Actividades de paz: Resolución de conflictos

La **paz** es un valor crucial para la convivencia armónica entre las personas y los países porque consiste en la convicción de vivir en armonía con uno mismo y con los demás, incluso, con los animales y nuestro entorno natural. Educar a los niños y niñas para que valoren la **paz** es sentar las bases para que aprendan a esforzarse por resolver cualquier diferencia con los demás por medio del diálogo y la comprensión, y eviten las hostilidades y la violencia reconociendo que vivir en **paz** es el estado idóneo para la vida personal y social.

En la **Guía de Apoyo para Docentes**, te proponemos un grupo de actividades encaminadas a fomentar el **valor** de la **paz** para realizar con los estudiantes de primaria.

Valor: Paz	Grados: Primaria
Capítulo 2 actividad	Competencias • Manejo y solución de conflictos • Participación social y política

PROPÓSITO:

Que los alumnos adquieran estrategias para resolver conflictos pacíficamente.

PROCEDIMIENTO:

1. Comente con los alumnos que muchas veces, la paz y la armonía se rompen cuando nos enojamos. Entonces hacemos o decimos cosas que lastiman a los demás. Dígales que hay algunas técnicas para detener el enojo o la frustración antes de que provoquemos un conflicto mayor. Dígales que aprenderán una a continuación.
2. Pida a los alumnos que sentados en sus sillas, cierren los ojos.
3. Dirija la relajación con las siguientes indicaciones:

Respiren profundamente y cuenten mentalmente hasta 4. Mantengan la respiración mientras cuentan mentalmente hasta 4 de nuevo. Ahora suelten el aire mientras cuentan mentalmente hasta 8; háganlo lentamente.

1. Repita las instrucciones para repetir el proceso.
2. Para comprobar que están haciéndolo correctamente, pida a los alumnos que pongan una mano en el pecho y otra en el abdomen. Solamente la mano que está sobre el abdomen deberá moverse al respirar.
3. Inicie cada día de clases con esta relajación para que el grupo comience el día en un estado de tranquilidad y concentración e invite a los alumnos a realizarla cuando haya un conflicto.