

**BASE DE DATOS FINANCIADA POR:**



**EXPERIENCIAS Y BUENAS PRÁCTICAS DE PARTICIPACIÓN DE LAS FAMILIAS EN LOS CENTROS ESCOLARES – 2014**

**"Educación emocional"**

**AMPA DEL CEIP VITAL ALSAR, FAPA CANTABRIA**

BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



**Con el objetivo de realizar una educación integral en cuerpo, alma y mente para formar personas sanas, positivas, críticas, reflexivas y comprometidas con el mundo". La comunidad educativa, claustro y AMPA conjuntamente, desarrollan un proyecto ambicioso de Educación Emocional con la participación de todos los maestros, de las familias y de voluntariado especializado en este tipo de educación con esperanzadores resultados.**

***"El mejor método de educación es la felicidad"***

***Héctor Abad Faciolince***

## **CONTEXTUALIZACIÓN**

El CEIP "Vital Alsar" es una escuela situada en la población de Cueto, extrarradio de Santander, enmarcada en un medio semi-rural costero, entre acantilados, playas, parques municipales y nuestro Faro de Cabo Mayor.

A pesar de lindar con núcleos de clases medias y altas de la ciudad de Santander (Valdenoja, La Pereda y El Sardinero), la población de Cueto tiene un nivel socioeconómico medio bajo. En los últimos años el colegio ha sufrido

## BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



un paulatino proceso de desvinculación con su entorno social, reflejado en un descenso de la matrícula de niños y niñas de la zona.

Hasta el pasado curso escolar 2009-10, el alumnado ha estado formado por 18 niños y niñas pertenecientes a minorías étnicas, de un poblado de gitanos españoles y portugueses llamado "Serpemar", muy poco favorecido a nivel económico, social y cultural.

En el curso 2010-11 el centro estaba formado por cincuenta niñas y niños, cuya principal característica es la diversidad social, económica, cultural, étnica, de capacidades, etc. Elemento que, como comunidad, entendemos enriquece a la escuela, aunque no exime las enormes dificultades que comporta.

De los dieciocho alumnos y alumnas matriculados en ese curso permanecen catorce. Junto a estos se han matriculado treinta y seis niñas y niños, provenientes de familias de distintos puntos de Santander y de otros municipios cercanos. Hemos escolarizado a nuestros hijos e hijas en esta escuela atraídos por el desarrollo de una propuesta educativa que responde a los principios de identidad del "Proyecto A Volar". Más de la mitad de las familias ha participado en el desarrollo de este proyecto, durante el año

**BASE DE DATOS FINANCIADA POR:**



anterior. El perfil socioeconómico de las mismas es muy heterogéneo, pero a todos nos une un profundo interés por la educación.

Por último, mencionar que compartimos espacios con un centro de educación especial llamado "El Molino", cuyo alumnado está formado por niñas y niños con necesidades especiales dentro del espectro autista y cuyas familias también están muy implicadas en la educación de sus hijas e hijos.

## **EMPEZAMOS EL CURSO**

Este contexto educativo favoreció que las clases comenzaran en un ambiente muy revuelto. La gran diversidad existente en el centro reproducía distintos modos de sentir, de pensar y de obrar, originando continuos conflictos de naturaleza muy diversa y, en muchos casos, con diferentes grados de violencia. Como comunidad educativa, nos planteamos como principal objetivo mejorar cuanto antes el ambiente en la escuela así como la integración de los distintos colectivos. Debido a que la colaboración y participación de las familias con los maestros es muy estrecha e intensa desde un principio (así lo recoge el proyecto de dirección del centro respondiendo a la sensibilidad de la nueva comunidad educativa), nos

**BASE DE DATOS FINANCIADA POR:**



reunimos a analizar la realidad, elaborando un proyecto de educación emocional como solución posible a nuestras necesidades.

## **DESCRIPCIÓN DEL PROYECTO**

Este proyecto debía comprometer a toda la comunidad educativa: claustro, familias, entorno, instituciones..., de modo que se desarrollaron distintas propuestas y actuaciones:

1. Dando relevancia desde el claustro al desarrollo curricular de contenidos relacionados con el auto-conocimiento personal, los valores sociales universales, la regulación conductual y la solución de conflictos.
2. Ambientando un aula para que los niños y niñas se tranquilicen, puedan transmitir, si quieren, sus preocupaciones y necesidades a algún maestro o maestra.
3. Realizando mediación ante los conflictos.
4. Teniendo espacios y materiales para canalizar adecuadamente su energía, rabia, etc. como dos colchonetas gigantes para saltar, un saco para golpear, patines, bicicletas...

## BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



5. Realizando asambleas generales semanales, en las que participan todos los niños y niñas, comunicando, verbalmente, lo que les ha gustado y no de la semana.
6. Estableciendo con los niños y niñas unas normas de convivencia, donde ellos mismos participan de las soluciones y de las posibles consecuencias.
7. Leyendo partituras musicales corporalmente, siguiendo la línea de "Artesofia", al inicio de las clases y siempre que sea necesario.
8. Creando dos buzones en los que comunicar, de manera privada, lo que nos gusta y lo que no, abiertos a su utilización por toda la comunidad. Esta información se trasmite al resto de la comunidad en las asambleas semanales respetando el anonimato.
9. Buscando apoyo de voluntariado especializado en educación emocional como mediadoras, psicomotricistas, etc.
10. Contactando con un trabajador social con amplia experiencia en el Poblado de Serpemar.

**BASE DE DATOS FINANCIADA POR:**



11. Organizando formación dentro de la escuela a través de charlas, videoconferencias y conferencias, abiertas a todo los interesados en educación.
12. Practicando yoga y psicomotricidad de Acouturier, dentro del área de educación física.

## **YOGA EN LA ESCUELA**

El yoga entra en las aulas del Vital Alsar siguiendo, como mencionábamos anteriormente, la propuesta pedagógica de "A Volar". Así las cosas, tras la presentación de un proyecto de "Yoga en las aulas" por parte de las familias al claustro y consejo escolar para su aprobación, Ale y Mara (profesores de yoga y padres de Nehuén, de infantil) comenzaron las clases el 1 de noviembre.

### **"¿Y QUÉ ES ESO DEL YOGA Y PARA QUÉ SIRVE?"**

Esta fue, lógicamente, la pregunta inicial, tanto por parte de los padres y madres, como de los niños y niñas. Así que primero escribieron sobre ello, después hablaron y reflexionaron y posteriormente llegó lo mejor:



¡experimentamos! Y es que el yoga es como los buenos juegos o los viajes formidables, uno puede hablar sobre ello pero cuando de verdad te das cuenta de lo “gustoso que es” (como comenta la mamá de Mario) o “lo bien que te sienta para hacer la digestión” (según Héctor, de primaria) o “lo tranquilo y fuerte que te sientes” (según muchos de los niños y niñas) es cuando lo practicas.

Entonces, ¿qué es el yoga? Es un método que produce salud y bienestar tanto en el cuerpo como en la mente, a través de ejercicios físicos, respiración, relajación y meditación.

En resumen, el yoga nos enseña a:

- Escuchar y sentir el cuerpo.
- Concentrarnos.
- Relajarnos.
- Flexibilizar el cuerpo.
- Jugar con el cuerpo.
- Crecer y vivir tranquilos, siendo espontáneos y creativos, con nosotros mismos, con los demás y con el entorno.



## **“EN MI COLE HACEMOS YOGA”**

Dos días a la semana infantil y otros dos primaria, durante cuarenta y cinco minutos, se encuentran en el aula de música, el gimnasio y, también a veces, al aire libre, para disfrutar de relajaciones guiadas tumbados en nuestras esterillas, cantar el OM y otras sencillas canciones y sentir el efecto relajante que producen en la mente y el cuerpo, aprender y practicar las posturas, a veces incluso con música y canciones en castellano ¡y en inglés!, y respirar; pero no de cualquier forma. Respiran y hacen posturas dándose cuenta de lo bien que se siente uno cuando sólo piensa en lo que hace en el momento presente. Y aunque al principio, al ser algo nuevo, costó un poco adquirir las dinámicas y formas de la clase, enseguida chavales y chavalas, niñas y niños preguntaban con entusiasmo cada día “¿hoy nos toca yoga?”.

El compromiso e interés de los chavales hizo que las sesiones fueran cada vez más intensas en la práctica y profundas en el contenido (dando cabida también a vitales conversaciones sobre la alimentación, la muerte, la naturaleza, el amor, la paz, etc.) hasta el punto que los niños y niñas de primaria comenzaron a preferir la relajación meditativa a los juegos.

## **“MIS PADRES HACEN YOGA, COMO YO”**

Las madres y padres contaban cómo sus hijos e hijas les enseñan posturas y técnicas de yoga en casa y lo bien que se sentían ellos. Un padre relataba gratamente sorprendido que un día del fin de semana que el hijo estaba nervioso, jugando a la play, le dijo: “me voy a relajar un poco al cuarto”, “y se puso a decir algo así como “Oooooomm” añadía el padre satisfecho.

Así que padres y madres, viendo su bienestar, decidimos hacer yoga como nuestros hijos e hijas. Una vez a la semana, también con sus profesores de yoga, aprendemos yoga para adultos (con igual dinámica que para los niños y niñas: respiración, posturas, relajación y meditación) y además practicamos los juegos y técnicas específicas de los niños y niñas. La idea de esta práctica no es sólo aliviar el estrés o dolores físicos de los mayores, sino contribuir a que toda la familia encuentre una forma de comunicarse y compartirse haciendo yoga.

Lo mejor de todo es ver a las niñas y niños encaramados a las ventanas, mirando cómo sus padres hacemos yoga. Desde que comenzamos las clases y ellos son nuestros guías en casa, les dicen a los profesores “a nosotros nos gusta hacer yoga de verdad, como los mayores”.

## **PSICOMOTRICIDAD VIVENCIAL EDUCATIVA**

La psicomotricidad vivencial es definida como la práctica corporal que favorece el desarrollo armónico de los niños a todos los niveles: motor, cognitivo y afectivo, a través del juego o movimiento libre.

Lo que hizo posible llevar a cabo esta práctica en el colegio Vital Alsar por parte de una madre y psicóloga (Nora) y Laura (psicomotricista), fue la necesidad, transmitida por padres y madres, de una educación emocional significativa para los niños, partiendo de la base de que debía de ser desde la experiencia y sus propias necesidades e inquietudes.

Se presentó para su aprobación un proyecto al Claustro y Consejo Escolar, el cual fue muy bien acogido dentro del proyecto de Educación Emocional.

Por la edad de los niños se decidió hacer psicomotricidad con el grupo de infantil y primer ciclo de primaria. La psicóloga y la psicomotricista se han reunido cada lunes y viernes con el grupo de infantil en sesiones de una hora, y los miércoles por la tarde con el grupo de primaria durante una hora y media, acompañados por los maestros de cada ciclo.

Ha sido una experiencia enriquecedora para todos, adultos y niños. Desde la vivencia, los niños han experimentado valores como la colaboración, la

## BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



creatividad, la responsabilidad, la cooperación y trabajo en grupo, el esfuerzo, la ayuda, la escucha y la diversión (solo y con otros). En una sala con todos los materiales necesarios, de juego sensoriomotor (colchonetas, aros, pelotas, módulos de goma espuma, picas,...), de juego simbólico (herramientas, telas, médicos y cacharritos,...) y de representación (cuentos, construcciones y hojas, pinturas,...).

Todas estas vivencias han partido del deseo de los niños, a través del juego libre. Han construido casas y castillos, teniendo que ponerse en muchos momentos de acuerdo para crearlos y modificarlos. En el interior de estas guaridas han vivido y experimentado diferentes roles: médicos, veterinarios, madres, padres, hijos, perros, caballeros, dinosaurios,...que les han permitido ponerse en otros lugares, y poder ser agresivos sin hacer daño de verdad, serviciales sin sentirse menos, solitarios sin por ello perder amigos, jugador de baloncesto sin encestar canastas, madres que castigan y no pasa nada más, hijos que se escapan de casa y ver como reaccionan sus "otras madres". Todo un mundo simbólico que les ayuda a gestionar su mundo emocional, aprendiendo desde la experiencia y el juego. Ayudando a crear su autonomía, independencia e identidad.

## BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



Han vivido una relación con los adultos de respeto mutuo, viendo a estos en un plano poco habitual. La psicóloga y la psicomotricista han intentado acompañarles desde el cuidado y el no juicio, usando las normas y el diálogo para proteger sin coartar a nadie, dando tiempo a cada uno. Intentando no marcar el camino favoreciendo que ellos logren el que se proponen. Por ello, han estado acompañando a los niños entre 3 y 4 adultos, entre estos siempre el maestro de grupo, que ha visto y estado con sus alumnos desde otro rol.

Otro aspecto que los niños han trabajado mediante la psicomotricidad es la cohesión grupal. El grupo de primaria es bastante heterogéneo, ya que hay niños de etnia gitana y niños con dificultades de desarrollo, que en el principio de crearse el grupo como tal hubo bastantes conflictos. Las sesiones de psicomotricidad les han llevado a jugar entre todos, a necesitarse, a escucharse, a mirarse, a hacer juego en común, propiciando esto que se hayan dado la oportunidad de conocerse, sin miedos ni prejuicios. En la primera sesión del curso, construyeron 4 casas diferentes (representando cómo estaba de dividido el grupo), y a las tres sesiones siguientes construyeron una casa entre todos y para todos, pudiendo verbalizar después del juego que la casa les había quedado muy bien y que era mejor hacerlo entre todos y jugar todos juntos porque era más divertido.

**BASE DE DATOS FINANCIADA POR:**



Han podido hablar de lo que han jugado, de las dificultades que han encontrado, de los conflictos que han ido surgiendo, y han podido ir resolviendo cada cosa en el momento, teniendo todos su lugar.

## **PARTICIPACIÓN**

Nuestra experiencia es muy breve, este es nuestro primer curso como asociación. Al incorporarnos en 2010, las nuevas familias nos encontramos un centro sin AMPA y, por tanto, sin participación de los padres en las actividades de la escuela. El desinterés por parte de las familias del poblado se sumaba a la desconfianza ante el nuevo proyecto educativo. Esto contrastaba con la ilusión, compromiso y participación que el nuevo colectivo de familias compartía desde comienzos del proyecto "A Volar".

Creemos en la escuela pública plural, democrática y solidaria. Las 27 nuevas familias son todas socias del AMPA CEIP VITAL ALSAR. Nuestra participación se estructura a través de las comisiones de trabajo, de la junta de coordinadores de comisión y de las asambleas generales. Somos pocos pero nos repartimos bien el trabajo entre todos. Las comisiones de trabajo que tenemos a día de hoy son:



## BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



1. Comisión de futuro, comunicación y participación.
2. Comisión pedagógica.
3. Comisión de huerto y sostenibilidad.
4. Comisión de biblioteca.
5. Comisión de arreglos y mejoras.
6. Comisión de educación emocional.

Prácticamente todas las comisiones han participado en la elaboración del proyecto y en su desarrollo, aportando ideas, fabricando materiales, mejorando espacios, buscando apoyos y formación. El Claustro y el Consejo Escolar valoran muy positivamente este modelo de organización de las familias, participando con un maestro en cada comisión para facilitar la interconexión entre los miembros de la comunidad educativa.

## EVALUACIÓN DEL PROYECTO

La participación de las familias en el proyecto se diferencia en función del colectivo del que provienen. Las que pertenecen al AMPA (27 familias), participan en la totalidad del desarrollo del proyecto. Y, por otro lado, se ha



## BASE DE DATOS FINANCIADA POR:



logrado la participación de las familias del poblado "Serpemar" en diversas reuniones y asambleas, así como un acercamiento al centro y al uso de determinados servicios (el ordenador de padres).

La educación emocional se ha asumido como un proyecto de centro desde un principio, siendo clave el papel de los maestros del centro y su equipo directivo en el desarrollo del mismo. El cambio experimentado por parte los niños/as, en el ambiente, con la integración de los dos colectivos, ha sido muy satisfactorio en el transcurso del año escolar. El número de conflictos ha alcanzado paulatinamente niveles normalizados, reduciéndose la violencia y cambiando la naturaleza de los mismos.

Los niños/as van interiorizando herramientas (como el dialogo, la escucha, la mediación) que antes no tenían para resolver sus conflictos, van asumiendo responsabilidades ante las normas y las consecuencias derivadas de sus actos, van reconociendo sus emociones como la ira, el miedo, la frustración...

El proyecto tiene continuidad el curso que viene debido a su exitoso comienzo este año. Aprenderemos de nuestros errores y seremos mas capaces como comunidad, pues nosotros, como los niños, hemos mejorado en el conocimiento interior y nos estamos educando emocionalmente.

**BASE DE DATOS FINANCIADA POR:**



Hemos aprendido que el principal ingrediente de la educación es la confianza, la confianza en los maestros, en las familias, en los alumnos. Sin confianza no puede haber auténtica educación. Descubrir los talentos de nuestros niños/as requiere que se destierren las lágrimas de nuestras escuelas. Tenemos muchos sueños por realizar y como dijo el maestro Miguel de Unamuno “no hay realidad sin idealidad”.