prevención, detección, tratamiento, seguimiento y resolución de los conflictos que puedan plantearse en el centro y aprender a utilizarlos como fuente de aprendizaje.
- Aprender valores, actitudes y prácticas que mejoren el grado de aceptación y cumplimiento de las normas
- Fomentar y facilitar la participación y el dialogo entre las familias y el centro.
- Resolver los conflictos que se dan dentro del aula. (círculos restaurativos, tiritas de piropos, cuentos y canciones de emociones).
- Facilitar la mediación para la resolución pacífica de los conflictos.
- Fomentar el respeto hacia las diferencias individuales: culturales, intelectuales, de género, físicas...

## **6. PROPUESTA DE ESTRATEGIAS Y ACTUACIONES.** **¿Qué vamos a hacer?**

Además de las fechas de conmemoraciones y celebraciones anuales del Centro que se recogen en la PGA y cuya secuenciación se detalla en el punto 7 de este documento; sigue en marcha el proyecto “Hay un padrino en mí”  
[https://educajcymlmy.sharepoint.com/:w:/g/personal/mmrodriguez\\_educa\\_jcyl\\_es/EdH7Y9MeztJDjBgcGGam4hEBHZ-DwrSzIMIUGNj-98vzIA?e=ipPQTr](https://educajcymlmy.sharepoint.com/:w:/g/personal/mmrodriguez_educa_jcyl_es/EdH7Y9MeztJDjBgcGGam4hEBHZ-DwrSzIMIUGNj-98vzIA?e=ipPQTr)

Se van a realizar las siguientes propuestas:

- ◆ La **bienvenida al curso escolar** del profesorado al resto del alumnado este año se realizó en el patio con un recibimiento musical y una gran pancarta de Bienvenidos con el lema del curso a modo de fotocall, siendo acompañados los alumnos de 1º por sus respectivos padrinos.
- ◆ La puesta en funcionamiento y recordatorio del **Programa de apadrinamiento o tutorización** de cada alumno del último curso a cada uno de los que pasan a 1º de primaria se ampliará realizando al menos una actividad al mes conjunta en diferentes momentos para conocerse mejor y poderse ayudar más. De hecho, serán dos de las aulas hermanadas y los mayores estarán pendientes de ellos sobre todo en los patios y salidas del primer trimestre.
- ◆ Puesta en funcionamiento del **Plan de acogida** para los alumnos nuevos en el Centro y realización de actividades en el aula que favorezcan su integración.
- ◆ Iniciar el programa de “**aulas hermanas**” que harán una actividad conjunta al mes (puede ser de las señaladas en el Plan de Educación emocional u otras que elijan sus tutores) y que se registrarán en un documento común. Los hermanamientos serán: 6ºP con 1ºP, 5ºP con 3º Inf,



4ºP con 3ºP (con el traspaso de saberes de lo aprendido en el cuadernillo durante el curso pasado), 2ºA con 1ºInf y 2ºB con 2º Inf.

♦ Puesta en práctica del **Proyecto de Educación emocional “Historias contadas y cantadas”** que se desarrollará a lo largo de todo el curso con la siguiente temporalización por trimestres (que por supuesto es flexible y orientativa).

### *1º Trimestre*

#### **SORPRESA** (septiembre y diciembre):

1. ¿A quién no le gusta recibir sorpresas agradables en cualquier momento? Así es, por eso nos gusta tanto nuestro cumpleaños o la actividad de “despertamos leyendo” (este curso en especial, contando historias o cuentos miembros de la familia cuanto más raros y/o emocionantes, mejor).
2. “¡¡¡Abre tu huevo!!!” En este caso, cada familia piensa en alguna sorpresa que les pueda hacer mucha ilusión (no tiene porqué costar dinero) y la escribirá en un papel y lo meterá en el envase de tipo huevo kínder. La profe o el profe lo custodiará y se lo entregará al alumno cuando haya conseguido hacer un reto que sea muy sorprendente para él o ella. De ese modo los adultos, al recibir el huevo de vuelta lo abrirán y le darán o harán su sorpresa. Algunos profes también utilizarán la aplicación Classdojo que precisamente está basado en la misma idea y sentimiento. (Infantil, 1º Ciclo de primaria y todos los que quieran incluyendo a las familias)
3. “Padrinos y aulas hermanas” los de 6ºP van a participar con sus apadrinados cada mes en una actividad organizada desde el cole y que será sorpresa para los de 1º P, para que se conozcan más entre ellos y puedan ayudarse y acompañarse mejor (en septiembre, por ejemplo, averiguando lo que le pone nervioso, lo que más le gusta, lo que le tranquiliza, quienes son sus amigos, sus habilidades, etc.). En cuanto a las aulas hermanas pueden preparar alguna canción o actuación sorpresa para arrancar de forma divertida o enseñarles algún juego a los pequeños.
4. “¿Qué pasará en San Frutos o en Navidad?” este curso renovaremos la ilusión con alguna visita sorpresa ¿Quién será? (Todo el colegio). ¿Volveremos a desayunar juntos en el cole por una buena causa? ¿Habrás castañada?

Y seguirán las sorpresas hasta final de curso.



### **MIEDO** (octubre):

Todos tenemos nuestros miedos algunos nos resultan útiles (como el de correr si falta poco para que el semáforo se ponga en rojo) los “miedos amigos” y otros que nos impiden ser felices y crecer como personas (como el de ser rechazados por decir “no” a algo que sabemos que nos perjudica o le puede dañar a otros) que son los “miedos enemigos” y que hay que superar. ¿Cómo? Puede haber muchas formas, fundamentalmente enfrentándose a ellos, pero cuando los vemos demasiado grandes suele ser más complicado. Espero que estos juegos o dinámicas os ayuden a encogerlos o a enfrentarlos:

1. “Poniendo bozal a nuestros lobos”, nuestros abuelos o tatarabuelos tuvieron mucho miedo al lobo porque en ocasiones les dejaba sin los animales que eran su comida. Tal creencia está presente en todo el folklore popular y en muchos de los cuentos más conocidos. La actividad consiste en poner la silueta de un lobo plastificada y tras identificar nuestros “miedos enemigos”, pegar triangulitos blancos de papel en su boca por cada uno. A medida que se nos vayan quitando los vamos despegando y cuando ya no quede ninguno le pondremos mascarilla. Ya veréis como después de ponerle mascarilla no da ningún miedo (Infantil, 1º Ciclo y familias)
2. “Los gamusinos” Antiguamente en los pueblos, para ver si ya eras suficientemente mayor como para ir “con los mayores de la panda” se les llevaba a “cazar gamusinos” que no eran más que personajes animales inventados que solían estar cerca de los cementerios y con pinta terrorífica. Sólo los y las valientes que se atrevían a ir a por ellos eran admitidos en su club. A veces las preocupaciones o miedos son productos de la imaginación de alguien y está en nuestras manos el creerlo y hacerlo real para nuestra mente o no. Por eso no conviene acumular lo que nos preocupe y es mejor escribirlo o dibujarlo en un papel con su nombre y meterlo en el saco una vez cazados e identificados. Al final de la semana si no me he vuelto a acordar de ello se le puede contar a otro con alguna característica cómica (toda Primaria y familias)

### **CELOS/ ENVIDIA** (noviembre):

Es cierto que los celos y la envidia no son lo mismo, la envidia nos domina cuando estamos más pendientes de lo que tienen o son los demás que de lo que queremos o somos nosotros. Los celos aparecen cuando se entiende el cariño o el amor de forma totalmente exclusiva y puede ser hacia un hermano/a, hacia un amigo/a o una pareja. La envidia “sana” en realidad es más admiración y siempre nos inspira a ser mejores personas, si no es “sana” es fuente de odios y síntoma de una baja autoestima al igual que los celos.

1- “El cuervo y el zorro” En esta fábula se cuenta como la envidia no trae nada bueno y al final puedes quedarte sin nada, hasta sin amigos, Cuando sentimos celillos quien más sufre somos nosotros puesto que el cariño cuando se comparte crece y te hace crecer. Tenemos recursos suficientes y ya somos suficientemente especiales como para ser queridos y felices. ¿Para qué robarle el queso o el cariño a otro, no os parece? La actividad consiste en escribir todas sus buenas cualidades en posit cortados en forma de quesito en una caja de quesitos con una foto del niño o niña dentro entre todos. Luego se puede plastificar un poco y jugar a adivinar quién





está dentro leyendo lo que está escrito en los quesitos. En infantil, el protagonista lo puede llevar a la asamblea (Infantil, 1º y 2º ciclo de Primaria y familias)

2- El “*malquerer*”, bajo este título tan gráfico triunfó con su disco Rosalía denunciando con un texto del siglo XIV las relaciones de maltrato. Ella explica muy bien que ni la amistad ni el amor deberían “asfixiar” de ese modo ni pesar o suponer un esfuerzo que nos deje sin respiración. Tenemos que aprender a querer bien a los demás, dejándoles espacio y respetando siempre su libertad. Por ello, vamos a buscar canciones o poemas que hablen de ello o incluso si no encontráis podéis escribir un rap. Eso es lo que sucede con los amigos, si el mejor amigo/a no deja que el otro pueda pasar tiempo con nadie más, al final se crea una relación de dependencia y falta de espacio que les perjudica a ambos. El amor y la amistad siempre crecen cuando se comparten eso seguro. (3º Ciclo de Primaria: 5º y 6ºP)

## 2º Trimestre

### **CÓLERA/ IRA/ ENFADO** (enero):

Quién no se ha sentido enfadado o se ha sorprendido a sí mismo expresando su ira de forma desmesurada. Esto suele ocurrir cuando nos tomamos demasiado en serio las cosas, cuando nos sentimos tratados injustamente y cuando acumulamos muchos disgustos. Por eso es importante saber identificar los síntomas antes de que explote y procurar vaciar resentimientos o disgustos y saber cómo hacerlo. Ahí tenéis algunas sugerencias:

1-“*Pisoteando mi rabia, cuento en alto y respiro*” El enfado es como un virus que si no le enseñamos a salir del cuerpo tiende a hacernos daño por dentro o a hacerle daño al que se ponga delante, por ello es muy importante entrenarla y enseñarle el modo para salir de forma sana con esos tres pasos. Seguro que cuando hayamos logrado aplastarla contra el suelo, podremos expresar mejor lo que nos ha molestado a la persona que lo haya hecho. (Infantil, 1º ciclo de Primaria y familias).

2-“*Los holle haters*” para que vean las consecuencias de expresar mal los enfados y entrenar la forma correcta de hacerlo se puede recortar un rectángulo de cartón por cada niño (de cajas de leche o de fruta, por ejemplo) ¡cuidado! Por cada insulto u ofensa hay que pincharla hasta agujerearla con un lápiz y escribir tres piropos o palabras bonitas en ella. Analizar diferentes músicas y textos de canciones y cuadros que puedan reflejar ira o enfado para ver cómo puede expresarse de diferentes formas haciendo de esa emoción algo constructivo. (2º y 3º ciclo de Primaria).

### **AMISTAD / AMOR** (febrero):

No siempre podemos ser amigos o conseguir que quien queremos nos ame, por eso el que tiene un AMIGO o un AMOR tiene un tesoro que debe cuidar, pero siempre desde el más absoluto respeto. A veces nos sentimos poco queridos y es posible que se deba a que no nos queremos



bien a nosotros mismos o a que tratamos de forma negativa a los demás. Espero que estos juegos os ayuden a comprender y a conseguir que cada vez nos quieran más y mejor.

1- *“Manos amigas”* Cada niño tendrá en clase una mano de cartulina con su nombre en la muñeca. Cada vez que alguien tenga un gesto de amistad positiva se pone una huella del niño/a que lo haya hecho en infantil, en el 1º y 2º ciclo ya podrían escribir el nombre del benefactor o la buena acción. Esta misma actividad puede realizarse también en casa y nos ayudará a ver cuánto nos quieren y cuánto los queremos nosotros. La amistad y el amor siempre ayudan a superar dificultades. La canción *“manos de colores”* puede encajar (Infantil, 1º y 2º ciclo de Primaria y familias)

2- *“Mi mejor amigo; yo”*. A veces somos demasiado duros con nosotros mismos o no aceptamos todo lo que somos. Mientras no sepamos tratarnos como si fuéramos nuestros mejores amigos y hasta que no veamos todo lo bueno que tenemos dentro, nadie lo verá. En este sentido es muy importante revisar el discurso de lo que nos contamos de forma automática puesto que es eso lo que produce cómo nos sentimos y cómo actuamos después, La propuesta es hacer un cartel bonito tipo lettering con un mensaje que nos diríamos si fuéramos nuestros mejores amigos para ponerlo en un lugar muy visible de la clase o de mi casa (3º Ciclo de Primaria).

### **AVERSIÓN/ DESPRECIO/ ASCO (marzo):**

Normalmente sentimos rechazo o aversión hacia lo diferente o desconocido. El asco es una sensación que todos hemos sentido alguna vez tras ver u oler el aspecto de algo.

1- *“¿Te gusta el brócoli?”*. En ocasiones nos dan asco cosas que conocemos o hemos probado y no nos gusta, pero también hay muchas veces que sentimos aversión, desprecio o asco por puro desconocimiento y prejuicios. Por eso hay que trabajar en algo o alguien que pensemos que en el fondo no conocemos demasiado o sólo pensamos que no nos gusta por algo que nos han contado. ¿Cómo? Pues probando e investigando hasta que sepamos muchas cosas sobre ello. Hay que darle una oportunidad porque hay hortalizas que nos encantan y antes nos negábamos a probarlas por su aspecto. Se puede hacer a nivel de clase o de forma individual cada uno en su casa. A veces las apariencias engañan... (Infantil y familias)

2- *“El cuerpo por dentro”* La primera vez que pude ver mis cuerdas vocales por dentro me impresionó mucho y sentí bastante repugnancia. ¡Cómo puede salir algo tan bonito de una parte tan fea y extraña del cuerpo! Pues eso mismo puede sucedernos en otras circunstancias o personas, que ese rechazo inicial a conocerle nos impide escuchar las melodías de su corazón. Cuenta alguna experiencia en la que superaste tu rechazo inicial hacia algo o hacia alguien y si te sorprendiste gratamente tras descubrir su sabor o sus buenas cualidades. Y recuerda que todos tenemos cosas extrañas por dentro a los ojos de otras personas que son justo esas que nos hacen únicos y especiales. (Primaria)

Las actividades que se programen para celebrar el DIA DE LA PAZ se decidirán en Claustro durante el primer trimestre y se realizarán en cada tutoría y pueden ir entorno a los rumores y el actuar y ser sin importar lo que otros piensen.



### *3º Trimestre*

#### **TRISTEZA/ MELANCOLÍA (abril):**

La tristeza al igual que ocurre con el resto de nuestras emociones es importante expresarla, entenderla y superarla. Actualmente la tristeza no está bien vista y tratamos de evitarla por todos los medios cuando en realidad lo perjudicial es regarla y mantenerla en el tiempo sin tomar decisiones. Para evitar caer en ese estado de excesiva atención a nuestras penas o melancolías son las siguientes propuestas:

1- El pañuelo “soplamos”. Los que crecimos en otra época no teníamos ni idea de educación emocional pero mi abuelo, un gran sabio como tantos, decía que a las penas no hay que hacerlas mucho caso, que a él se las quitaba su madre con un “soplamos” (pobre, por suerte ahora conocemos métodos indoloros). En mi versión, se les cuenta que en la clase o en casa hay un pañuelo mágico al que se le puede poner cara por un lado que hace que todas las penas que tenga el niño se lloran o expresan bajo él y después, como este año no queremos ni mocos ni virus, la profe airea las penas por la ventana echándolas fuera y entre todos se mete el pañuelo en cuarentena en una caja con la solución hidroalcohólica en spray. (Infantil, 1º y familias)

2- “Paraguas quita penas” la tristeza es como esa clase de lluvia fina a la que también llaman “calabobos”. Si moja un poquito a la tierra o a ti, resulta agradable o inofensiva, nos invita a respirar ese olor a tierra mojada y hace crecer las plantas. Si esa lluvia se hace más fuerte o se mantiene en el tiempo te cala hasta los huesos y el torrente puede arrastrar la semilla o pudrir las raíces. Por eso es mejor ir apuntando en una cartulina con forma de “paraguas” nuestras razones para estar tristes el día que lo estemos e ir tachándolas a medida que nos sintamos mejor. Si los síntomas persisten, lo mejor será realizar al menos tres actividades agradables al día en familia hasta que remitan los síntomas. (Primaria y familias).

#### **VERGÜENZA (mayo):**

Sólo sentimos vergüenza cuando tenemos miedo a una valoración negativa de los demás. Todos conocemos sus efectos y sabemos lo que pesa y lo que nos perdemos por su culpa. A veces pensamos que somos los únicos que nos sentimos así por eso sería bueno darnos cuenta de que los mayores a los que tanto admiramos también pasan vergüenza en algunas ocasiones y aun así son capaces de actuar y superar sus retos, aunque les cueste. Nos vendrá muy bien quitárnosla de encima antes del famoso cuentacuentos de nuestro cole así que... ¡A por ello!!!

1- En el caso de los pequeños suelen estar bastante desinhibidos y no suelen experimentar este sentimiento, pero por si hay alguno demasiado tímido lo mejor es bailar “el chuchugua” para que nos vean lo bien que los mayores hacemos el ridículo, aunque en el fondo nos dé más vergüenza que a ellos. También es muy recomendable y divertido pasar ratos jugando a juegos como el pictionary, el party o Dixit (Infantil, primaria y familias)



2- “Ese también soy yo, qué pasa” a los mayores a veces nos pasa que nos importa mucho lo que piensen de nosotros y nos avergüenza hacer cosas que sabemos o pensamos que están mal. Atención noticia: todos nos equivocamos o hacemos cosas regular, pero a veces para que algo nos salga bien hay que hacerlo muchas veces mal. Si te hubiera importado la primera vez que se rieron tus padres tras caerte de culo al aprender a caminar quizás no lo hubieras seguido intentando y nunca habrías llegado a caminar así de bien. La actividad consiste en que hagas memoria de algún momento en que te sentiste avergonzado y qué pensaste en ese momento y que el resto de la clase aporte ideas de cómo superarlo. También podrían hacerse pequeños podcast o monólogos sobre ello (Primaria)

3- Y por si queda alguna vergüenza suelta siempre se pueden colocar complementos divertidos y cantar de forma exagerada algún karaoke para reírnos de nosotros mismos.

### **ALEGRÍA** (junio):

Con la llegada de la primavera, su luz y sus colores y tras el descanso de Semana Santa todos sentimos alegría. A todos nos gusta sentirla y que nos duela la tripa de tanto reír, pero hay ocasiones en las que debemos contenernos porque no es el momento o el lugar adecuado o porque nos pone demasiado nerviosos. Para esos casos raros tenemos que haber practicado mucho ya que no es nada fácil contenerse y expresarlo en otro momento. Para ello, podemos hacer estas actividades:

1- “Recuerdos felices”. En este caso cada niño con su familia seleccionará al menos tres fotos del alumno en las que esté en momentos de esos en los que no pueden parar de reír y ese álbum lo traerán a la clase y lo sacaremos cuando le cueste sonreír. Seguro que eso y el cariño de todos hace que pronto se sienta más alegre (Infantil y todos los que quieran incluyendo a las familias)

2- “Rayos de alegría y gratitud” Esta actividad es muy útil y consiste en hacer un círculo de cartulina amarilla y tiras en las que cada uno escribe razones por las que se siente afortunado y recuerdos alegres. Se puede hacer en el blog de Plástica o si es en casa, se puede poner en el armario o en su espejo Así cada vez que no sea un momento tan bueno podremos echar un vistazo (Para todos los públicos).

También se les explicará la “REGLA PLAC” (ninguna persona, lugar, animal o cosa tiene la capacidad de hacerme sentir; sólo es capaz de hacerlo la idea que asocia mi cerebro a ello) y cuándo usar o tirar un pensamiento a partir del 2º Ciclo de Primaria, algo muy útil para el día a día tal y como explica el neurocientífico David del Rosario en este vídeo: V. Completa. Neurociencia aplicada al día a día. David del Rosario, investigador en neurociencia

3- “Pierde quién se ríe primero” Este juego consiste en colocarse frente a frente por parejas y tratar de hacerse reír el uno al otro por turnos, para lo cual se puede emplear cualquier “artimaña” excepto tocarse. (Todos los niveles)



## **7. RECURSOS MATERIALES Y HUMANOS NECESARIOS.** *¿Qué necesitamos para llevarlo a cabo?*

Para la realización de las diferentes medidas planteadas en el Plan de Convivencia del centro, es preciso una serie de recursos materiales y humanos que nos facilitarán su puesta en marcha.

Los RECURSOS MATERIALES o ESPACIALES que emplearemos en las diferentes actividades serán los siguientes:

- Aulas del centro, sillas, mesas, etc.
- Patios, espacios exteriores, halls del colegio, gimnasio/pabellón, etc.
- Papel, folios, hojas en sucio, etc.
- Bolígrafos, lapiceros, gomas, sacapuntas, tijeras, etc.
- Espacios externos al centro (parques cercanos, salidas al entorno, etc.)
- Ordenadores, pantallas digitales, altavoces, etc.
- Armario o espejos.
- Reglamento de Régimen Interno del centro.
- Programa de Desarrollo de la Inteligencia Emocional.
- Cuestionarios de evaluación.
- Rotuladores de "lettering".
- Envases de "huevos Kínder".
- Aplicación "Class Dojo" y programas como Spreaker Studio (para podcast)
- Silueta de un lobo plastificada.
- Triángulitos blancos de papel.
- Cajas de leche o de fruta (para recortar rectángulos de cartón).
- Cartulinas (para recortar manos de niños, tiras, círculos y paraguas).
- Pañuelo mágico "soplamocos".
- Caja cartón (para meter el pañuelo).
- Gel hidroalcohólico en spray.
- Fotos (para hacer reír/sonreír a los demás).
- Juegos del "Pictionary", el "Party & Co" o el "Dixit".
- Elemento multimedia para grabar voz (pequeños podcast o monólogos").
- Blog de Plástica.
- Canciones o poemas que hablen del maltrato.
- Músicas y textos de canciones que expresen ira o enfado.
- Canción "manos de colores".
- Canción "el chuchuguá".

Por otra parte, los RECURSOS HUMANOS o PERSONALES que se emplearán serán los mencionados a continuación:



- Tutores de cada uno de los cursos (Infantil 3, 4 y 5 años; y Primaria 1º A, 1º B, 2º A, 2º B, 3º, 4º, 5º y 6º).
- Profesores especialistas (música, idiomas, E.F., pedagogía terapéutica, audición y lenguaje, etc.)
- Equipo Directivo del centro (directora, jefa de estudios y secretario).
- Departamento de Orientación (si quisiese participar o involucrarse en alguna actividad).
- Alumnado del centro (desde Infantil a Primaria).
- Familias del alumnado del centro (que colaborarán en algunas de las actividades).
- AMPA (Asociación de Madres y Padres del centro).
- Instituciones de nuestra ciudad.
- Diferentes ONGs.

## **8. SECUENCIACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE LAS ACTIVIDADES. ¿Cuándo lo haremos?**

El plan de convivencia se tendrá en cuenta **durante todo el curso escolar** para **resolver los conflictos** que surjan en el día a día, cada profesor con sus alumnos. Tal y como se establece en el punto 6, la temporalización de las actividades del Plan de Educación emocional será trimestral y la del Programa de “aulas hermanas” se realizará mensualmente.

Todas ellas dentro del **proyecto anual** titulado: “**Historias contadas y cantadas**”

Además, se han concretado las siguientes **fechas** para realizar distintas actividades relacionadas con dicho plan:

### 1º TRIMESTRE:

- BIENVENIDOS AL CURSO ESCOLAR: 7 de septiembre. (A nivel de centro).
- PLAN DE ACOGIDA: primera semana de septiembre: para los alumnos nuevos en el centro, favoreciendo su integración.
- SAN FRUTOS: 24 de octubre. (A nivel de centro).
- LA CONSTITUCIÓN: 5 de diciembre. (A nivel de aula).
- FESTIVAL DE NAVIDAD: 22 de diciembre: (A nivel de centro).

### 2º TRIMESTRE:



- DÍA DE LA PAZ: 30 de enero. (A nivel de centro).
- CARNAVALES: semana del 5 al 9 de febrero, (A nivel de centro).
- DÍA DE LA MUJER: 8 de marzo. (A nivel de aula).

### 3º TRIMESTRE:

- DÍA DEL LIBRO: 19 de abril. (A nivel de centro).
- DÍA DE LA COMUNIDAD: 19 de abril. (A nivel de aula).
- DÍA DE LA FAMILIA: 15 de mayo. (A nivel de aula).
- CUENTACUENTOS: un viernes de mayo. (A nivel de centro)
- SEMANA CULTURAL: la semana del 17 al 21 de junio. (A nivel de centro).

## **9. REVISIÓN Y MEJORA. Estrategias y documentos para evaluarlo.**

Anualmente la Comisión de convivencia elaborará un informe que debe recoger las actuaciones llevadas a cabo, las incidencias producidas en este periodo y los resultados conseguidos en su intento de erradicación.

El informe deberá constar de:

- Actuaciones durante el año.
- Reuniones de carácter interno y asuntos a tratados.
- Actividades realizadas.
- Incidencias producidas durante el curso.
- Procedimientos de intervención con los comportamientos conflictivos.
- Análisis y valoración de la situación de la convivencia en el centro y propuesta de mejora.

+ También se pasará un forms o cuestionario para las familias, los alumnos de 6ºP y el profesorado donde se evalúen las actuaciones y actividades realizadas, para ver si se han conseguido los objetivos propuestos.

Además, a través de estas tablas de registro se irá revisando el grado de implantación del Plan:

[https://educajcyL-my.sharepoint.com/:w/r/personal/mmrodriguez\\_educa\\_jcyl\\_es/Documents/TABLA%20DE%2](https://educajcyL-my.sharepoint.com/:w/r/personal/mmrodriguez_educa_jcyl_es/Documents/TABLA%20DE%2)



**Junta de  
Castilla y León**  
Consejería de Educación

C.E.I.P. DIEGO DE COLMENARES

[0REGISTRO%20DE%20LAS%20ACTIVIDADES%20DE%20EDUCACI%C3%93N%20EMOCIONAL.docx?d=w88f33a37863642c58fe2cf452a998ea3&csf=1&web=1&e=IN3HyU](#)

[https://educajcyL-my.sharepoint.com/:w:/r/personal/mmrodriguez\\_educa\\_jcyl\\_es/Documents/TABLA%20DE%20REGISTRO%20DE%20LAS%20ACTIVIDADES%20DE%20LAS%20AULAS%20HERMANAS.docx?d=wc64bb9ceae2e43e39f5c4c22346865f3&csf=1&web=1&e=JCKo9j](https://educajcyL-my.sharepoint.com/:w:/r/personal/mmrodriguez_educa_jcyl_es/Documents/TABLA%20DE%20REGISTRO%20DE%20LAS%20ACTIVIDADES%20DE%20LAS%20AULAS%20HERMANAS.docx?d=wc64bb9ceae2e43e39f5c4c22346865f3&csf=1&web=1&e=JCKo9j)