

# Ciao!!

MARZO 2024 - AÑO 3 - N° 16



**Libera una poesía**

***Inicio del Ciclo Lectivo***

**La educación de las habilidades socioemocionales en la escuela**

***Questo Sono Io***

**Tejiendo seguridad: la aventura de ser padrino en la escuela**

***Mi propio mundo***

**Cultivating Confidence: A Journey of Trust in English Class**

***Desafiando nuevos horizontes:***

***La emoción de las Olimpíadas de Matemática en Secundaria***

**Colaboración para el desarrollo socioemocional:**

**Estudiantes de psicología en Hölter Natur**

***Un viaje que deja huellas***

## ÍNDICE

<b>Libera una poesía Dante. Inicial</b>	<b>4</b>
<b>Inicio del Ciclo Lectivo Hölters. Inicial.</b>	<b>8</b>
<b>La educación de las habilidades socioemocionales en la escuela Dante. Primaria</b>	<b>12</b>
<b>Questo Sono io Dante. Primaria.</b>	<b>14</b>
<b>Tejiendo seguridad: la aventura de ser padrino en la escuela Hölters. Primaria.</b>	<b>15</b>
<b>Mi propio mundo Dante. Secundaria.</b>	<b>17</b>
<b>Cultivating Confidence: A Journey of Trust in English Class Hölters. Inicial.</b>	<b>19</b>
<b>Desafiando nuevos horizontes: La emoción de las Olimpiadas de Matemática en Secundaria Hölters. Secundaria.</b>	<b>20</b>
<b>Colaboración para el desarrollo socioemocional: Estudiantes de psicología en Hölters Natur Hölters. Secundaria</b>	<b>22</b>
<b>Un viaje que deja huellas CIEDA</b>	<b>24</b>



## *Madurando los proyectos*

*En el 2018 en reunión de Equipo Directivo decidimos transformar las prácticas educativas de acuerdo a las necesidades que el tiempo nos requería. En ese momento fijamos dos líneas a seguir: Enseñanza por habilidades y Aprendizaje Basado en Proyectos.*

*En una reunión de equipos de conducción, junto con los equipos de orientación, estuvimos 2 días enteros diseñando el plan y luego una semana intensiva trabajando cada nivel de forma separada. Fruto de ese trabajo se produjeron 2 libros: “La educación transformada” y “ABP, un viaje poderoso para transformar la escuela”. En los mismos proponíamos modos concretos de aterrizar la innovación buscada.*

*Seis años después, y a través del recorrido contado en cada Ciao, vemos como esas propuestas se fueron materializando en las aulas, haciendo de aquellas líneas esbozadas, casi en el aire, un recorrido que fue acentuándose a cada paso.*

*Es muy emocionante ver el crecimiento de los proyectos, la riqueza de cada secuencia didáctica, la profundización de las habilidades y las transversalidad de los contenidos en las propuestas de enseñanza. También es muy estimulante descubrir que un método no implica la anulación de la creatividad personal, por el contrario, contribuye a que cada docente pueda ponerle su cuota individual sin generar un propuesta disonante en su conjunto. Hemos comprobado que el método CIEDA estimula la impronta de cada docente, con un marco armonioso que permite realizar una oferta coherente para lograr aprendizajes en profundidad.*

*Este año, como aquel 2018, es un año bisagra también, porque con la madurez de la experiencia vivida, hemos evaluado aciertos y errores y relanzado esa propuesta, por ello nos proponemos:*

- Profundizar las propuestas de ABP, rediseñar nuevas intervenciones y mejorar las ya realizadas*
- Incorporar el trabajo con las habilidades socioemocionales. Si bien la propuesta hasta el momento era incorporar las habilidades a la enseñanza, quizás el trabajo estaba más centrado en las habilidades cognitivas.*

*Vamos a realizar un abordaje que incluya a toda la comunidad, de forma sistemática. Vamos a trabajar a partir de 3 ejes interrelacionados: Conocerse, relacionarse y decidir y actuar. Estos ejes se darán de manera ascendente desde sala de 3 hasta 6° año del Nivel Secundario.*

*Este proyecto tendrá una serie de propuestas diseñadas para cada nivel y busca alfabetizar a los alumnos y a todos los adultos de la comunidad en dichas habilidades con el fin de generar un entorno saludable y de bienestar para todos, pero principalmente para los alumnos.*

- *Se incorporará en 6to. año, a manera de experiencia piloto, con la idea de verterla en toda la escuela, un programa integral de aprendizaje autónomo, sistemático, con secuencias didácticas que prevén momentos de explicación llamados asambleas, momento de trabajo personalizado o en equipo, guiados por un tutor, llamados laboratorios y finalmente momentos donde se dé cuenta de los aprendizajes para poder generar una retroalimentación por parte de los docentes y pares, llamados foros.*

*Esta propuesta se basa en las teorías de aprendizajes activos y de aulas invertidas.*

- *El valor central propuesto para el año es la confianza, principio fundamental de toda la convivencia humana. No hay posibilidad de alcanzar logros significativos de manera colectiva sin este valor. Los alumnos trabajarán el mismo a partir de convivencias, encuentros y asambleas de aula.*
- *Finalmente, el gran desafío que tenemos por delante es hacer de la bilingüidad un estilo de aprendizaje donde el idioma sea un canal de expresión “natural” de distintos saberes, permitiendo comunicarse a los alumnos de manera fluida en diferentes lenguas. Para la Dante los idiomas a trabajar en la escuela bilingüe y en la escuela paritaria son el italiano, el inglés y el español y para el Hölters son: inglés, español y alemán como tercera lengua.*

*El 2024 será un hito, como lo fue el 2018, como impulsor y refundador de esta propuesta de innovación educativa, que surgió como un sueño con la creación de CIEDA. Es el año donde constatamos que aquella semilla, ya es una planta, pero ahora queremos que se convierta en un frondoso árbol, que cobije a nuevos y mejores aprendizajes y que sus frutos sean una muestra de que el trabajo sistemático, conjunto y coherente es posible y deseable para todas las instituciones educativas.*

*Lic. Alfredo Vota  
Director General  
Polo Dante-Hölters-CIEDA*

*¡Gracias a todos por los aportes!  
¡Felicitaciones por tanto trabajo!  
¡Bienvenidos!  
Equipo CIEDA*

# “*Libera una poesía*”

## PROYECTO: “LIBERA UNA POESÍA”

La poesía es la forma más elevada del lenguaje humano, pura sonoridad y simbolismo. Ingresa al receptor a través de sensaciones, emociones e imágenes. Nunca intenta explicar nada, pero construye universos hechos de palabras. Los niños la encuentran en las veredas, en las canciones de cuna que guardan en la memoria, en las salas del jardín.

A partir de que la Unesco proclamó el 21 de marzo como Día Mundial de la Poesía, con el objetivo de apoyar la diversidad lingüística a través de la expresión poética, este día se convirtió en un motivo para leer poesía, reflexionar sobre ella, preguntarse qué es, quiénes la escriben, por qué, cómo lo hacen y, por qué no, también COMPARTIRLA con otros.

Para conocer más sobre este género literario, las Salas Arlecchino, estuvieron investigando y algunas preguntas se presentaron:

¿Qué características tiene una poesía? ¿Suena igual que un cuento? Comenzando a explorar algunos recursos del lenguaje poético.

Escucharon Antologías poéticas de autores latinoamericanos, haciéndolas propias en un universo individual de significaciones.



Luego realizaron una votación de la más gustada, para recomendar su lectura a las demás salas del Jardín.



Hicieron registros gráficos de lo escuchado.



Y por ese efecto disparador de la lectura, los alumnos de las salas Arlecchino acompañados por sus Seños les propusieron a las demás salas poder llevarse a sus casas una poesía para leer en familia.



El día terminó de una manera muy especial, caritas felices y poesías libres para ser leídas por quienes deseen disfrutarlas y por qué no también compartirlas.



**DAN**  
**IT**  
Campana

## Familias

Los invitamos durante la salida del día de hoy, a apreciar la **cartelera del día de la poesía** que hicieron las salas Arlecchino.

**No se olviden de liberar una poesía para leer y compartir en casa.**



“

*“El lenguaje poético permite que los niños descubran el ritmo de las palabras, jugando con ellas mientras ejercitan su memoria, clarifican la dicción, enriquecen su expresión y aumentan el vocabulario, percibiendo la belleza del lenguaje y desarrollando la creatividad”.*

”

# “Inicio del ciclo lectivo”

Comenzamos un nuevo ciclo lectivo y con él nuevos desafíos nos esperan, para disfrutar junto a nuestros niños y sus familias.

*“La infancia es tiempo de inocencia, son peldaños muy altos y huellas de pisadas pequeñas. Es un mágico lugar de sueños, donde todo es posible y lo mejor está justamente empezando. La infancia es para explorar, es para correr y llegar... y tocar...y ver...y gustar...y oír... Pero, sobre todo para CRECER y DISFRUTAR”.*



El inicio del ciclo lectivo en el Jardín es un momento muy especial que despierta ansiedades, inquietudes, miedos... especialmente para los niños y las familias que se integran por primera vez a la comunidad educativa.

En MATERNAL, el ciclo comenzó con una actividad compartida con las familias.





Nuestra propuesta está basada en los aprendizajes tempranos de los más pequeños, teniendo en cuenta las capacidades individuales y partiendo de un trabajo con profesionales que se encargarán de estimular las distintas áreas cognitivas de los niños a través de una educación integral que favorezca el intercambio grupal de la tarea pedagógica. Esta etapa se caracteriza por una mezcla de fantasía con realidad, a través de un pensamiento egocéntrico con una prolongación del desarrollo de la inteligencia sensorio-motriz. Nuestro jardín maternal brindará a los más pequeños la posibilidad de dar el primer paso en el camino de la sociabilización que durará toda su vida a través de un ambiente cálido, armónico y estético en donde el equipo docente debe dar respuesta a las necesidades primarias de los niños y de la familia a través de la responsabilidad y el compromiso con su tarea y el proyecto institucional.



En Inicial el aprender se logra a través del juego, elemento principal del nivel, creando a partir de este recurso un ambiente efectivo que contenga a los niños y les permita ir conquistando cada vez una mayor autonomía en sus acciones, con seguridad y confianza en sí mismos y en los demás, respetando la identidad de cada niño.

El nivel Inicial a través de la actividad lúdica genera en los niños el placer de actuar sobre los objetos y sobre sus propias ideas, de tal manera que el aprender "jugando" significa para nosotros iniciarse en la comprensión del funcionamiento de las cosas.

Nuestro objetivo consiste en estimular a cada niño para que desarrolle con alegría su máximo potencial, teniendo un diálogo permanente con las familias, posibilitando así, el acercamiento comprensivo de acuerdo con las necesidades de cada uno. Brindamos a nuestros niños un espacio donde APRENDER sea una actividad dinámica y divertida, el CREAR estimule los sentidos, y el CONOCER se realice a través del juego atravesando las distintas áreas curriculares.





Durante esta etapa es fundamental el bienestar de los niños y el grupo en general, nos proponemos brindarles confianza y seguridad para que logren una adaptación óptima al grupo, institución y docentes, en un entorno amoroso de contención ante sus necesidades, siendo éste nuestro eje principal para lograr dicha etapa. Se proponen actividades acordes a su edad, llamativas y atractivas teniendo en cuenta el protocolo de seguridad para hacer del Jardín un lugar seguro.

La paciencia, los nuevos amigos, la música, el juego, los nuevos logros, los límites, las sorpresas, la mano de la señorita, el vínculo fuerte de amor, todo ello dará como resultado una buena adaptación al Jardín y un año exitoso.

# “La educación de las habilidades socioemocionales en la escuela”

*“Hoy es tan importante saber leer y escribir, como ser un agente de cambio, lo que significa contribuir de forma activa para mejorar el mundo en el que vivimos. En realidad, siempre ha sido así, pero hoy, y aunque quede camino por recorrer, es más incuestionable que nunca, ya sea por principios éticos o por garantizar nuestra propia supervivencia como especie”*

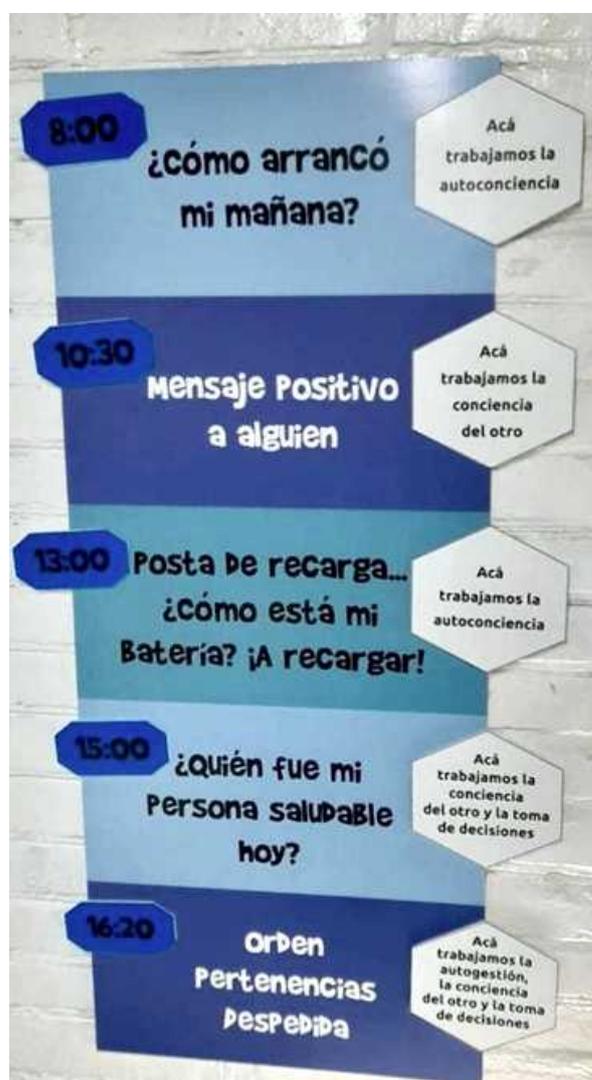
*David Martin, 2017*

El trabajo en equipo entre la escuela y la familia es la piedra fundamental para acompañar a los alumnos en el desarrollo de habilidades y competencias que les permitan la comprensión y la gestión de sus emociones, el desarrollo de su inteligencia emocional y la mejora de sus relaciones interpersonales.

Creemos que una escuela que cobija a la infancia de hoy no debe desconocer el vínculo directo que hay entre el desarrollo cognitivo y socioemocional y cómo ambos se retroalimentan mutuamente.

Este año nos propusimos continuar recorriendo el camino que ya veníamos transitando en educación emocional, formalizando dos proyectos concretos basados en Habilidades Socioemocionales.

Por un lado, incorporamos al cronograma escolar rutinas con horarios fijos en las que, a través de distintas preguntas según el momento del día, los invitamos a pensarse, pensar en otros y decidir. De esta manera trabajamos las habilidades socioemocionales de la autoconciencia, la conciencia del otro, habilidades sociales y la toma de decisiones. Al mismo tiempo, construimos con ellos el hábito saludable de sostener una rutina.



Por otro lado, a partir de talleres brindados por el Equipo de Orientación Escolar con cada uno de los grupos, nuestros alumnos protagonizan dinámicas grupales e individuales que trabajan el autoconocimiento, la identidad, la autoestima, los miedos, los valores, la convivencia, el sentido de pertenencia, las emociones, la tolerancia y la frustración.

La complejidad que implica el desafío de educar estudiantes que gestionen sus emociones sólo se puede atravesar con el acompañamiento de sus familias. Este fue nuestro norte para darles la bienvenida al presente ciclo lectivo, y el primer día clases generamos un espacio en donde la familia y la escuela tuvieran la oportunidad de mirar cara a cara a sus emociones, ponerlas en palabras y conectar a través de ellas con nuestros referentes más queridos.



“

*“El aprendizaje socioemocional forma parte del desarrollo integral de los estudiantes y debe ser abordado por la educación básica”*

UNESCO

”

# “Questo sono io”

Con 1° B trabajamos con “Il Viso”, realizando diversas actividades divertidas para que los chicos descubran y aprendan a describir sus rostros y el de sus compañeros, con el vocabulario correspondiente, haciendo énfasis en el autoconocimiento, la importancia de comprender que todos somos distintos y todos somos especiales, la comunicación y la curiosidad.

Comenzamos realizando un rompecabezas de ellos mismos. Los niños se dibujaron y pintaron a ellos mismos. Luego los recortaron y jugaron a armar su propio rompecabezas y el de los compañeros.

Luego en el pizarrón creamos entre todos distintos personajes; cada alumno debía dibujar una parte de la cara pero de manera muy divertida ya que lo hacían con los ojos cerrados. Entonces pasaba un alumno al frente, entre todos elegíamos qué parte del rostro debía dibujar (nombrándola siempre en italiano) y luego con los ojos cerrados la dibujaban. Cerrando la actividad, cuando ya nos quedaba la cara completa, muy divertida y graciosa, le poníamos nombre.

Para finalizar, los chicos crearon rostros, mediante una actividad en la que trabajaron la motricidad fina. Recortaban las distintas partes del rostro que querían y las pegaban. Luego las presentaban al resto de sus compañeros diciendo “questo è il mio viso” y contaban qué habían puesto.

Prof. Brenda Haffner



*Gli alunni della prima classe hanno lavorato con l'argomento “Il viso”, svolgendo diverse attività con lo scopo di scoprire il proprio viso e descriverlo ed anche quello dei loro compagni usando il lessico corrispondente. Facendo enfasi nelle abilità dell'autoconoscenza, la curiosità e la comunicazione l'obiettivo è che gli alunni capiscano che tutti siamo diversi e tutti siamo speciali. I bambini hanno fatto il proprio autoritratto, lo hanno colorato dopo di che lo hanno ritagliato in diverse parti a modo di rompicapo e si sono messi a giocare. Come seconda attività fra tutti hanno creato un personaggio sulla lavagna: a turni ognuno disegnava la parte della faccia indicata dall'insegnante ma ... con gli occhi bendati! Quanto si sono divertiti! Hanno ripetuto il gioco più volte ed hanno scelto un nome per ogni personaggio creato. Per finire l'insegnante ha consegnato loro un foglio con diverse parti della faccia e gli alunni le hanno ritagliate per costruirne una nuova. Poi individualmente hanno mostrato il proprio lavoro ai compagni facendone la descrizione corrispondente.*

# *“Tejiendo seguridad: la aventura de ser padrino en la escuela”*

## “Tejiendo seguridad: La Aventura de Ser Padrino/a o Ahijado/a en Nuestra Escuela”

Durante varios años, nuestro colegio ha llevado a cabo el proyecto "Padrinos, madrinas y ahijados/as", que involucra a los estudiantes que inician su recorrido en la primaria y aquellos que se encuentran en su último año. En este proyecto, los mayores apadrinan a los más pequeños durante todo el año escolar.

El propósito de este proyecto es múltiple: busca fomentar la integración entre los alumnos de 1º y 6º grado, inculcar valores de solidaridad y ayuda entre nuestros niños, promover el respeto y la participación en actividades que promuevan la valoración del otro, así como crear lazos de unión, amistad y compañerismo entre nuestros estudiantes. También busca desarrollar la empatía y fomentar la confianza y la seguridad en los más pequeños.

El pasado martes 5 de marzo, celebramos con gran alegría el tan esperado encuentro entre padrinos, madrinas y ahijados/as. Entre charlas, risas, juegos y abrazos, dio comienzo este hermoso recorrido. A lo largo del año, los participantes compartirán muchas actividades en las que tanto padrinos y madrinas como ahijados/as desempeñarán diferentes roles, permitiendo que todos se beneficien de esta hermosa tarea de crecer juntos.

Recuperando la voz de los chicos de primero y sexto grado, queremos compartir sus expresiones:

"Mi padrino me trae dibujos y me busca para jugar en los recreos",

"Recuerdo a mi madrina, a veces



la veo en la secundaria, era muy buena conmigo, quiero ser para mi ahijada como ella fue para mí",

"Yo invitaba a mi padrino a mis cumpleaños y él me invitaba a los suyos",

"Mi madrina es muy buena, me ayuda y me da abrazos fuertes".

Nuestro deseo es que esta experiencia sea hermosa e inolvidable para todos.



# “Mi propio mundo”

Proyecto: "Mi propio mundo"

Este año, 2do de secundaria trabajará en un hermoso proyecto que tiene como objetivo la exploración de habilidades socioemocionales. Nos enfocaremos, fundamentalmente, en las de autoconocimiento y autorregulación. Para ello, desde el área de Prácticas del lenguaje, hemos pensado en trabajar la producción escrita mediante la utilización de una bitácora donde se puedan conservar los registros. No obstante, estas actividades de escritura, estarán orientadas a partir de consignas y disparadores para que, paulatinamente, sus pensamientos logren atravesar la muralla de la mente y plasmarse en un papel. Esto es, darle voz a sus sentimientos, ideas y pensamientos internos.

Para la puesta en funcionamiento, los miércoles se vestirán de fiesta, es decir, abarcaremos los primeros 15/20 minutos de la clase con diversas propuestas de escritura personal.

A modo de ejemplo, compartimos algunas de las consignas que se presentarán a los alumnos:

Escribe una carta a vos mismo/a desde un lugar de amor. Elogia tus fortalezas, reconoce tus logros y perdona tus imperfecciones.

Escribe sobre un desafío que hayas superado en tu vida. Describe los obstáculos que enfrentaste, cómo te sentiste en ese momento y cómo lograste superar la situación.

El expresar y darle forma a nuestros pensamientos a través de la escritura puede tener efectos muy positivos.

Al escribir sobre las preocupaciones y emociones que habitan en nuestra mente podemos lograr una mayor claridad, comprensión y perspectiva sobre nosotros mismos y nuestras vidas. Es decir, es una



práctica que impulsa la autoreflexión y el bienestar emocional.

Este proyecto cuenta con una cláusula muy importante para los estudiantes: las producciones serán íntimas y permanecerán bajo llave -imaginaria-, no se compartirán ni expondrán en clase. En este sentido, nadie ajeno podrá leer sus escritos, con la salvedad de que ellos autoricen a alguien de su confianza para hacerlo.

Es importante saber que escribir sobre nuestras emociones es una forma efectiva de liberar tensiones y expresar sentimientos difíciles. La escritura, es considerada una excelente actividad terapéutica, ya que proporciona una salida creativa para procesar y canalizar nuestras emociones.

La escritura fomenta la conexión con nosotros mismos y promueve el autocuidado, al escribir y reflexionar sobre nuestras necesidades podemos fortalecer nuestra autoestima y desarrollar una mejor conciencia de nosotros mismos.

¡Esperamos que lo disfruten!

Profesoras: Lorena Razza –Lorena Candido



# *"Cultivating Confidence: A Journey of Trust in English Class"*

"Cultivating Confidence: A Journey of Trust in English Class". 1ero Bilingue.

En el marco del aprendizaje socioemocional, estudiantes de 1er año bilingüe trabajaron en Inglés, el valor de este año: la confianza, en inglés: "Trust" o "Confidence".

Se preguntaron en quién confían y por qué, reflexionando sobre la esencia de este valor que les ayuda a construir su yo y ponerlo en juego en la vida.

Sobre un gran corazón y en post-it notes se hicieron visibles las personas en las que ellos confían.

Luego compartieron una actividad de "get-to-know-each-other" activando todo el conocimiento previo acerca de rutinas, hobbies, información personal y experiencias pasadas encontrando varias similitudes y algunas diferencias.



# *“Desafiando nuevos horizontes: La emoción de las Olimpiadas de Matemática en Secundaria”*

Queremos contarles que este año, los alumnos de Secundaria Básica compitieron en las Olimpiadas de Matemática, luego de muchos años.

La propuesta surgió a partir del interés demostrado por los chicos en las clases de matemática y, notando cada día más avance en la resolución de los desafíos presentados, decidimos inscribirnos en la competencia “CANGURO” en las categorías “BENJAMIN” donde participaron los alumnos de primer año y “CADETE” donde participaron alumnos de segundo y tercer año. Dicha competencia se llevó a cabo en el colegio el pasado jueves 21 de Marzo.

La Fundación Olimpiada Matemática Argentina organiza y promueve las Olimpiadas Matemáticas ÑANDÚ (de 5° grado a 1° año) y las OMA (de 2° a 6° año). Además se realizan los MATECLUBES, el torneo de Geometría e Imaginación y el torneo Literatura y Matemática. Tanto en Ñandú como en OMA hay instancias escolares, interescolares, Zonal, Regional y Nacional. La instancia Provincial se realiza de manera amistosa a modo de entrenamiento para las Nacionales que se celebran en noviembre.

La Olimpiada Matemática Argentina es una competencia de desenvolvimiento matemático, destinada a fomentar el desarrollo de la capacidad de razonar y resolver problemas en el alumnado de nivel primario y secundario de Argentina.

La propuesta no es enseñar matemática, sino que hagan matemática. Y todo se aprende en comunidad que hace. La idea principal es que los alumnos disfruten y busquen ampliar su horizonte de conocimiento jugando.

Los chicos vivieron una jornada matemática con mucho entusiasmo donde se notó responsabilidad y



compromiso para poder trabajar y obtener lindos resultados.

Como docente estoy sumamente feliz de poder recuperar este espacio en donde podemos compartir entre nosotros y con otros colegios y a la vez enriquecernos.

Espero disfruten de las diferentes instancias y pueda acompañarlos en este maravilloso camino matemático.

PROF. Gabriela Ballari



## *“Colaboración para el desarrollo socioemocional: Estudiantes de psicología en Hölters Natur”*

Cada año, el Colegio Hölters Natur recibe con entusiasmo a estudiantes de la carrera de Psicología de la prestigiosa Universidad del Salvador. Esta colaboración se ha convertido en una tradición en nuestra institución, brindando a estos futuros profesionales la oportunidad de realizar prácticas profesionales en un entorno educativo dinámico y enriquecedor.

Durante un cuatrimestre completo, las estudiantes tienen la oportunidad de sumergirse en el mundo de la educación, trabajando estrechamente con nuestros estudiantes de los niveles primario y secundario. Su presencia en nuestras aulas y espacios de aprendizaje agrega una dimensión adicional al proceso educativo, ya que traen consigo conocimientos frescos, perspectivas innovadoras y un compromiso genuino con el bienestar emocional de nuestros alumnos.

Este año, nuestro enfoque principal estará centrado en el desarrollo de habilidades socioemocionales. Reconociendo la importancia fundamental de estas habilidades en el crecimiento integral de nuestros estudiantes, hemos diseñado un proyecto especial en el que estas estudiantes de psicología serán parte integral.

Desde el primer día, les damos una cálida bienvenida a estas jóvenes profesionales a nuestras aulas y espacios de aprendizaje. Estamos seguros de que su participación activa y comprometida en nuestro proyecto enriquecerá significativamente la experiencia educativa de nuestros estudiantes. Con nuestra guía y apoyo, esperamos cultivar un entorno en el que cada alumno tenga la oportunidad de desarrollar su inteligencia emocional, fortalecer sus habilidades sociales y cultivar una mentalidad positiva y resiliente.



Nos sentimos felices de contar con esta participación y estamos seguros de que realizarán un trabajo excepcional durante su tiempo con nosotros. Juntos, estamos comprometidos a crear un ambiente de aprendizaje que promueva el crecimiento académico, emocional y personal de cada uno de nuestros estudiantes.

¡Damos la bienvenida a estas futuras psicólogas con los brazos abiertos y esperamos con ansias trabajar juntos para alcanzar nuestras metas educativas y emocionales!





¿Por qué sucede esto? Veamos algunas respuestas posibles:

Los viajes nos conectan con un tiempo de placer.

En general los realizamos por propia decisión.

Planificamos lo necesario motivados por los lugares que elegimos para viajar.

Nos zambullimos con todos nuestros sentidos en la experiencia que estamos viviendo.

La emoción nos lleva a querer captar lo vivido en fotos, recuerdos, filmaciones.

Nos reunimos para recordarlo o para compartir la experiencia.

Lo más importante: conectamos los lugares visitados con la experiencia vivida en ellos. Por ejemplo, las horas que caminamos para llegar a ese lugar, el frío que pasamos en algún otro, la comida rica que descubrimos.

El Aprendizaje Basado en Proyectos (ABP) tiene como característica particular la capacidad de construir experiencias significativas lo más parecidas a las que vivimos cuando planificamos y realizamos un viaje.

Para Arrighi y Mañá (2020) el ABP es un vehículo poderoso que nos permite experimentar nuevos modos de vivir la escuela. Una vez que hemos vivido una experiencia de ABP en el aula, la escuela ya no es la misma, un nuevo aire ingresa y no hay vuelta atrás. Lo vivido se derrama, se desborda y va más allá de la experiencia concreta atravesada, empapa toda la realidad.

Lo vivido deja huellas.



En este mundo complejo, los docentes debemos ser portadores de esperanza y de sentido. Dejar una huella firme y fuerte, generando propuestas que despierten a los estudiantes, que les permitan comprender el mundo en que viven desarrollando competencias para actuar sobre él transformándolo.

Hay que volver a pensar qué, cómo, por qué y para qué enseñamos...

Volver a cuestionarnos, hacernos preguntas... ¿Lo que enseño se sitúa en un lugar importante para mis alumnos? ¿Les ampliará sus horizontes? ¿Aprenderán algo significativo? ¿Despertará sus pasiones? ¿Lo que enseño es motivante para mí?

El ABP abre este camino. Un camino de preguntas, de indagación, de conexión con la realidad, un viaje de experiencias significativas que conectan al alumno con el placer de aprender y al docente con la pasión de enseñar.

A lo largo del año en cada CIAO iremos profundizando en el concepto de ABP (Aprendizaje basado en Proyectos) y EBP (Enseñanza basada en Proyectos) acompañando las valiosas prácticas que se realizan en las aulas cada día.

*“Aprendizaje basado en proyectos. Un viaje poderoso para generar nuevos modos de aprender y vivir la escuela”. Lucy Da Pian-Ivana Juyneivch. Editorial CEPA, 2020*

### **POSTAS DE PAUSA ATENCIONAL: paradas necesarias en el proceso de aprender**

En la antigüedad, las postas eran los espacios ubicados a lo largo de un camino donde los mensajeros o viajeros se detenían para descansar y/o buscar provisiones.



Hoy en día, en nuestras actividades cotidianas muchas veces necesitamos detenernos para recuperar energía



En nuestras clases también es fundamental hacer pequeños cortes o descansos que permitan darle tiempo a nuestros estudiantes para hacer una pausa, focalizar por un momento su atención en otra cosa para luego reconectar con el contenido o la actividad.

Nuestro cerebro es un órgano formidable. Nos permite realizar operaciones muy complejas, pero que consumen mucha energía, por lo que necesita descansar y desconectar de vez en cuando. En el caso de los niños, este fenómeno se acentúa aún más tras intensos periodos de concentración. Ahí es donde entran en juego las pausas mentales, recreos atencionales, descansos mentales, pausas atencionales, *brain breaks* que les permita recobrar energía y seguir aprendiendo.

Las pausas cerebrales ayudan a incubar la información obtenida y a procesar nueva información. A veces, son ejercicios mentales para silenciar los miles de pensamientos que nos pueden distraer para lograr enfocarnos.

Nos encantó cómo aborda este tema Sofía Torres en su Proyecto "Recreo emocional". Lo compartimos porque nos parece un recurso valioso para todos los docentes y creemos que es fundamental explicar a los estudiantes por qué se hace, que conozcan cómo funciona su cerebro y aprovechen los ejercicios para poder sentirse mejor y aprender con todo su potencial.

**¿QUÉ SON LAS PAUSAS ATENCIONALES O ACTIVAS?**

Las pausas atencionales o activas son actividades o ejercicios simples y cortos que se realizan en medio de una clase, taller o capacitación con el objetivo de que los participantes tomen un pequeño descanso y logren retomar el encuentro con mayor atención.

**¿DÓNDE SE UTILIZA?**

Aulas, talleres, consultorios, empresas y todo espacio que realice encuentros con grupos o sujetos de trabajo y que requieran de un periodo atencional prolongado. Sirven tanto para encuentros virtuales como presenciales.

**¿QUÉ ES?**

**¿PARA QUÉ?**

**¿DÓNDE?**

**¿CUÁNDO?**

**¿CÓMO?**

**¿PARA QUÉ SIRVE ESTE MATERIAL ?**

Según Rosler, R. (2014) las pausas activas sirven para:

- Para darle al hipocampo tiempo para procesar la información recibida. El hipocampo es la "puerta de entrada" a la memoria.
- Para disminuir la sensación de agobio y cansancio en los participantes. Y, a su vez, re-energizar el cuerpo y el cerebro.
- Para brindar oportunidades de risas, buenos momentos y diversión. Está comprobado que los climas emocionales amenos y cálidos facilitan la incorporación de conocimientos.
- Para estimular el ejercicio en el aula mejorando la salud, el bienestar emocional y el rendimiento académico de nuestros alumnos.

Rosler, R. (2014). ¿Por qué el ejercicio y el cerebro son aliados en el aprendizaje? (primera parte). Asociación Educar para el Desarrollo Humano. Recuperado de [www.asociacioneducar.com/ ejercicio-aiabdc-arenh31ab](http://www.asociacioneducar.com/ ejercicio-aiabdc-arenh31ab)

Realizado por Sofía Isabel Torres. Buenos Aires, Argentina  
Todos los derechos reservados © Prohibida su difusión sin autorización. Prohibida su comercialización.

“Las pausas cerebrales son períodos de tiempo corto en el cual cambiamos la rutina de la información entrante que llega a través de caminos predecibles y tediosos”.

Nuestros cerebros están conectados para la novedad. Prestamos atención a cada estímulo en nuestro entorno que se siente amenazante o fuera de lo común. Esto siempre ha sido una gran ventaja. De hecho, nuestra supervivencia como especie dependía de este aspecto del desarrollo cerebral. Esto significa que cuando le damos un

descanso al cerebro, se refresca el pensamiento, lo que ayuda a descubrir otra solución a un problema o ver una situación de una manera diferente. En pocos minutos el cerebro se aleja del aprendizaje, la memorización y la resolución de problemas, y esas pausas en realidad ayudan a incubar y procesar nueva información.

Los descansos que incluyen actividades físicas, a menudo se los denomina pausas activas. Creemos que es también una gran oportunidad para incorporar la actividad física en la vida diaria de los estudiantes y fomentar el ejercicio físico.

Pero también hay pausas de relajación, de respiración... el docente es quien debe estar atento a qué tipo de corte hacer de acuerdo al momento en que la aplique

Proponemos sólo algunos ejemplos de posturas de pausa atencional pero seguramente cada docente podrá encontrar muchísimas otras acordes a la edad de sus estudiantes y a la posibilidad de implementación de acuerdo al espacio, tipo de clase, personalidad docente, etc.

1. El movimiento es crucial en el aprendizaje. Un posible ejercicio sería: pedir a los estudiantes se pongan de pie y pestañeen con el ojo derecho mientras chasquean los dedos de su mano izquierda. Luego deben repetir esto con el ojo izquierdo y la mano derecha.
2. Pedir a los estudiantes se enfrenten entre sí y golpeen el pie derecho una vez, el pie izquierdo dos veces y el pie derecho tres veces, aumentando la velocidad con la que alternan el golpe sobre el piso.
3. Pedir que se enfrenten y que un estudiante dibuje en el aire mientras su pareja adivina qué está dibujando. Pueden dárseles categorías como alimentos, lugares, deportes, etc.
4. Una pequeña coreo, un "piedra, papel o tijeras", o cualquier actividad cortita que involucre el movimiento, ¡reinicia esos cerebros!
5. Pueden utilizarse videos que inviten a imitar movimientos. Hay infinitos ejemplos de ellos en las redes. Va uno a modo de ejemplo: [https://youtu.be/rV-rOpkFWfA?si=va-p\\_X8xvUYkj95v](https://youtu.be/rV-rOpkFWfA?si=va-p_X8xvUYkj95v)
6. En este juego el docente va dando consignas para que quienes se sienten identificados las cumplan: "Levanten la pierna derecha todos los que... están en pantuflas!!"; "Sacudan los hombros todos los que... se acostaron después de las 10!!"; "Levanten ambos brazos los que practican deportes los martes"; "Cruzen las piernas los que desearían estar ahora en el mar" Y así con distintas instrucciones que se le ocurran al docente, según lo que conoce de su curso.
7. Asignar un número a cada movimiento que deban hacer los niños y que los memoricen. Por ejemplo, el número uno puede ser saltar en un pie, el dos aplaudir, el tres agacharse y así sucesivamente. De esta manera cada vez que el docente mencione un número, ellos deben recordar qué deben hacer.
8. Parecido al anterior, elegir algunos colores, y un tipo de acción para cada color. Por ejemplo: Rojo: significa aplaudir. Azul: me levanto de mi lugar. Verde: levanto los brazos. Amarillo: me doy un abrazo. El docente va nombrando o mostrando tarjetas con los diferentes colores, para que los estudiantes vayan realizando los movimientos asociados. También pueden ser diapositivas proyectadas o imágenes nombrando el objeto y que tengan que asociar con el color.
9. Asignar un movimiento a cada número y después ir nombrando número de dos cifras para que hagan 2 movimientos seguidos:

N°1: sacar la lengua

N°2: alzar el brazo derecho

N°3: alzar el pie izquierdo

N°4: agacharse

N°5: alzar el brazo izquierdo

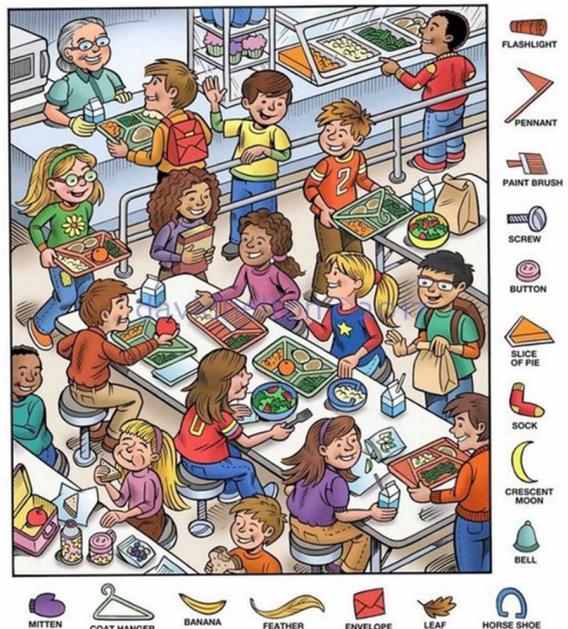
N° 6: chocar las palmas

10. Pedirle a los estudiantes que junten el dedo índice y el pulgar como aparece en la siguiente imagen:



Luego pedirles que muevan los dedos de forma que cada uno de ellos toque el pulgar. A medida que los estudiantes van realizando este ejercicio se irá aumentando el ritmo, lo que acrecentará la dificultad del ejercicio. Puede complejizarse pidiéndoles que mientras hacen estos movimientos intenten hacer círculos en el suelo con ambos pies.

11. Pueden realizarse ejercicios del tipo buscar determinados objetos en una escena, por ejemplo:



12. Buscar palabras intrusas

**MENTE ÁGIL** 

**BUSCA LA PALABRA INTRUSA**

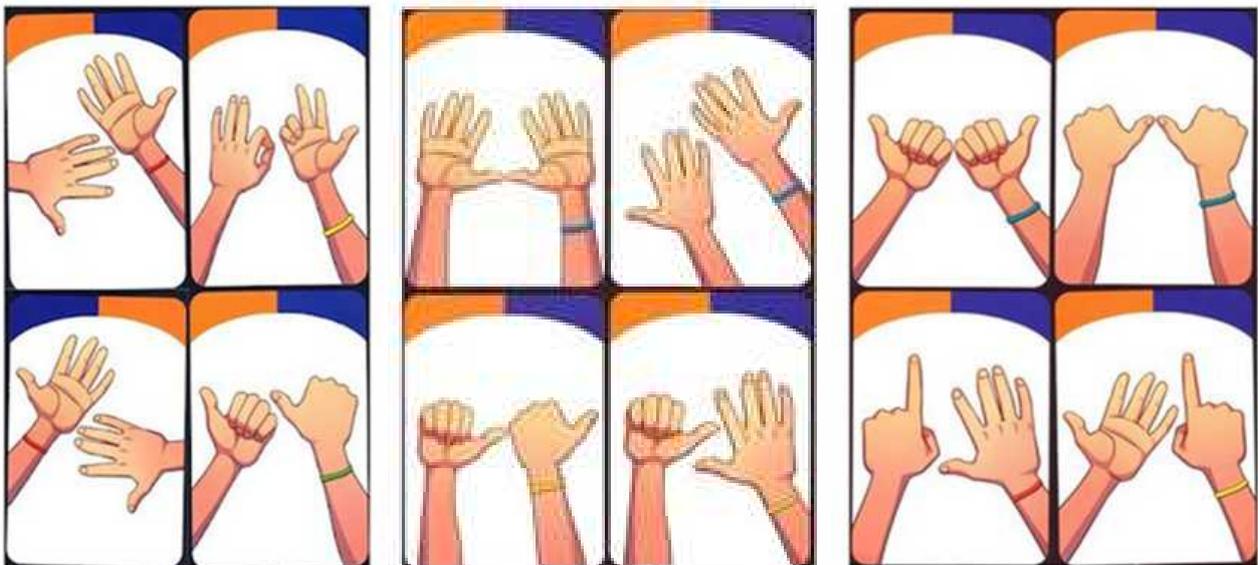
CANAS CANAS CANAS CANAS  
 CANAS CANAS CANAS CANAS  
 CANAS CANAS CANAS CAÑAS  
 CANAS CANAS CANAS CANAS  
 CANASCANAS CANAS CANAS  
 CANAS CANAS CANAS CANAS

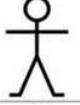
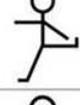
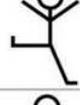
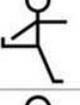
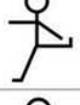
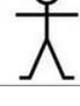
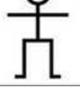
CCAP

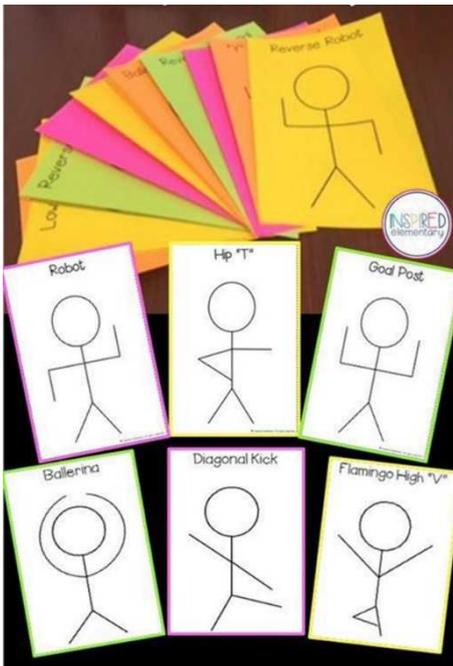
13. El docente irá diciendo personajes, y las niñas y los niños recrearán sus profesiones, p.ej.: serán carteros, barrenderos, médicos, conductores, futbolistas, etc.
14. Repetir secuencias



Imitar posiciones de las manos o el cuerpo





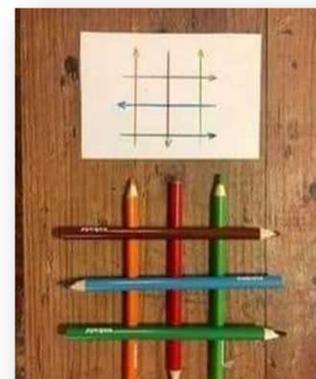
Puede hacerse tarjetas con cada pose y que las imiten cuando el docente las muestra.



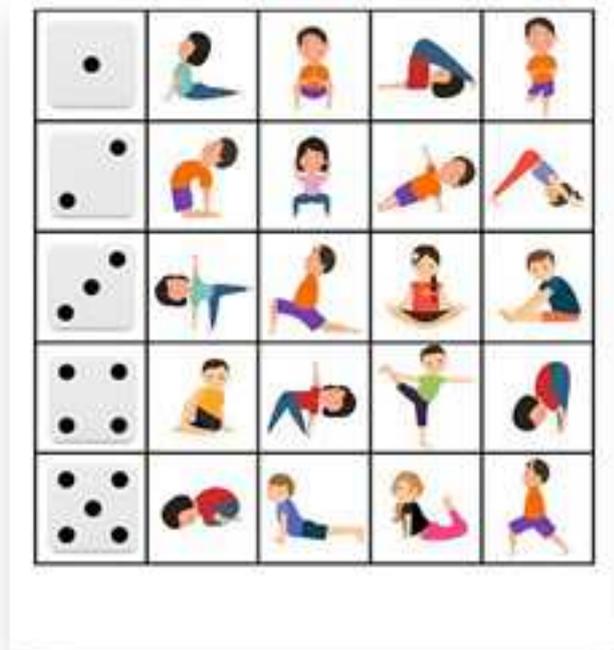
16. Decir el abecedario al revés, comenzando por la Z; también puede ser decir los números del 30 al 1
17. Se puede ir nombrando números aislados o hacer toda la secuencia; pueden ser golpes en el suelo con los pies o pasos



18. Tener preparadas tarjetas y que deban imitarlas con los lápices de colores.



19. Lanzar el dado e ir haciendo los movimientos que indica. Se puede ir tachando para no repetir



AMARILLO AZUL NARANJA  
 NEGRO ROJO VERDE  
 MORADO AMARILLO ROJO  
 NARANJA VERDE NEGRO  
 AZUL ROJO MORADO  
 VERDE AZUL NARANJA

20. Mirar la imagen e intentar decir el color, no la palabra:

21. Encontrar la palabra que coincida con el color:





22. Tener preparados dibujos en el piso que tengan que copiar en espejo; esto puede servir para utilizar en casos de fatiga individual o por pequeños grupos

23. Ejercicios verbales



24. En cuanto a ejercicios de respiración, sugerimos uno muy útil que nos acerca Sofía Torres en su material de <https://www.recreoemocional.com.ar/>

**1**  
**RELAJACIÓN MÓVIL**

Con esta actividad estimulamos:  
**LA RELAJACIÓN CONCIENTE Y  
DESCARGA DE TENSIONES MENTALES,  
CORPORALES Y EMOCIONALES.**

**PAUSAS ATENCIONALES y recreativas**

**Desafío DE RELAJACIÓN**

**Consigna:**

EN SILENCIO CADA UNO DE LOS PARTICIPANTES SE TOMA UNOS MINUTOS PARA RESPIRAR CONCIENTE Y LENTAMENTE. ¿CÓMO? CADA UNO A SU TIEMPO VA A SEGUIR, CON EL DEDO ÍNDICE, EL CONTORNO DE LA MANO CONTRARIA EMPEZANDO POR EL PULGAR.

↑ Cada vez que el dedo índice sube, inhalamos. Es decir, lentamente tomamos aire por nuestra nariz.

↓ Cada vez que el dedo índice baja, exhalamos. Es decir, soltamos suavemente el aire por la nariz.

Realizado por Sofía Isabel Torres, Buenos Aires, Argentina  
Todos los derechos reservados © Prohibida su difusión sin autorización. Prohibida su comercialización.

25. Pedirle a los estudiantes que pongan una mano cerca de su nariz (sin tocarla) y una mano sobre su vientre. A medida que respiran, hacer que sientan cómo se les expande el estómago. Mientras exhalan, pueden sentir el aire cálido sobre su mano. Los estudiantes deben enfocarse en esta respiración sólo un minuto. Explicarles que suele pasar que los pensamientos llegan a la mente sin invitación y pedirles que al exhalar, exhalen ese pensamiento.
26. Para los niños más pequeños, pedirles que se pongan de pie y, mientras inhalan, levanten un brazo o una pierna y los agiten mientras exhalan, hasta volver a la posición original. Para los más jóvenes que comienzan estas prácticas de atención plena, es bueno incluir inhalaciones y exhalaciones con cualquier tipo de movimiento
27. Por último, puede ser buena idea crear una ruleta de brain breaks, con distintos tipos de actividades en ella. Podemos pedir a un alumno que haga girar la ruleta para saber qué ejercicio será el elegido para ese descanso. También podemos pedir a nuestros estudiantes que propongan actividades o incluso que sean ellos quienes coordinen algunos descansos. Eso les hará ser más autónomos y también les ayudará a sentirse incluidos y escuchados en el aula.

### **Ventajas de las pausas activas para los estudiantes**

Los descansos mentales presentan múltiples ventajas y es importante que los docentes las conozcamos:

#### **1. Mejoran el rendimiento**

Estos descansos, sobre todo cuando incluyen actividades físicas, [estimulan las neuronas](#), mejorando la función cognitiva y por consiguiente la motivación y el rendimiento de los estudiantes. Por supuesto, los beneficios varían en función del tipo de actividad desarrollada, pero cualquier tipo de *brain break* da tiempo a los alumnos a asimilar los contenidos.

#### **2. Mejoran la concentración**

Los descansos mentales son aún más valiosos en las etapas tempranas de la educación, cuando los estudiantes tienen más dificultades para concentrarse. El dinamismo que proporcionan estas pausas, les ayuda a aumentar el tiempo de dedicación a una misma tarea. Esto hará que en el próximo periodo de concentración, los estudiantes estén más relajados y tengan más energía para prestar atención a la lección.

#### **3. Mejoran el estado emocional de los estudiantes**

Hay actividades como la música, el baile, un juego o el movimiento, que relajan a los estudiantes. Les hacen sentirse en un contexto menos académico, les divierte y refuerza su motivación en el aula. Todo esto les hace adoptar una mejor actitud para fijar conocimientos y les brinda una excelente experiencia de aprendizaje.

#### **4. Fomentan una mejor forma física**

Actualmente, el sedentarismo es un problema en la sociedad. Y este fenómeno también afecta a los más pequeños. El sedentarismo tiene consecuencias nefastas para nuestra salud, como por ejemplo la obesidad. Aprovechar los descansos mentales para practicar pequeños ejercicios físicos en el aula tiene un impacto muy positivo en la salud de los alumnos. Además, con ello, pueden incorporar el hábito de levantarse y moverse tras largos períodos sentados, incluso cuando estudian en casa.

#### **5. Reducen el estrés y crean un ambiente distendido**

Los descansos activos crean momentos distendidos, en los que los estudiantes pueden relajarse y sentir que juegan con sus compañeros. El docente puede aprovechar estos juegos para reforzar la complicidad con los estudiantes. Es buena idea incluirlos y dejarles proponer actividades para los descansos.

Equipo CIEDA

*Iniciar un nuevo ciclo lectivo guarda siempre el encanto y la atracción del misterio que despiertan los posibles encuentros y desafíos.*

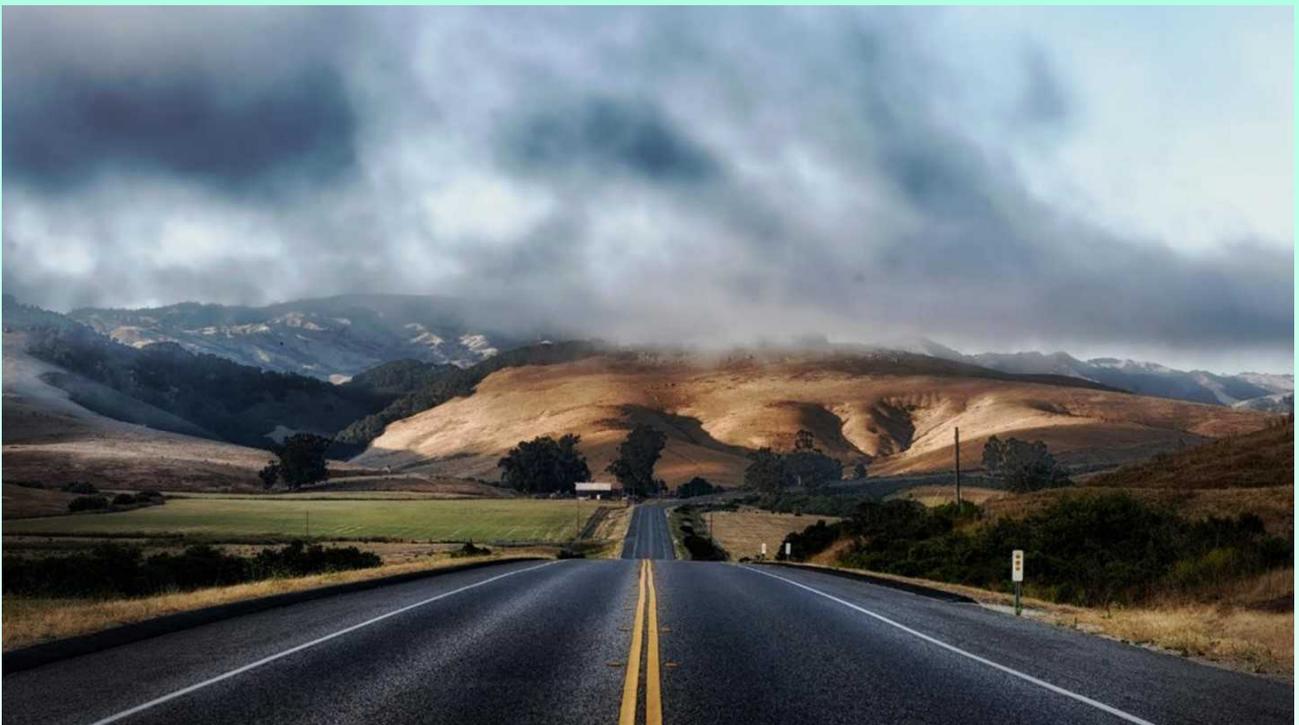
*Encontrarse marca un tiempo de espera para recibir al otro con la emoción justa y necesaria de que ese encuentro se produzca.*

*Encontrarse... encontrarnos... es poder compartir por un momento la experiencia de sentir que somos convocados para que las cosas sucedan.*

*En este devenir de tiempos tan vertiginosos y complejos, necesitamos generar espacios de encuentro que nos permitan pensar juntos experiencias educativas profundas, que dejen huella y cambien la vida de nuestros alumnos y nuestras escuelas.*

*Con la confianza depositada en que todos podemos aprender comenzamos este año exultantes de proyectos y experiencias profundas de aprendizaje.*

*¡A vivirlo con intensidad!*



*Este número de CIAO!!! llegó a su fin.*

*¡Los invitamos a escriturar y compartir sus experiencias!*

*Hasta el próximo CIAO!!*

*Equipo CIEDA*

## ***Centro de Innovación Educativa - CIEDA:***

 Luis Costa 1225,  
Campana, Buenos Aires

 [cieda@uada.edu.ar](mailto:cieda@uada.edu.ar)

 03489- 298493

  [ciedacampana](#)

