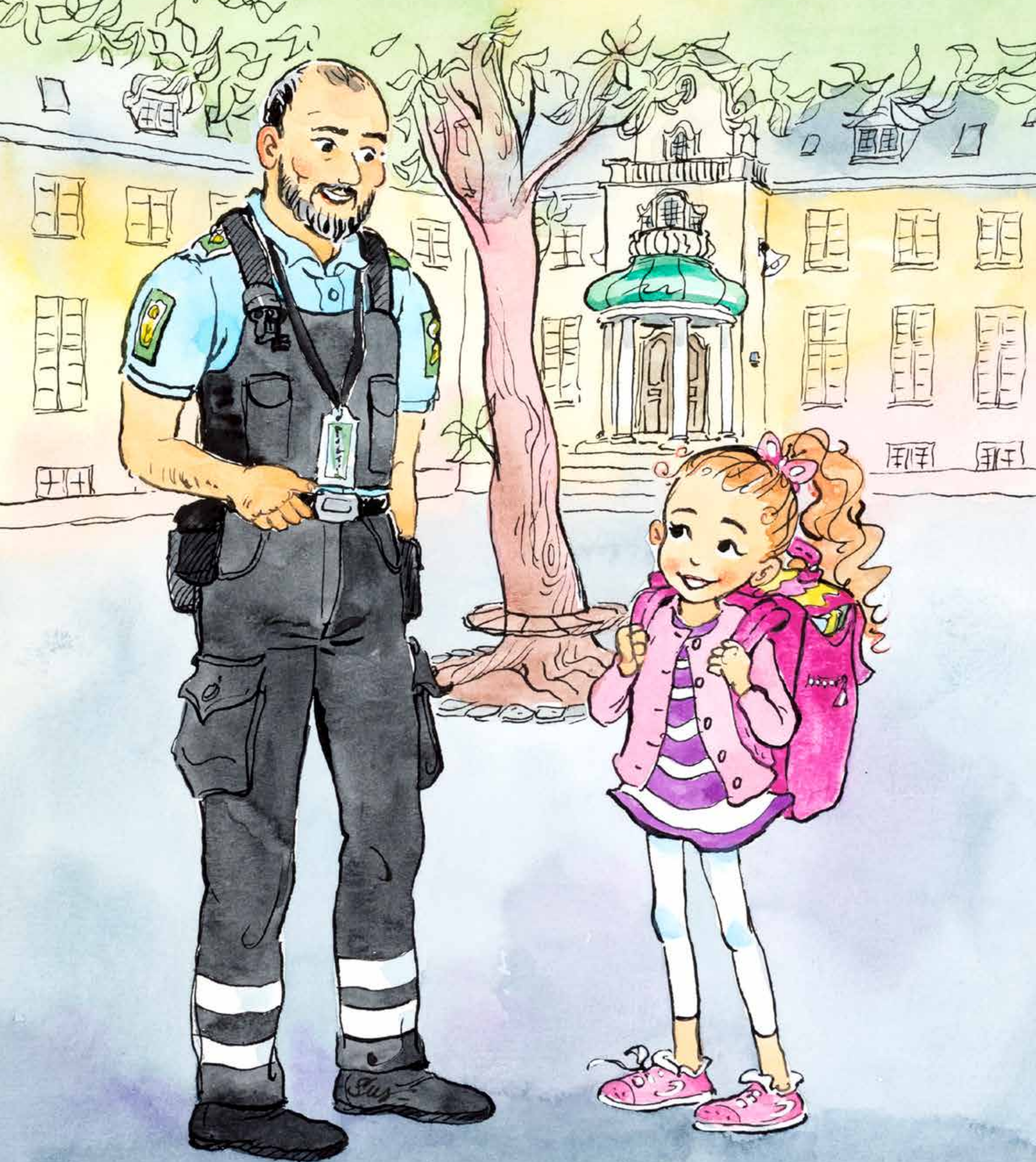


Alma y el simulacro de confinamiento



Este libro está dedicado a todos los padres que voluntariamente se ofrecen como guardias de seguridad y a todos los docentes de nuestras escuelas judías de todo el mundo que mantienen a salvo a nuestros niños y les permiten focalizarse en el aprendizaje y en actividades divertidas en la escuela.

Agradecemos especialmente al Dr. Ruvie Rogel, quien nos enseñó e inspiró a practicar la resiliencia comunitaria.

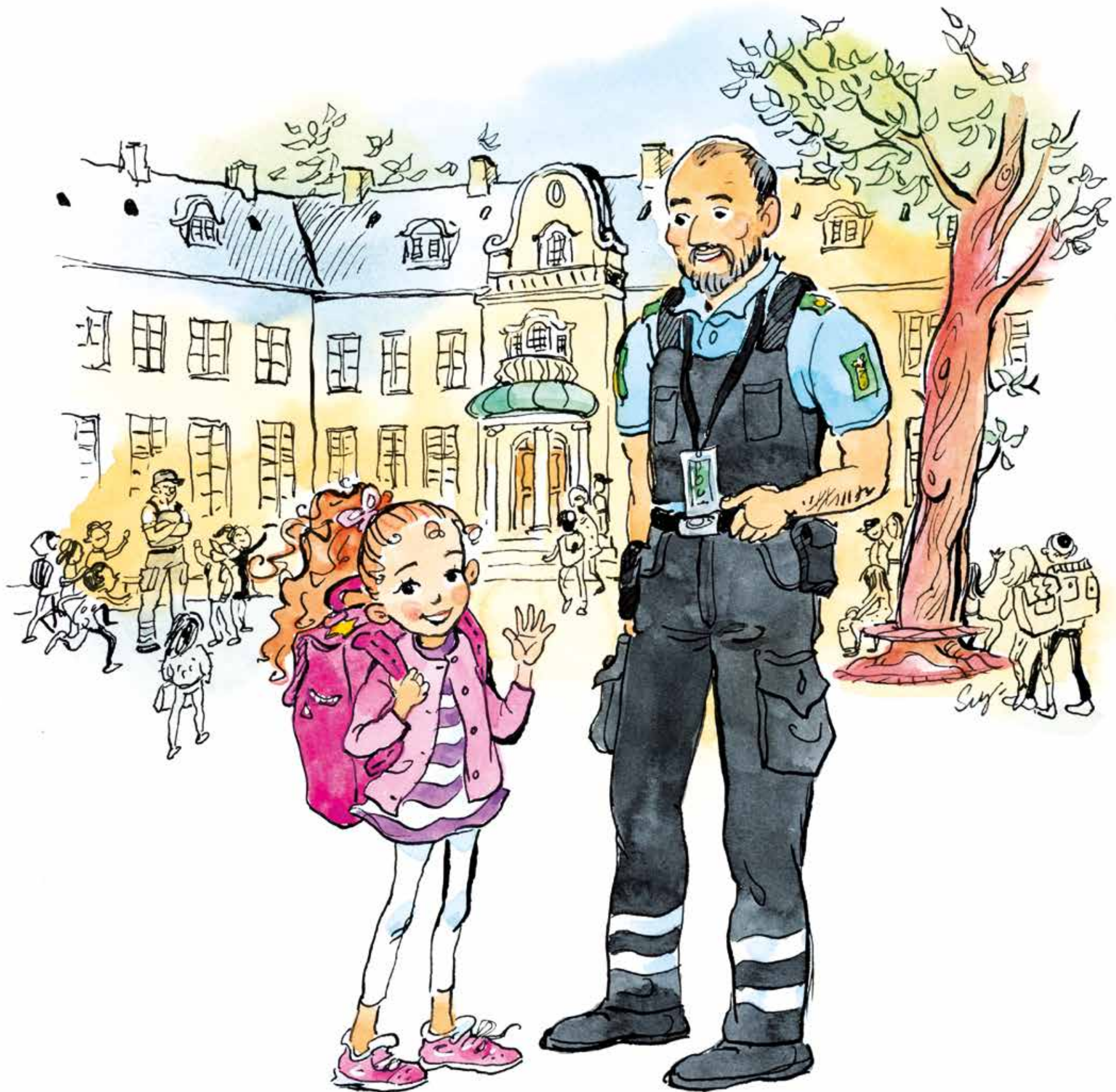
PRÓLOGO

El propósito de «Alma y el simulacro de confinamiento» es explicar de forma simple a los jóvenes alumnos por qué hay seguridad en las escuelas e instruirlos acerca de los procedimientos a seguir en un confinamiento. Cada escuela es única pero los principios del confinamiento son universales. Los simulacros de confinamiento han sido diseñados para que los alumnos y docentes aprendan a encerrarse dentro del aula de clase. Practicando el confinamiento, los alumnos y docentes aprenden a prepararse para estar protegidos en el caso de tener que enfrentar una amenaza externa.

El confinamiento puede ser estresante y atemorizar a los alumnos y docentes. Por lo tanto, es importante implementar los procedimientos de forma gradual para que los alumnos sepan qué esperar.

El libro contiene material de trabajo y preguntas que facilitarán el debate sobre los procedimientos de confinamiento que son específicos de cada escuela. Hay guías de pautas, tanto para abrir el debate con los alumnos como para instruir al docente sobre cómo liderar estos simulacros. Antes de utilizar el libro y el material incluido, es importante conocer los procedimientos de confinamiento de la escuela. Si el establecimiento educativo donde trabaja todavía no ha instaurado estos procedimientos, le recomendamos analizar primero el tema con el equipo directivo y desarrollar su propio enfoque.

Nuestro deseo es que los docentes y alumnos sean más conscientes de la seguridad en lo que respecta a los confinamientos y se sientan más cómodos a la hora de realizar simulacros, tal como ocurre con los simulacros de incendio.



¡Hola! Mi nombre es Alma.
Esta es mi escuela y este es mi amigo Michael. Él es agente de policía.

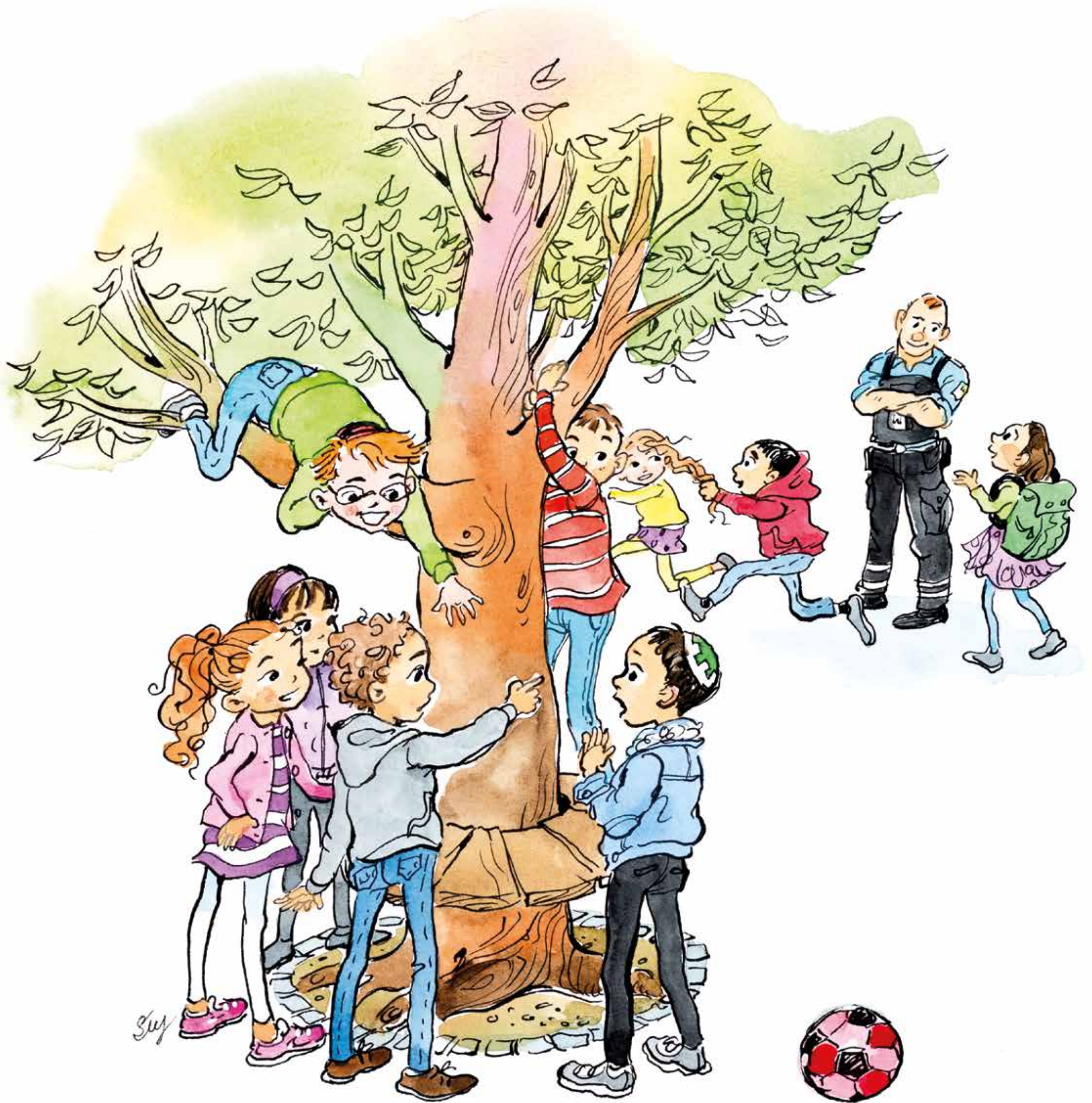
Me gustaría contarles acerca del día en que tuvimos un «simulacro de confinamiento» en mi escuela junto a los agentes de policía Michael y Henry.

Un simulacro de confinamiento es como un simulacro de incendio pero el procedimiento es totalmente al revés. En vez de tener que salir todos juntos, lo que tenemos que hacer es quedarnos a salvo dentro de nuestra aula de clase.

Mi maestra, la señorita M, dice que es importante aprender a mantenernos a salvo mientras estamos en la escuela.

Si practicamos, haremos que la escuela sea un lugar más seguro mientras aprendemos, jugamos y hacemos todas las cosas que amamos hacer.

Todos cumplimos funciones importantes en la escuela. Desde el director Danny hasta los maestros y los demás adultos, y también los guardias de seguridad, mis compañeros de clase y yo. ¡Juntos podemos cuidarnos los unos a los otros!



No sé cómo se manejan en tu escuela pero, en la mía, tenemos guardias de seguridad y padres que los ayudan. En algunas ocasiones, también hay agentes de policía que vienen a visitarnos.

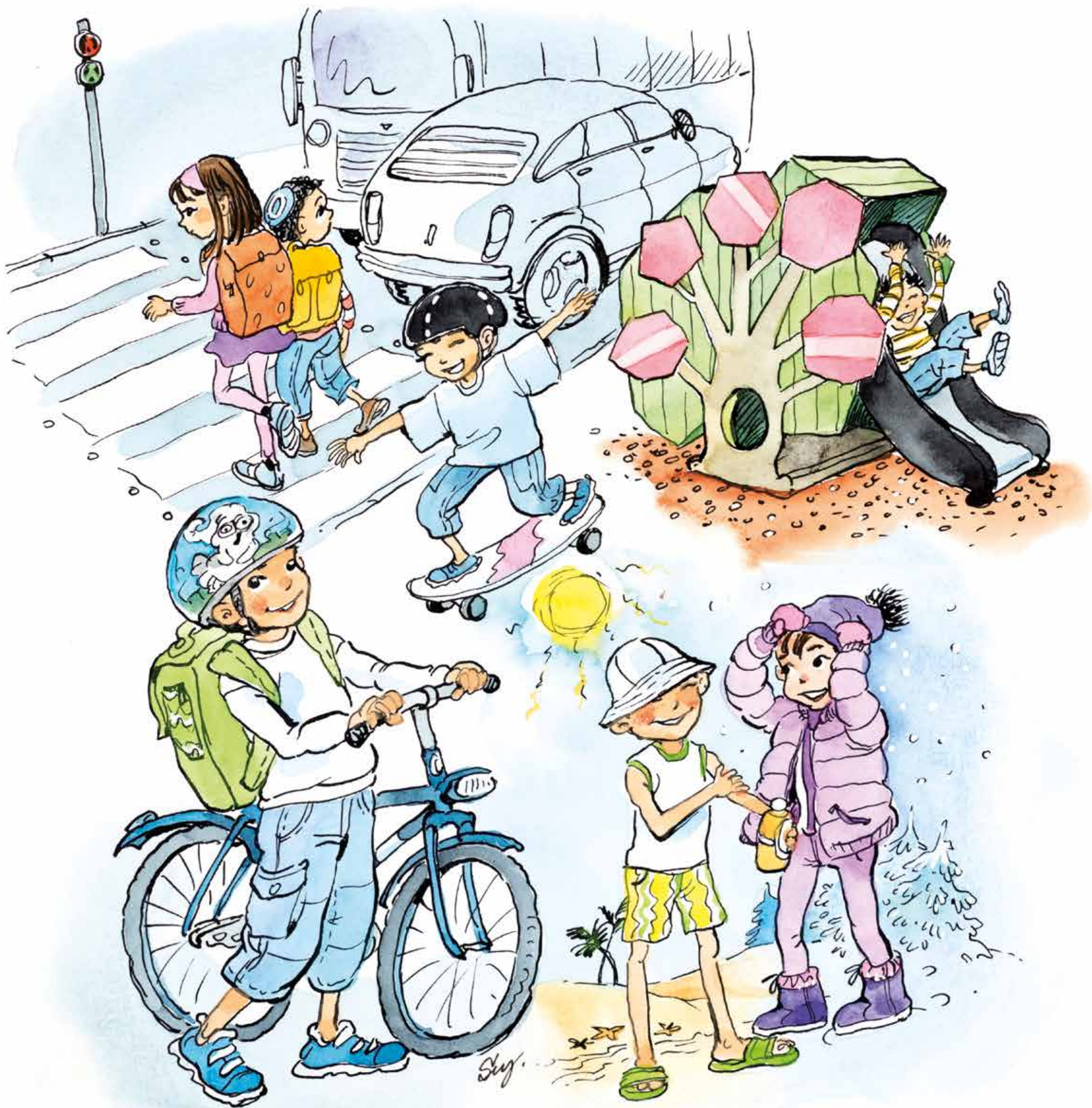
Pero, ¿por qué están allí?

Un día, estábamos jugando en el patio, cerca del portón principal, cuando vimos llegar un auto de la policía.

—¿Por qué vino la policía a la escuela? ¿Será que lo están buscando a Simon porque le gritó a su mamá esta mañana? —preguntó mi amigo Ezra a Jonathan.

—¡No! Están aquí para asegurarse de que no nos ocurra nada y podamos estar a salvo en la escuela —respondió Jonathan.

Los adultos nos enseñan reglas que podemos aprender para cuidar de nosotros y no preocuparnos. Cuando la policía nos visita en la escuela, me siento segura porque nos están cuidando.



Sabes a qué me refiero, ¿no? Todos los días hacemos cosas que nos mantienen a salvo y nos hacen sentir bien:
Usamos cascos cuando andamos en bicicleta o en patineta.

Miramos a ambos lado de la calle antes de cruzar.

Usamos protector solar en verano y camperas abrigadas, gorros y guantes en invierno.

¡Hacemos todas estas cosas... y muchas más para cuidarnos!



Esta es mi aula de clase. Esta es mi maestra, la señorita M, y estos son mis amigos.



–Bien, niños, pónganse cómodos. Hoy tendremos nuestro simulacro de confinamiento.

La señorita M nos contó que hoy vamos a hacer un «simulacro de confinamiento». Nos explicó que es similar a un simulacro de incendio, que ya hemos practicado antes por si hay un incendio.

Hacemos los simulacros de confinamiento para saber cómo actuar si algo ocurre fuera de la escuela que haría peligroso que saliéramos.

En mi escuela, tenemos dos tipos de confinamiento. En uno, tenemos que permanecer en el aula mientras que, en el otro, toda la escuela debe ir al auditorio.



Un «confinamiento» es la forma en que mis compañeros de clase y yo podemos mantenernos a salvo si ocurre algo fuera de la escuela o en el interior.

Podría tratarse de una tormenta severa o de humo proveniente de un incendio cercano. Pero también podría ser porque hay una persona peligrosa y el guardia de seguridad necesita saber lo que está ocurriendo antes de que podamos salir. O, incluso, podría tratarse de un león que se escapó del zoológico.

Independientemente del motivo, los adultos se ocuparán de ello. Y, mientras lo hacen, mis amigos y yo debemos estar en confinamiento.

Tut-tut tut-tut...

**Confínense en sus
aulas de clase de
inmediato...**



Cuando el simulacro comienza, se oye una señal desde los parlantes del edificio. Las luces azules comienzan a titilar. Esto significa que toda la escuela debe confinarse.

Si todavía no estamos en el interior de las aulas, tenemos que dirigirnos a ellas lo más rápido que sea posible, pero siempre de forma segura. Es igual que un simulacro de incendio pero justamente al revés: ¡en vez de salir de la escuela, tenemos que entrar con rapidez!



**Diríjanse al aula
de clase más cercana y
traben la puerta...**

La señorita M permanecerá con nosotros durante todo el confinamiento. Tanto ella como los otros adultos saben exactamente lo que tienen que hacer para que nosotros estemos a salvo.

Cuando se confina a toda la escuela, **DEBEMOS** respetar ciertas reglas. Es como un juego pero es **MUCHO** más importante.

¡TODOS debemos aprender las reglas!

Debemos permanecer **EN SILENCIO** para poder **ESCUCHAR** lo que nos dice la señorita M y seguir sus instrucciones **AL PIE DE LA LETRA**.



Lo primero que hizo la señorita M en el simulacro fue trabar la puerta de nuestra aula.

Simon luego la ayudó a poner una mesa contra la puerta para que nadie pudiera entrar. Al mismo tiempo, la señorita M nos pidió a Emma y a mí que cerráramos las persianas.

La señorita M nos reunió a todos frente a ella. Nos miró a los ojos y con mucha tranquilidad dijo:

–Es muy importante que guarden silencio, se queden quietos y presten atención a mis instrucciones.

Luego nos pidió que fuéramos a escondernos debajo de los pupitres.

Como pueden ver, el mejor lugar para esconderse es en el piso debajo de los pupitres o sentados en el piso con la espalda contra la pared.

Mientras hacíamos esto, la señorita M tomó la caja con nuestros ositos de la suerte (MAZEL) y los repartió. Cuando me dio un osito y me sonrió, yo me sentí segura, lo tomé y me fui a esconder.

Antes de que la señorita M apagara la luz del aula para que pareciera como que no había nadie, nos pidió que nos tomáramos de las manos y permaneciéramos en absoluto silencio para que pareciera que el aula estaba vacía.

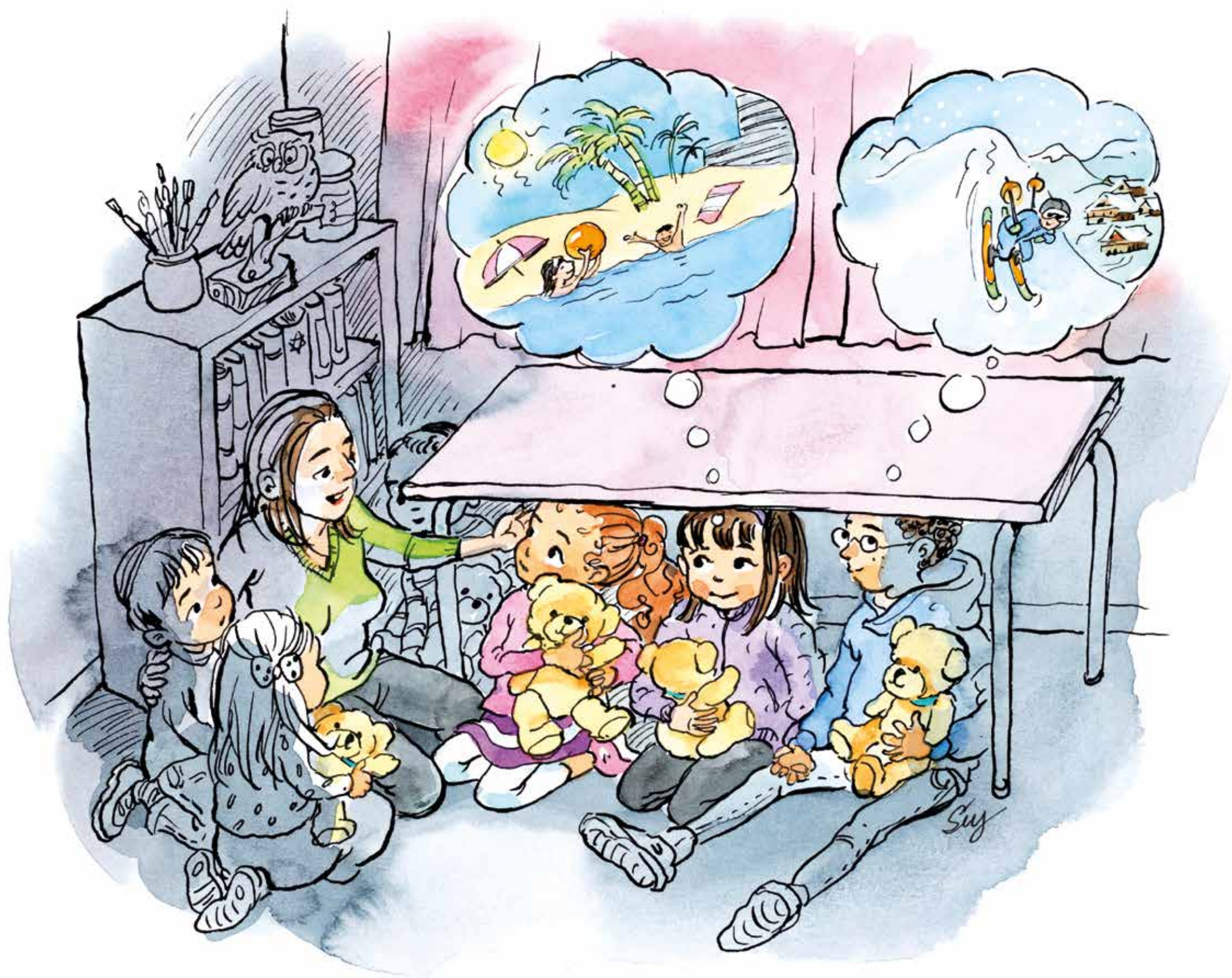


La señorita M nos contó que los confinamientos pueden durar entre unos pocos minutos y algunas horas.

¡No sé realmente cuánto tiempo significaba pero yo deseaba que no durara tanto!

Una de las reglas del confinamiento es que nadie puede salir del aula hasta recibir el mensaje de que el simulacro ha finalizado.

Luego, la señorita M tomó la tarjeta verde laminada y la pasó por debajo de la puerta. Esa tarjeta significaba que el aula estaba en confinamiento y que todo estaba bien.



Al principio, el confinamiento parecía bastante divertido. Era como jugar a las escondidas a lo grande, con toda la escuela participando del juego. Pero, al mismo tiempo, daba un poco de miedo. Me quedé pensando que, allí afuera, podía haber un león en busca de su almuerzo.

La señorita M siempre tiene la palabra justa. Nos miró a mis amigos y a mí y dijo:

–¡Estoy aquí con ustedes y todo estará bien! Esconderse, quedarse sentados en silencio y escuchar es parte de permanecer a salvo en un confinamiento. ¡Todos están haciendo un excelente trabajo!

Después de un rato, cuando todavía nadie se había acercado para decirnos que el simulacro había terminado, nos empezamos a aburrir un poco. Jonathan se quejaba de que le dolían las piernas, Leah comenzó a toser y Rami tenía sed.

La señorita M les pidió que permanecieran sentados y en silencio.

–Piensen en algún lugar que les encante, puede ser cualquier lugar al que hayan ido de vacaciones. No pueden hablar de él porque deben permanecer en silencio, de modo que solo piensen en ese lugar. Traten de recordar cada detalle que les gustó y pronto podremos hablar sobre todo esto –susurró la señorita M.



De repente, oímos que alguien golpeaba a la puerta. Sabíamos que ese era el momento crucial para permanecer **TOTALMENTE** en silencio.

Afortunadamente era Henry, el agente de policía más valiente del mundo, que venía a decirnos que el simulacro había terminado.

La señorita M se puso de pie rápidamente y estaba a punto de abrir la puerta cuando Emma le susurró:

—¡Espere! Henry no ha dicho la contraseña secreta.

La señorita M sonrió y asintió con la cabeza mirando a Emma.

Luego, Henry golpeó otra vez, dijo la contraseña secreta e informó que el simulacro había terminado. Finalmente, ya podíamos salir de nuestros escondites y la señorita M abrió la puerta.



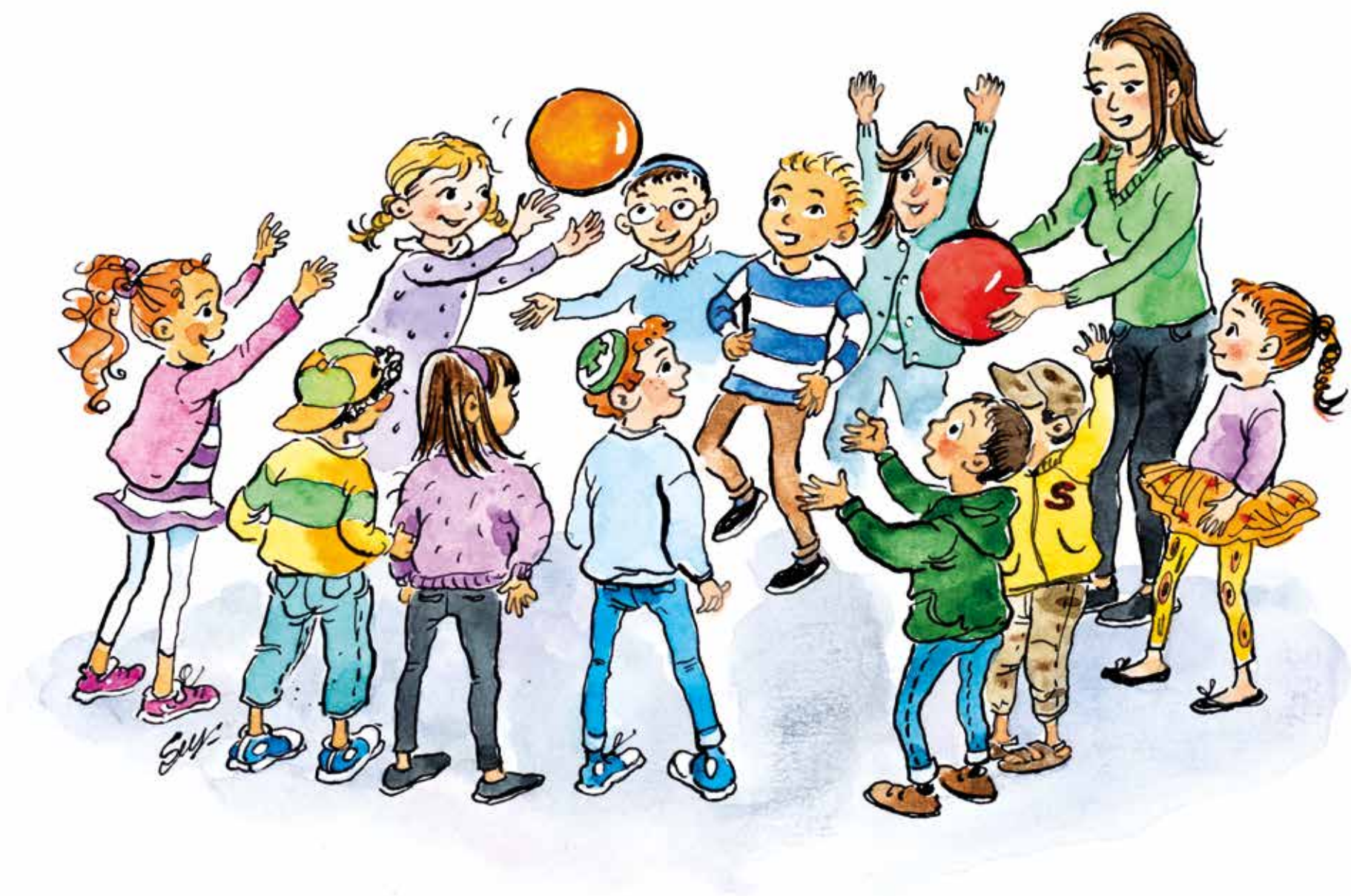
¡Correcto! Tenemos una contraseña secreta que se usa cuando estamos confinados para evitar que abramos la puerta por error.

También tenemos nuestros propios códigos y señales secretos que la MAESTRA usa con NOSOTROS cuando jugamos en el patio de la escuela. Tenemos este lenguaje de señas porque a veces hay mucho ruido y no podemos oír lo que dice la maestra.

1. Si la señorita M hace señas con las manos por encima de su cabeza, eso significa que tenemos que seguirla.
2. Si la señorita M se cubre los ojos con las manos, eso significa que tenemos que escondernos de inmediato, como cuando jugamos a las escondidas.
3. Si la señorita M gira las palmas de las manos hacia abajo señalando el suelo y levanta y baja los brazos, eso significa que debemos acostarnos en el piso.
4. Si la señorita M empuja las palmas de sus manos hacia nosotros, hacia adelante y hacia atrás, eso significa que nos tenemos que quedar congelados en el lugar y permanecer completamente quietos.
5. Y si la señorita M agita los brazos hacia adelante y hacia atrás delante suyo, como un árbol que se dobla con el viento, eso significa que tenemos que dirigirnos hacia el lugar que ella señala.

Siempre nos divertimos mucho cuando practicamos este lenguaje de señas. Una vez, Benjamin se escondió tan bien, que ninguno de nosotros pudo encontrarlo.

Pero recuerden... nuestras señales son un secreto. ¡No pueden contárselas a nadie!



Después del simulacro, la señorita M nos reunió formando un círculo. Jugamos a arrojarnos una pelota entre nosotros y cada vez que lo hacíamos teníamos que decir el nombre de la persona a quién se la arrojábamos.

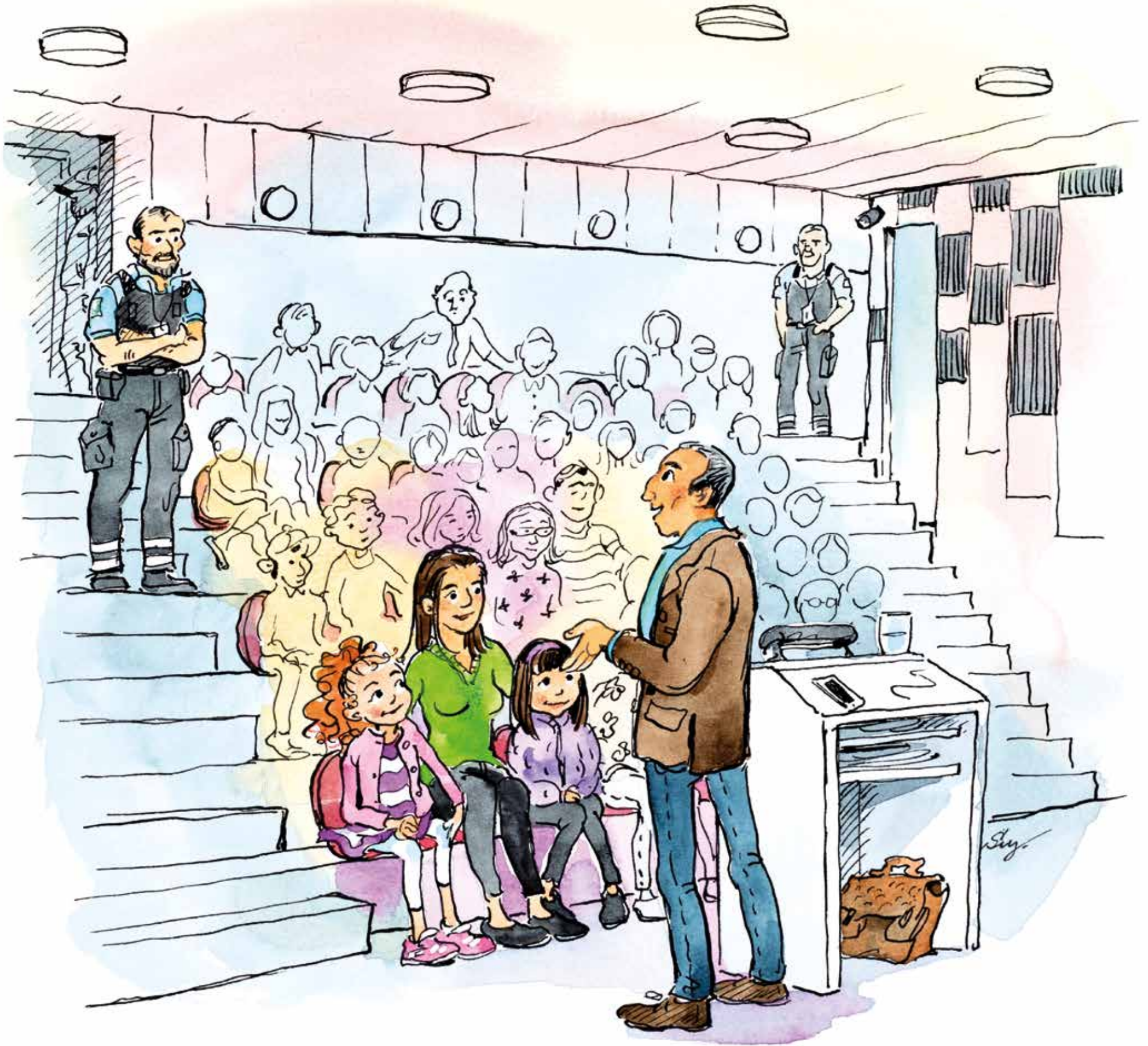
Era bueno saber que luego del confinamiento podemos reunirnos para divertirnos y jugar.

Entendemos que tenemos que hacer estos simulacros de confinamiento para saber exactamente qué hacer en caso de que necesitemos hacerlo de verdad.

Aprendiendo las reglas nos aseguramos de que sabremos hacer exactamente lo que tenemos que hacer.

Aunque mis amigos y yo nos asustamos un poco durante el simulacro de confinamiento, ahora sé exactamente lo que tengo que hacer y los ayudaré a no sentir miedo la próxima vez.

¡Estuvieron GENIALES!



Luego, durante la tarde, toda la escuela se reunió en el auditorio.

–En primer lugar, quiero decirles que estoy muy orgulloso de cada uno de ustedes. ¡Fueron verdaderos superhéroes hoy! –dijo el director Dany–. Todos estamos aquí para cuidarlos. Practicamos para estar preparados y para que cada uno sepa lo que tiene que hacer si algo sucede. Una vez que sabemos QUÉ es lo que haremos, ya podemos concentrarnos en divertirnos y aprender en la escuela.



Esta es la historia del simulacro de confinamiento en mi escuela.

Recuerda que si tú y tus amigos tienen un simulacro de confinamiento en la escuela debes mantener la calma y escuchar. Tu maestra sabe lo que hay que hacer.

Ahora yo ya conozco estas reglas simples para implementar en un confinamiento:

- 1. Primero, la maestra traba la puerta.**
- 2. Luego, nosotros cerramos las persianas y apagamos las luces.**
- 3. Escuchamos atentamente a la maestra y nos escondemos debajo de los pupitres.**
- 4. Esperamos en silencio y siempre nos cuidamos entre nosotros.**

¡Así, todo va a estar bien!

Practicamos para saber lo que tenemos que hacer...



Material para debate

Vuelva a leer el libro con el grupo y utilice las siguientes preguntas para facilitar el debate sobre los procedimientos de confinamiento de su escuela. Las preguntas a las que consideramos más importantes han sido resaltadas en negrita.

Página 8

¿En qué se parecen la escuela y el aula de clase de Alma a las nuestras?
¿En qué son diferentes?

Páginas 5 + 6

¿Por qué la escuela de Alma (y la nuestra) tienen guardias de seguridad?
¿Qué otras personas están desempeñando un papel importante para mejorar la seguridad? (Padres, docentes, alumnos, de hecho, todos en la escuela.)

Página 7

Todos los días hacemos cosas para mantenernos a salvo. ¿Podrían mencionar algunas?

- Usar casco para andar en bicicleta / patineta
- Colocarse el cinturón de seguridad
- Lavarse las manos antes de comer
- Usar ropa abrigada en invierno
- Usar protector solar y sombrero en verano cuando brilla el sol
- No trepar muy alto en los árboles ni jugar de manera peligrosa en el patio
- Tener cuidado al utilizar objetos filosos, como tijeras y cuchillos
- ¿Pueden pensar en otros ejemplos?

Página 9

¿Qué tipos de procedimientos de emergencia tenemos? (Incendio/evacuación y confinamiento)

Repita el procedimiento de Incendio / evacuación (cuatro puntos):
Al oír la alarma de incendio

- **DETENERSE**
- **FORMAR UNA FILA**
- **SALIR CAMINANDO DEL EDIFICIO**

Página 11

¿Cómo saben Alma y sus compañeros de clase que deben confinarse?
¿Cómo sabemos en nuestra escuela que debemos hacer lo mismo?
¿Cómo sabemos que necesitamos iniciar un confinamiento?

Página 12

¿En qué debemos pensar durante un confinamiento?

- **¡Escuchar a la maestra!**
- **Guardar silencio y mantener la calma**

Páginas 13 + 14

¿Qué es lo primero que debemos hacer durante un confinamiento?

- **¿Quién está a cargo?**
- **¿Quién sería responsable de trabar la puerta?**
- **¿Quién sería responsable de cerrar las persianas y apagar las luces?**
- **¿Qué otra cosa debemos hacer? (Escondernos debajo de los pupitres, permanecer en silencio.)**
- **Ositos de peluche**

Página 14

¿Dónde estamos más seguros, adentro o afuera? ¡Piensen en lo que hicieron Alma y sus compañeros de clase! ¿Cuáles son los mejores lugares de nuestras aulas para escondernos?

¿Qué hacemos si no estamos en el aula cuando llega el mensaje sobre un confinamiento?

¿Qué deberíamos hacer? ¿En qué lugares pueden esconderse? Traten de encontrar 3 lugares de la escuela que serían excelentes escondites. ¡Tan buenos como el lugar en el que se escondió Benjamin!

Páginas 13 + 14 + 15

Alma y sus compañeros tuvieron que permanecer en silencio durante el confinamiento. ¿Por qué es tan importante estar callados durante el confinamiento?

- **Para poder oír lo que dice la maestra aun cuando hable en voz muy baja.**
- **Para que la maestra tenga la oportunidad de escuchar que todos han entendido lo que tienen que hacer.**
- **Para que parezca que el aula de clase está vacía.**

En ocasiones, es difícil que ustedes permanezcan en silencio durante largo tiempo cuando están todos juntos. ¿Qué pueden hacer ustedes para ayudarse a guardar silencio?

- **Cerrar los ojos.**
- **Reclinarse o bajar la cabeza.**
- **Pensar en su cuento o película favoritos.**

Alma está un poco asustada. ¿Qué pueden hacer si se asustan?

- **Respiren hondo con lentitud (en ocasiones, algunas personas pueden hiperventilar cuando se asustan).**
- **Luego, lo mejor es hacer lo opuesto, o sea detener o desacelerar la respiración.**
- **Tómense de las manos.**
- **Si tienen sus ositos, acarícienlos o abrácenlos.**
- **Pueden palmear la mano o el brazo de sus compañeros. Si están sentados, pueden palmear sus propios brazos.**
- **Piensen en sus lugares favoritos, los que los hacen sentir felices.**
- **Realicen ejercicios de conteo.**

Cuenten hasta 100, o hasta 1000 (si se trata de alumnos más grandes) y luego cuenten hacia atrás empezando a partir de 1000 si pueden. Como docente, usted debe prestar especial atención a los niños más pequeños que son los que tienen menos autocontrol. Hay que guiarlos para que realicen una actividad segura, tranquila y prolongada para evitar que se asusten o se pongan caprichosos (porque, si fuera así, podrían hacer ruido y/o comenzar a moverse).

Hay palabras que tienen un efecto tranquilizador a un nivel más profundo:

- «Estoy acá»: transmite al niño que no tiene que resolver todo solo. Otra persona sabe qué es lo que está pasando y se ocupará del tema. Es otra manera de decir: «Deja que tu maestra te muestre qué hacer y cuide de ti».
- «La ayuda está en camino»: transmite al niño que todo estará bien y que hay otras personas afuera ocupándose de los problemas.
- «Escóndete, siéntate en silencio y escucha. ESTÁS haciendo un gran trabajo»: transmite al alumno que sus acciones hacen una gran diferencia y que son importantes para el éxito general del confinamiento.
- Si el tiempo de espera es prolongado: «Imaginemos un lugar que les encantaría visitar... su destino de vacaciones favorito. No tienen que hablar sobre él sino solo pensar en ese lugar y en todo lo que disfrutarían hacer estando ahí».
- Permita que los niños se tomen de las manos. En ocasiones, esta técnica se conoce como «Fortaleza prestada».

Los niños pueden necesitar una actividad para realizar mientras se supone que están quietos y en silencio. Esto se debe, en parte, a que algunos niños tienen dificultades con actividades en las que deben permanecer quietos y, en parte, a que existe un mayor riesgo de que el miedo los lleve a «quedarse paralizados» si hay un ataque real. Hacer una actividad que les permita apoyar a otros y focalizarse en ellos o, por ejemplo, en su osito de peluche, puede ayudar a mitigar ese temor.

Páginas 16 + 17

Esto solo es relevante si tiene procedimientos similares en su escuela.

¿Por qué la maestra de Alma, la señorita M, no le abrió la puerta al policía en un principio?

¿Cuáles son las «señales secretas» entre la señorita M y la clase?

- Si hace señas con las manos por encima de la cabeza significa que ustedes deben seguirla.
- Si se cubre los ojos con las manos significa que ustedes deben esconderse de inmediato, como si estuvieran jugando a las escondidas.
- Si gira las palmas de las manos hacia abajo señalando el suelo y levanta y baja los brazos significa que ustedes deben acostarse en el suelo.
- Si empuja las palmas de las manos hacia adelante y hacia atrás significa que ustedes deben quedarse congelados en el lugar y permanecer completamente quietos.
- Si mueve los brazos hacia adelante y hacia atrás, delante de ustedes, como un árbol que se dobla con el viento, significa que deben dirigirse hacia el lugar que ella señala.

Página 18

Después del ejercicio, usted debe reconfortar a la clase con juegos o actividades. Por ejemplo, puede realizar un juego con una pelota o alguno de los ejemplos que aparecen en las páginas 25-26. También puede consultar algunos de los ejercicios sugeridos por la Cruz Roja para encontrar otra fuente de inspiración.

Las emociones

Alma se sintió un poco asustada.

¿Qué podemos hacer si estamos asustados? ¿Qué pensamientos suelen cruzar nuestra mente?

¿Con quién podemos hablar sobre estos miedos? Es lógico sentirse un poco preocupado o temeroso cuando enfrentamos lo desconocido.

En ocasiones, los sentimientos y pensamientos recién aparecen bastante tiempo después de ocurrido el evento. Cada vez que un niño tiene estos sentimientos es importante hablar de ellos. Hay muchas personas a nuestro alrededor con las que es posible hablar.

- Nuestros docentes
- Nuestros padres
- Nuestros hermanos
- Los amigos
- El personal de enfermería escolar

Lo importante es que hablemos de nuestros sentimientos y no enterremos nuestros pensamientos o sentimientos en nuestro interior.

Página 20

Cuando Alma se despide de nosotros, nos recuerda las cosas más importantes que debemos tener en cuenta sobre un confinamiento. ¿Cuáles son?

- Mantener la calma, quedarse quietos y escuchar. La maestra sabe qué hacer.
- Primero, la maestra traba la puerta.
- Luego, nosotros cerramos las persianas y apagamos las luces.
- Escuchamos atentamente a la maestra y nos escondemos debajo de los pupitres.
- Esperamos en silencio y siempre nos cuidamos entre nosotros.

Juegos de dinámica grupal divertidos para niños

Los juegos son divertidos. Una de las maneras más efectivas de enseñar algo a los alumnos es mediante los juegos. Hay muchos juegos divertidos para niños, capaces de mejorar el trabajo en equipo. Estas son algunas sugerencias:

Solo escuchan

«Solo escuchan» es una actividad que alienta a los niños a escuchar sin interrumpir ni juzgar. Se recomienda jugarlo en el interior.

Cómo ayuda:

Alienta a escuchar, comprender y aceptar el punto de vista de otra persona.

Materiales:

- Fichas con diferentes temas
- Espacio para sentarse

Tiempo necesario: 30 minutos

Instrucciones:

- Divida a los niños en equipos de dos integrantes.
- Un niño tiene que tomar un tema sin mirar y hablar sobre él durante dos minutos.
- El segundo niño tendrá que escuchar y, al final, resumir lo que dijo su compañero.
No hay debate, acuerdo ni crítica en el resumen.
- Los dos integrantes cambian de rol y repiten el proceso.

Sugerencias para el facilitador:

Elija temas con los cuales los niños puedan sentirse identificados y sobre los que puedan hablar sin dificultad.



Piezas del rompecabezas

El juego «Piezas del rompecabezas» combina la diversión de dibujar y el placer de trabajar juntos en equipo. Se recomienda jugarlo en el interior.

Cómo ayuda:

Enseña a los niños el «trabajo colaborativo» y subraya la importancia del trabajo en equipo para alcanzar el resultado deseado.

Materiales:

- Una historieta popular o una imagen que los niños puedan reproducir en un papel. La complejidad de la imagen dependerá de la edad del grupo de niños.
- Lápices
- Papel



Tiempo necesario: 30 minutos

Instrucciones:

- Corte la imagen que ha elegido en seis u ocho cuadrados iguales. Córtele de manera tal que al unir las piezas, se pueda formar bien la imagen completa.
- Dé a cada niño un cuadrado de la imagen y pídale que realicen una copia de lo que ven.
- A los 20 minutos, pídale a los niños que traigan sus dibujos y los unan para ver si pueden recrear la imagen.
- Pueden realizar cambios al trabajo si resultara necesario para que la reproducción final sea tan precisa como la imagen original.

Sugerencias para el facilitador:

Dé a los niños papeles con cuadrados del mismo tamaño para que dibujen en cada uno de ellos. Pídale que dibujen la pieza de su rompecabezas dentro del recuadro. Esto garantizará que las imágenes sean consistentes en tamaño.

La torre más alta

La «Torre más alta» desafía a los niños a construir la torre más alta posible con cualquier cosa que tengan a su alrededor. Se recomienda jugarlo en el interior.

Cómo ayuda:

Este juego alienta a los niños a ser creativos con los elementos que utilizan para construir su torre más alta.

Materiales:

- Libros
- Latas
- Bloques
- Para construir la torre se puede utilizar cualquier cosa que sea irrompible.

Tiempo necesario: 15 minutos

Instrucciones:

- Divida a los niños en tres grupos de cinco integrantes cada uno.
- Entrégueles el material necesario para construir su torre. También pueden utilizar otros elementos que haya en el aula, siempre con su autorización, para completar la torre.
- Cuando usted diga: «¡Listo, ya!», los equipos empiezan a construir una torre sin ningún apoyo externo y solo con el material entregado.
- Dé diez minutos a los equipos para que completen su torre.
- El ganador es el equipo que termina primero la torre más alta.

Sugerencias para el facilitador:

Asegúrese de que haya un espacio amplio para la torre. Utilice materiales irrompibles para la construcción de la torre.



Círculo de silencio

Cómo ayuda:

Esta actividad alienta el pensamiento creativo y la comunicación interpersonal sin hacer mucho ruido.

Materiales:

- Un recipiente, de metal o de plástico.
- Canicas
- Venda para los ojos
- Espacio para jugar



Cantidad de participantes: ocho a diez

Tiempo necesario: 30 minutos

Instrucciones:

- Elija a una persona del grupo para que sea «El escuchador».
- Los restantes jugadores forman un círculo, colocándose enfrentados, con «El escuchador» en el centro.
- Los jugadores que forman el círculo deben pasarse una caja de lata sin que las canicas que están adentro hagan ruido.
- Si el objeto que se hace circular hace ruido, «El escuchador» puede señalar el lugar desde el que proviene el sonido y apuntará en esa dirección.
- Si «El escuchador» está en lo correcto, la persona que tenía la lata cuando hizo el ruido se convierte en «El escuchador».
- En cada turno, los niños pueden aportar maneras de impedir que el objeto haga ruido.
- La actividad puede jugarse indefinidamente en tanto los niños se estén divirtiendo.

Sugerencias para el facilitador:

Los mejores materiales para esta actividad son una taza o caja de lata y algunas canicas, en cantidad suficiente para que puedan moverse libremente dentro de la caja.



DIPLOMA

ESTE CERTIFICADO SE ENTREGA A...

HICISTE UN TRABAJO FANTÁSTICO HOY Y ESTAMOS MUY ORGULLOSOS DE TI.
ESTUVIMOS TODOS UNIDOS PARA MANTENERNOS A SALVO.
CUANDO PRACTICAMOS, NOS PREPARAMOS BIEN Y CONFIAMOS EN QUE SABREMOS QUÉ
HACER. ¡Y TÚ LO LOGRASTE!

FECHA

FIRMA



Idea: Padre de Alma

Texto: Kim M. Kimselius y Susanna Hartmann Fischermann

Ilustración: Susanna Hartmann Fischermann

Diseño: Conny Bergqvist

Psicólogos: Ditte Krogh Shapiro, Emily Klagsbrun Lebenswerd, Fredrik Lecerof y Talli Ungar Felding

© editorial



¡Hola! Mi nombre es Alma.

En este libro, «Alma y el simulacro de confinamiento» les voy a contar lo que hicimos el día que tuvimos un «simulacro de confinamiento» en mi escuela junto a los agentes de policía Michael y Henry.

Un «simulacro de confinamiento» es como un simulacro de incendio pero totalmente al revés. En vez de tener que salir todos juntos, lo que tenemos que hacer es quedarnos a salvo dentro de nuestra aula de clase.

Todos cumplimos funciones importantes en la escuela para mantenerla segura. ¡Juntos podemos cuidarnos los unos a los otros!

