

# PROGRAMA DE INTEGRACIÓN

PARA ALUMNOS RECHAZADOS EN EL AULA



**CEIP SANTA MARINA**

## **PROGRAMA DE INTEGRACIÓN**

### **OBJETIVOS**

El objetivo general de este programa es la prevención y reducción del rechazo en el aula ordinaria, con especial atención al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo.

A partir del objetivo general, nos planteamos otros específicos:

1. Conocer las relaciones sociales del aula.
2. Adquirir un conocimiento y una aceptación personal sobre los compañeros.
3. Hacer conscientes a los alumnos que hay que tener una buena convivencia.
4. Empatizar con los compañeros en un ambiente de respeto y apoyo.
5. Trabajar de forma activa la competencia social y ciudadana que establece el currículo.
6. Afianzar los lazos entre el grupo clase a través de juegos.

### **CONTENIDOS**

Los contenidos que se van a trabajar en las diferentes sesiones son:

**Asertividad:** Trabajar las características que definen el estilo asertivo para evitar rechazar y ser rechazado. Es algo fundamental que deben adquirir para poder manifestarse como adultos en un futuro.

**Comunicación interpersonal:** Saber comunicarse para poder mantener una conversación, interpretar lo que nos dicen, saber expresarnos... Trabajando la comunicación entre compañeros y también con adultos, les será mucho más fácil poder expresarse y sobre todo poder entender lo que otra persona puede querer decirles sabiendo interpretar su manera de decirlo, su tono, expresión...etc.

**Emociones:** Para mantener relaciones interpersonales satisfactorias es importante entender las emociones ajenas y propias y actuar acorde a ellas. También aprenderán a reconocer e identificar ese tipo de emociones, sentirlas y poder regularlas en su vida diaria.

**Interacciones sociales:** A lo largo de toda nuestra vida nos socializamos y todo lo que sucede a nuestro alrededor nos hace aprender a vivir en sociedad. La forma en que actuamos y en que actúan con nosotros hará que esas interacciones sean positivas o negativas para nuestra socialización.

### **METODOLOGÍA Y TEMPORALIZACIÓN**

Realizaremos las actividades de intervención de manera lúdica con toda la clase en gran grupo. Hay que conseguir que trabajen los distintos objetivos planteados, siendo conscientes de lo que están trabajando. En este caso, mucho más, ya que trabajamos la conciencia emocional.

Todo ello se hará de manera que sean capaces de interiorizar las cosas a través del juego y el movimiento y crear un ambiente de aula óptimo y agradable para su convivencia diaria. Se implantará durante un trimestre completo. Una vez a la semana durante el tiempo que se considere o nos lleve la actividad, no superará en cualquier caso una hora de duración. Se llevará a cabo en la hora de Educación física y también se trabajarán objetivos correspondientes a esa área. No son necesarios recursos específicos. Fundamentalmente, se necesitan globos, equipo de música u ordenador de clase junto con la pizarra digital, y el espacio clase para poder desarrollar la actividad.

## **ACTIVIDADES**

### **SESIÓN 1**

#### **Evaluación socio métrica cuestionario**

Se pasará un cuestionario a los alumnos para ver las preferencias que existen entre el grupo de alumnos.

Se realizarán varias preguntas. Por una parte, utilizaremos un criterio positivo y otro negativo general, relacionados con la preferencia y el rechazo social.

Se indagará, además, por los motivos por los cuales se produce cada situación.

Las preguntas utilizadas serán:

De todas las niñas y niños de esta clase:

1- Señala con quién te gusta estar más ¿Por qué?

2-¿Con qué otros niños o niñas te gusta estar más?¿Por qué?

3- Señala con quién te gusta estar menos ¿Por qué?

4-¿Con qué otros niños o niñas te gusta estar menos?¿Por qué?

A partir de este cuestionario podremos saber qué relaciones se están llevando a cabo en el aula y veremos qué niños son los rechazados y cuáles los preferidos.

### **SESION 2**

#### **QUE NO CAIGA EL GLOBO!**

Se reparte un globo a cada niño de la clase. Ponemos una música para crear un ambiente y un silencio en el que escuche la música junto con las instrucciones del profesor.

Deberán intentar que el globo no caiga, dándole con distintas partes del cuerpo que el profesor indique.

Aprovechando los globos, se realiza otra actividad, en la que por parejas, bailen con él sin que se caiga al suelo. Deberán mantenerlo entre la pareja con la cabeza, la barriga, la cara, la espalda etc.

Al formar las parejas se tendrá en cuenta lo analizado en el cuestionario sociométrico e intentaremos ir acercando posiciones entre ellos a través del juego.

### **SESIÓN 3**

#### **NOS CONOCEMOS JUGANDO**

Caminando libremente por el aula, se siguen las órdenes que el profesor va dando. Caminar a la pata coja, pasos laterales, saltar, ir a gatas, reptando, caminando hacia atrás, y combinar estas acciones con el tiempo en que se hacen, despacio, deprisa, a cámara lenta etc.

Queremos conseguir con ello que los alumnos aprendan a escuchar activamente, a controlar su cuerpo y a coordinar las acciones que se realizan con un tiempo apropiado para ellas. Para ello deben respetar también en el espacio de los demás, evitando choques, golpes y si lo hubiera resolviéndolos de manera activa.

Juego rítmico telegrama:Este juego musical consiste en que uno de los alumnos comience haciendo

un ritmo que contenga palmadas, pitos, golpes con los pies etc., y que cada uno de sus compañeros lo sigan en cadena hasta que llegue al final. Se hacen distintas variaciones, y también se realiza en corro, el profesor hace unas cuantas composiciones rítmicas y los alumnos lo repiten, siendo cada vez un poco más complejas. Se deben escuchar entre ellos, respetar los tiempos de acción etc.

#### **SESIÓN 4 BAILEMOS JUNTOS**

Para seguir trabajando se propone otra actividad en la que los alumnos deberán bailar la canción del cuadrado.

Consiste en que cada uno se sitúe en su cuadrado, y puedan ir realizando los pasos que en la danza se indican. Vueltas a la pata coja, hacer el egipcio, saltos laterales etc. Además de trabajar con su cuerpo y el espacio de cada uno sin invadir el de los demás, forjarán las situaciones grupales y se desinhibirán para poder relacionarse entre ellos.

A través de la danza, se dan muchas situaciones que podemos catalogar de terapéuticas. Cada uno debe ser autónomo con lo que hace, pero siempre deberá ir a la par del grupo. Esto les servirá para analizar lo que está bien y lo que no, y así dar pautas para corregirlo. Estos juegos les crearán situaciones de respeto e inclusión ya que deberán corregirse de manera constructiva y ayudarse ante las situaciones que se les puedan plantear como dificultosas.

#### **SESIÓN 5 LAS EMOCIONES**

Como en la sesión anterior, comenzamos con la actividad caminando libremente por el aula, modificando el cómo se moverán. Se les pondrá en situaciones de la vida, voy por el parque saltando alegremente, me adentro entre los árboles, oigo ruidos y tengo miedo, empiezo a correr y me encuentro con un lobo...etc así combinando distintas situaciones que los alumnos deben dramatizar e imitar. Las emociones son muy importantes, y con pequeños juegos las trabajarán para poder ponerse en distintas situaciones y forjar la llamada empatía con los demás.

Desde la actividad anterior, llegamos a dramatizar que cogemos un tren, así enlazamos con ésta otra actividad. Todos los alumnos se ponen en fila india sentados en el suelo, unos entre otros simulando un trenecito. A mis órdenes, deben ir imitando el trayecto que se cuenta. Hay una curva a la izquierda, y todo el grupo simula esa curva, vienen baches, hay un frenazo... etc. En la actividad el niño con discapacidad se situaría al principio del tren, así podría ayudarlo y también motivarlo a través de dirigir un poco a sus compañeros.

En todas las actividades hay que tener en cuenta las discapacidades que podamos encontrar en el aula, para saber dónde situar a los alumnos y ayudarlos. A la vez que realicemos esto, podrán grupalmente ir interactuando unos con otros para poder reducir las situaciones de conflicto que habitualmente se den en el aula, y se vayan conociendo a medida que juegan y comparten experiencias.

## **SESIÓN 6 ESTATUAS MUSICALES**

Esta actividad combina la música con el movimiento. Deben trasladarse por la clase libremente, bailando andando...como ellos quieran. Cuando la música pare, deben quedarse quietos como si fueran una estatua. Esto implica una escucha activa, y un control del movimiento que niños con discapacidad no tienen muy adquirido.

Además de poder afianzar esto con ellos, paliaremos las situaciones en que determinados niños tienen conductas molestas y que por eso agravan ciertas situaciones. A partir de respetar mediante el juego, aprenderán a respetar a sus compañeros.

## **SESIÓN 7 DRAMATIZAMOS**

Sentados en círculo, se escoge a un alumno para que escenifique una acción. Los demás compañeros tendrán que adivinar a través de sus gestos de qué situación se trata. Quién lo adivine, saldrá a realizar la siguiente acción, y así sucesivamente.

Los juegos dramáticos nos servirán para ponerlos en situaciones de la vida cotidiana a la vez que aprenden a empatizar con los demás. Según las acciones que se les vayan interponiendo, deberán analizar cómo se siente ese personaje al realizar esa acción y por qué.

## **SESIÓN 8 RELAJACIÓN**

Comenzamos con una actividad de relajación. Tumbados en el suelo, cerrando los ojos y escuchando la música, intentamos conseguir un silencio absoluto. Cuando los alumnos están en este estado, vamos dando una serie de pautas para que relajen distintas partes del cuerpo. Movemos el tobillo derecho en círculos, los dedos de la mano, la cabeza de un lado a otro etc. Hacemos una serie de respiraciones para poder relajar un poco más, y cuando acabamos, abrimos despacio y nos incorporamos.

Habiendo tenido ya una actividad relajada y sosegada, cambiamos a otra en la que tienen que estar atentos. Deben caminar por el espacio escuchando la música, si la música está muy alta, deben ir rápido, y si por el contrario está baja, deben ir despacio.

Estas dos actividades intercalan un ritmo lento con otro más rápido. Se hace así para poder ver hasta qué nivel los niños tienen la capacidad de poder relajarse, pero luego no por tener una actividad más movida, empiecen a molestar o que sus conductas de respeto hacia los demás cambien.

Hacer actividades que impliquen silencio aportarán mucho también a la hora de conocer a nuestros alumnos. Podremos identificar quién nunca habla por sentirse aislado, o quien por el contrario puede estar todo el rato molestando a los demás.

## **SESIÓN 9 ESPEJO**

La siguiente actividad que se propone es el espejo. Por parejas, uno debe ser el que se mira en el espejo y el otro su reflejo. Este último, debe hacer exactamente los mismos movimientos de su compañero en espejo. Deberán respetar e imitar lo que su compañero hace.

Esta actividad para los niños rechazados es un refuerzo en la manera que podrán ver, que su compañero le hace caso y sigue las instrucciones que él le marca. Se sentirán escuchados y realizados a la hora de poder encaminar ellos mismos una situación. Por la otra parte, el compañero que actúe con él será vital según el comportamiento que tenga hacia este niño para que pueda sentirse bien y reducirse esa sensación de rechazo por parte de los demás.

## **SESIÓN 10 ROLE PLAYING SOBRE PETICIONES A UN ADULTO.**

Deberán dramatizar distintas situaciones que pueden surgir en la vida diaria sobre cómo pedir algo a un adulto.

Se les expondrán distintos casos y tendrán que realizarlo adecuadamente.

Esta sesión va encaminada a que puedan ser rigurosos con las peticiones tanto con las personas mayores como con sus iguales, ya que todas las personas deben ser tratadas con el mismo respeto.

## **SESIÓN 11 ROLE PLAYING DE UNA SITUACIÓN SOBRE AGRESIONES E INTIMIDACIONES QUE PUEDAN SURGIR POR PARTE DE COMPAÑEROS U OTRAS PERSONAS.**

Aprenderán a intervenir en este tipo de situaciones cuando alguien les está intimidando, y desde la otra cara de la moneda en la que tenemos alumnos que son los intimidadores, podrán ponerse en el lugar de las personas que sufren ese acoso.

También aportará una autonomía al alumno para que pueda resolver sus propios conflictos y con ello que el profesor sea un mediador, no el solucionador de todos los conflictos que haya.

## **SESIÓN 12 ROLE PLAYING SOBRE LA RESOLUCIÓN DE CONFLICTOS.**

De manera adecuada deberán saber salir del conflicto que se les plantee de manera no violenta y solo con verbalización.

Aprenderán a usar técnicas y sobre todo a controlar sus emociones frente a un conflicto. Como en el caso anterior, serán conscientes de sus propias acciones y tendrán que valorar lo mejor para cada caso.

A través de la observación a todos los alumnos se valorará la atención, consecución, desarrollo y aceptación junto con el cumplimiento de las normas generales de la actividad.

El profesor lo anotará en su libreta con lo que podrá ir realizando el seguimiento a los alumnos, comprobando quién ha podido estar más o menos al margen de la actividad por su posición de rechazo.

## EVALUACIÓN

Esta intervención al ser integrada en el grupo clase, se evaluará a través de una observación y seguimiento del proceso de cada uno de los casos. A través de ello, podremos ver cómo responde a las distintas actividades y con ello, si mejora o no en las mismas, y sobre todo cómo es la relación con los compañeros.

Al trabajar con todo el grupo clase, tenemos la ventaja de poder examinar detalladamente las reacciones de todos nuestros alumnos y comprobar así las rutinas del día a día. Veremos también si del comienzo de la intervención con el cuestionario socio métrico, han podido cambiar al final del proceso los pensamientos y las relaciones de los niños.

Además de ello, estos hábitos propuestos como por ejemplo las peticiones a un adulto, se evaluarán día a día ya que son actividades de rutina diaria.

En cada sesión se anotarán las dificultades que se les han presentado sobre todo a esos alumnos que tenemos en situación de rechazo. Veremos si han sido posibles de llevar a cabo las sesiones, si se han quedado apartados, o por el contrario han molestado, interrumpido o no han respetado.

Se verá si siguen una evolución favorable, pero sobre todo si sus compañeros han sido capaces de poder interactuar dejando a un lado ese rechazo e incluyéndolo en la clase. La actitud del grupo debe cambiar también junto con la del niño rechazado. Se evaluará si ha habido mejora y reducción del mismo de una sesión a otra sesión.