



## MATERIAL PARA LA FAMILIA

### TÍTULO

### LUCAS Y SOFÍA

### DESARROLLO

En clase hemos realizado esta actividad que tiene como objetivo trabajar los actos de bondad. La finalidad es que el alumnado descubra cómo la ayuda a los demás hace que te sientas más feliz y satisfecho/a.

#### 1. OBSERVA

Escuchan de forma activa el siguiente cuento:

En un pequeño pueblo rodeado de verdes praderas y montañas cubiertas de árboles, vivían dos niños llamados Lucas y Sofía. Lucas era un niño travieso y egoísta que siempre pensaba en sí mismo, mientras que Sofía era una niña amable y generosa que siempre estaba dispuesta a ayudar a los demás.

Un día soleado, mientras jugaban en el parque del pueblo, Lucas vio a un niño pequeño que había tropezado y caído al suelo. En lugar de ayudarlo, Lucas simplemente se rió y continuó jugando. Sofía, que estaba cerca, vio lo que sucedía y sintió un nudo en el estómago y un peso en su corazón al ver al niño pequeño llorar.

Sofía se acercó al niño pequeño y lo ayudó a levantarse. Le ofreció un pañuelo para secarle las lágrimas y lo consoló con palabras amables. El niño pequeño, agradecido, le dio un abrazo a Sofía y le dijo gracias. Sofía sintió una calidez en su pecho y una sensación de satisfacción al ver la sonrisa en el rostro del niño.

Mientras caminaban juntos hacia casa, Sofía pensó en cómo se había sentido el niño pequeño al caerse y cómo se había sentido ella al ayudarlo. Se dio cuenta de que la risa de Lucas había herido los sentimientos del niño y que su ayuda había hecho una gran diferencia.

Esa noche, mientras se preparaba para dormir, Lucas reflexionó sobre lo que había sucedido en el parque. Se sintió avergonzado de su comportamiento y se dio cuenta de que no había sido un buen amigo. Decidió que, al día siguiente trataría de ser más amable y considerado con los demás.

A partir de ese día, Lucas comenzó a cambiar. Se esforzó por ser más amable y solidario con los demás, siguiendo el ejemplo de Sofía. Descubrió que al ayudar a los demás se sentía feliz y satisfecho, y que eso era mucho mejor que solo pensar en sí mismo.

Y así, gracias a la generosidad y amabilidad de Sofía, Lucas aprendió la importancia de pensar en los demás y de cómo una pequeña acción puede marcar una gran diferencia en la vida de alguien más. Juntos, Lucas y Sofía hicieron del pueblo un lugar aún más

cálido y acogedor, donde todos se ayudaban mutuamente y se preocupaban por el bienestar de los demás.

## 2. REFLEXIONA - SIENTE

Responden a las preguntas de forma individual. ¿Qué aprende Lucas sobre la importancia de ser amable con los demás? ¿Cómo cambia la actitud de Lucas después de presenciar la bondad de Sofía? ¿Por qué es importante que los amigos/as se ayuden y se preocupen por los demás? ¿Cómo pueden ser buenos amigos/as y ayudarse mutuamente todos los días?

## 3. COMPARTE

En grupos de 4 o 5 personas piensan qué cosas pueden hacer por sus compañeros/as y cómo pueden ayudarse mutuamente todos los días. Son actos de bondad, acciones muy sencillas, espontáneas, fáciles de realizar, sin coste alguno y, a ser posible, sin que el compañero/a se dé cuenta.

Ejemplos de actos de bondad:

- Levantar una hoja o un lápiz del suelo.
- Dejar pasar primero al compañero/a.
- Saludar por su nombre al compañero/a.
- Felicitar al compañero/a por algo que haya hecho bien.
- Preguntar cómo se siente hoy.
- Ofrecerse para recoger el material de la mesa.
- Prestar un bolígrafo durante unos días.
- Apuntar los deberes en la agenda del compañero/a.
- Proponer alguna actividad o juego que nos haya gustado.
- Chocarle la mano cuando nuestro compañero/a haya hecho algo bien.

## 4. ACTÚA

Exponen en la clase las respuestas de la actividad individual y en pequeño grupo.

Todos los nombres de los niños/as de la clase están en una bolsa. Cada uno/a saca un papelito con el nombre de un compañero/a. Tienes que hacer algo bueno por ese compañero/a.

Cuando hagan algo bueno por un compañero/a, escriben su nombre y el de su compañero/a en otro papelito que da el profesor/a. También escriben qué cosa buena hicieron. Después, pon ese papelito en la caja.

Finalizada la lectura de cada acto de bondad, se colocarán de forma visible en las paredes o carteleras del aula.

**4.1.- ACTUACIÓN A NIVEL INDIVIDUAL.** Copian el compromiso individual del apartado 2.5.

**4.2.- ACTUACIÓN A NIVEL DE CLASE.** Al cabo de una semana se colocan en círculo y se pone la caja en el centro. El tutor/a la abre y va contando cada acto de bondad y se lo entrega a la persona que lo ha recibido. Esta persona se levanta, se lo agradece y se abraza con él/ella. Después de leer todos los actos de bondad se colocan en las paredes o carteleras del aula.

Esta actividad les ayuda a:

- Hacer algo bueno por un amigo/a que no escogieron ellos/as.
- Estar listos/as para cuando pasen cosas difíciles, recordando cómo se han sentido cuando les ayudaron.
- Sentirse más unidos y fuertes juntos/as.
- Aprender a entender y agradecer lo que otros/as hacen por nosotros/as.

Si aprenden a ayudarse y agradecen desde pequeños, pueden hacer una comunidad más amable y fuerte.

### SUGERENCIAS PARA LA FAMILIA

El altruismo puede ser fácilmente enseñado si mostramos un modelo verdadero de solidaridad y compasión. Los niños/as comprenden mejor las ideas cuando ven que su familia practica el altruismo en su vida diaria. Para fomentar el altruismo aquí tenéis algunas actividades que podéis realizar juntos como familia:

- **Donar juguetes.** Enséñale/la la importancia de compartir con los que tienen menos recursos donando juguetes en buen estado a organizaciones benéficas o a niños/as necesitados.
- **Visitar a personas de la tercera edad.** Pasar tiempo con personas mayores conocidas, en hogares de ancianos o centros comunitarios, puede alegrarles el día y enseñar a los niños/as sobre la importancia de cuidar a los demás.

- **Cuidar plantas y/o plantar árboles.** Fomenta el cuidado del medio ambiente enseñándole a tu hijo/a a cuidar plantas o plantar árboles en parques o jardines comunitarios.
- **Recaudar fondos económicos o viveres.** Organiza actividades de recaudación de fondos o alimentos para ayudar a personas necesitadas en tu comunidad.
- **Regalar abrazos.** Enseña a tus hijo/a sobre la importancia del contacto humano y el consuelo emocional regalando abrazos a amigos/as, familiares o personas que lo necesiten.
- **Invitar algo a alguien.** Enseña a tu hijo/a sobre la generosidad invitando a un amigo/a a merendar o a participar en una actividad divertida juntos/as.
- **Recuperar animales.** Participa en actividades de rescate de animales perdidos o abandonados, enseñando a tu hijo/a sobre la importancia de cuidar a los seres vivos que nos rodean.
- **Apoyar a vecinos/as.** Ofrece ayuda a vecinos/as mayores o con necesidades especiales, como llevarles la compra o ayudarles con tareas domésticas.
- **Ayudar a cruzar la calle.** Enseña a tu hijo/a sobre la importancia de la seguridad y la cortesía ayudando a personas mayores o niños/as a cruzar la calle de manera segura.
- **Recoger la basura.** Fomenta el cuidado del entorno recogiendo la basura en parques, playas u otras áreas comunitarias.

Estas actividades no solo promueven el altruismo en los niños/as, sino que también fortalecen los lazos familiares y promueven un sentido de comunidad y responsabilidad social.

**COMPROMISOS:** El diseño de las **actividades TEI (DEA. *Diseño Emocional para el Aprendizaje*)** va desde la **reflexión al compromiso**, por lo tanto, al final de cada actividad hay un compromiso individual y de clase, en ocasiones también de centro educativo sobre valores, emociones y convivencia, es aconsejable comentar, dialogar con vuestro hijo/a sobre los suyos.