



**“APRENDIENDO CON EMOCIÓN(ES)”**  
**2015-1-ES01-KA219-016158**  
**IES Isabel de Villena - Valencia - España-**  
**Athénée Royal de Beaumont - Bélgica -**  
**Lycée Louis Armand - Eaubonne - Francia -**  
**IES Pirineos - Jaca - España -**  
**Gymnázium Lud'ka Pika - Pilsen - República Checa -**

**ACTA DE LA VISITA CON ALUMNOS DE CORTA DURACIÓN ASOCIACIÓN**  
**ERASMUS + K219 (DEL 5 AL 12 DE NOVIEMBRE DEL 2016)**

En esta visita participan el alumnado de intercambio de los centros Gymnázium Lud'ka Pika, IES Isabel de Villena, Athénée Royal de Beaumont y Lycée Louis Armand con sus profesores acompañantes respectivos: Martina Paskova, María Luisa Bellot Bellver y Sylvie Edart

**SÁBADO 05-11-2016**

19h30: Llegada de la delegación de Valencia.

20h15: Llegada de la delegación de Eaubonne.

21h15: Llegada de la delegación de Beaumont.

23h15: Llegada de la delegación de Pilsen.

**DOMINGO 06-11-2016**

Convivencia con las familias de acogida.

**LUNES 07-11-2016**

08h30 Quino Villa, profesor del IES Pirineos, inicia la serie de sesiones que se realizarán a lo largo de la semana. En esta actividad participan los 26 alumnos de las cuatro delegaciones visitantes junto con sus correspondientes y sus profesores acompañantes. Con estos ejercicios se pretende lograr mindfulness, es decir, atención plena. Son actividades excelentes para relajarnos y mejorar nuestra productividad ya que se toma conciencia del momento presente y nos preparan mentalmente tomando consciencia del aquí y ahora. A continuación, la bienvenida del director del centro, del coordinador de Jaca y de la coordinadora del proyecto.

10h Salida al centro de la ciudad. Visita del Ayuntamiento y la acogida del alcalde de Jaca. En la

sala de actos nos presenta la historia de la ciudad, responde las preguntas de los alumnos y los profesores. Se toma una foto enfrente del cuadro de la batalla. Se continúa el paseo con una visita guiada de la Catedral de Jaca por Mercedes Pérez, profesora del IES Pirineos. Luego la visita de la Ciudadela y la busca de los ciervos por los alumnos.

12h45 Taller de encuentro (dinámicas de desinhibición) Quino Villa, profesor del IES Pirineos.

Taller de encuentro conectando.

Objetivo: desinhibición inicial y encuentro con todos los alumnos.

La primera dinámica es Macedonia de frutas: romper los grupos iniciales. La asociación de un color con una fruta (amarillo – limón, naranja – naranja, rojo – frambuesa) Cada alumno reciba una tarjeta con uno de los tres colores, se dice la fruta y los alumnos que tienen esta tarjeta tienen que cambiarse de sitio. Luego según el color de las tarjetas se dividen en tres grupos.

La espiral de Eros: asumir retos en un grupo recién formado. Crean una serpiente juntándose las manos, la primera persona tiene un pañuelo de color en la mano, suena la música y los tres grupos se mueven de un lado al otro del gimnasio y al parar la música tienen que girarse alrededor la primera persona con el pañuelo. El grupo más rápido gana otro pañuelo.

A continuación, el escultor: juego de estrategia y de creatividad. Los alumnos se ponen en dos lados y hay dos personas en la mitad. Los alumnos tienen que moverse de un lado al otro sin que los toquen las dos personas en la mitad. Si los tocan, hacen un grupo que se preparan una escultura que expresa una emoción (por ejemplo empatía, tristeza).

En la siguiente dinámica Regazos musicales: una idea común de todo el grupo. Todos los participantes hacen una serpiente y se mueven, al parar la música el último se pone de rodilla y todo el mundo se sienta en su rodilla creando un domino.

La cinta transportadora: conjunto de todo el grupo para lograr un objetivo común. Luego se hacen dos filas, se enfrentan y se cogen las manos, hay una persona que se tumba encima de las manos juntas y con una fuerza común se mueva de un lado a otro.

En la última dinámica La máquina del masaje melodioso: respecto a los deseos de los demás. Los alumnos se quedan enfrentados, rellenan una hoja sobre los masajes (en qué parte del cuerpo les gusta hacer el masaje y cómo). Se eligen cinco alumnos y reciben un masaje de una máquina de masajes creada por los alumnos enfrentados.

Ensayos del grupo de teatro de Jaca y de Beaumont.

14h30 Vuelta con las familias. Tiempo libre.

## **MARTES 08-11-2016**

08h30 Quino Villa, profesor del IES Pirineos. En esta actividad participan los alumnos de las cuatro delegaciones visitantes junto con sus correspondientes y sus profesores acompañantes. Con estos ejercicios se pretende lograr mindfulness, es decir, atención plena. Este día la relajación corporal.

8h45 Talleres vivenciales: cooperando (dinámicas cooperativas). Quino Villa, profesor del IES Pirineos.

La primera dinámica, Tocar color: consiste en tocándose un color que se dice en la ropa de los participantes. Al final se desarrolla en la huida de la persona que tiene este color para evitar que los toquen. A continuación, se dividen en tres grupos, tres alumnos eligen sus participantes de todos los centros y en estos grupos realizan todas las dinámicas de la mañana.

El dragón: cada grupo crea un dragón hambriento, el primer es la cabeza y el último la cola con un pañuelo que representa la alimentación. Solo la cabeza puede cazar la comida. Si logra la comida, gana el pañuelo y se hacen cinco ruedas.

La inundación. consiste en la sobrevivencia de todo el grupo. Hay seis sillas y el grupo tiene que cooperar en un tiempo reducido salvarse en los arboles (sillas) sin tocar la tierra. Cada vez se quita una silla hasta que queden solo dos sillas. Al principio cada uno piensa en su sobrevivencia y al final cooperan todos, luego se ocupan de otros y les ayudan a sobrevivir.

Sacudir manta: los alumnos tienen un manto con una bola que tiene que lanzar verticalmente así que toca el techo.

Pasar pelota: los alumnos crean una fila y pasan la bola entre las piernas durante dos minutos. La pasan y se ponen al final.

10h45 Talleres fílmicos.

Una introducción cómo se crea un cortometraje por Quino Villa, profesor del IES Pirineos. Lo más importante es la cooperación y la creatividad. Se echan ejemplos de anuncios publicitarios (Te amo y Coca cola) y una canción (Darryl Worley: I miss my friend). Tres grupos de los alumnos de todos los centros. Se dividen los cargos: creación de guión, realización y expresión que funcionan como talleres. El taller de guiones hace Manuel, profesor del IES Pirineos; el taller de realización Quino Villa, profesor del IES Pirineos y el taller de expresión los estudiantes de profesor del IES Pirineos. Antes de hacer el taller que corresponde se ponen de acuerdo sobre la idea del cortometraje. Durante toda la mañana ensayos del grupo de teatro de Jaca y de Beaumont.

15h00 Comida en el comedor del centro.

16h00 Proyecto fílmico. Todos los tres grupos filman su cortometraje. Se ve la cooperación y la creatividad de todos los participantes.

20h00 Obra de teatro en Palacio de Congresos “Suzette, camina o revienta”

Todas las delegaciones asistimos para ver la obra que se representa en el Palacio de Congresos de Jaca. Es una obra preparada de manera conjunta por Jaca y Beaumont. Cada grupo desarrolla su presentación en la lengua de su partenaire (francés- español)

A la representación acuden representantes de la ciudad, el alcalde entre ellos. Gran éxito de público. La sala estaba llena, a rebosar, por familias, alumnado profesorado y espectadores de la población. Y muy relevante pues la temática de la obra es el acoso escolar.

En Beaumont ya se realizaron otras representaciones que se hicieron durante la visita Erasmus+ el curso pasado

Muchísimas gracias al alumnado y a los profesores implicados de ambas delegaciones, Pilar Carilla, Javier Acín, Juanjo Muntaner, Quino Villa...por este gran éxito

## MIÉRCOLES 09-11-2016

### 8h30 Mindfulness

Quino Villa, profesor del IES Pirineos. En esta actividad participan los alumnos de las cuatro delegaciones visitantes junto con sus correspondientes y sus profesores acompañantes. Con estos ejercicios se pretende lograr mindfulness, es decir, atención plena. Este día la relajación emocional.

8h45 Actividades sobre acoso escolar dirigidas por José Luis Sáez, profesor del IES Pirineos y Paula Martín alumna de 2º Bachillerato.

En la primera actividad se habla sobre los estereotipos. Hay que juntar unas descripciones con el animal (gato – independiente e interesante) y luego con los habitantes de las Comunidades autónomas o nacionalidades extranjeras (andaluz – vago y fiestero). Siempre hay una descripción positiva y una negativa. Si conocemos a las persona, se cambia nuestro punto de vista (gato – cruel con sus víctimas, andaluz – respeta sus tradiciones) Se puede manipular nuestra opinión.

La segunda actividad cada pareja tiene una frase, los alumnos tienen que decidir si es algo malo o bueno, ordenarse y al final algunas parejas presentan la situación a través de un escena. Se explica la situación desde los dos puntos de vista.

La tercera actividad cada grupo recibe una hoja con varios objetos (radar, tanque, escudo, chaleco, espejo, etc.) y tienen que describir lo positivo y negativo de estos objetos pensando sobre el acoso escolar.

### 10h45 Juegos vivenciales y Taller de máscaras

Los estudiantes se dividen en dos grupos y hacen los dos talleres.

Taller de máscaras dirigido por Juanjo Montaner, profesor del IES Pirineos

El objetivo: expresión corporal, descanso y crear coreografía común.

Los alumnos se quitan los zapatos y los relojes y tirar los chicles. Se hace un círculo, hacen caras extrañas para calentarse y descansar. Luego se sientan con una máscara que tiene una expresión neutral y hay que expresar emociones a través de movimiento del cuerpo. Después se hace el juego de los espejos: en parejas uno hace marioneta y otro lo dirige. Con la ayuda de la música en un silencio se concentran mejor. Para cambiar cada pareja recibe una máscara y repiten la misma actividad. A continuación se hacen grupos de seis o siete personas que van al escenario y crean una coreografía común. El resto son espectadores. Lo importante de llevar la máscara es que siempre hay que mirar al público y hacer movimientos lentos. La siguiente actividad se hace en círculo, cada uno tiene que decir su nombre y añadir un gesto. Uno empieza, el siguiente lo repite y se sigue así hasta que lo haga todo el círculo. Luego cada uno encuentra su espacio personal y lo hace a oscuridad total por sí mismo. Se nota que la gente tiene una buena memoria. Al final, un grupo sube al escenario y a su ritmo hacen la actividad con los gestos.

### Juegos vivenciales

Objetivos: sensibilizar con la importancia del respeto mutuo, la reciprocidad, con la importancia de atender a la vulnerabilidad como una de nuestras grandes fortalezas, la importancia de dar y recibir caricias, la vivencia del abandono y aprender a confiar en la otra persona

Profesor Quino Villa, IES Pirineos

La primera actividad, No te veo pero te siento: las parejas se ponen de espaldas y deben moverse al mismo ritmo e intentar levantarse.

La segunda actividad, La pelea: en slow-motion, se lleva a cabo una batalla de parejas que se mueven muy lentamente y expresarse con exageración.

La tercera actividad, Alarido grupal: representa una colmena de abejas que está despertando. Todos crean un círculo y están dormidos, a la reina la despierta el sonido y ella debe despertar a todos los

demás. Al final todo el mundo hace gritos y empieza a moverse muy rápidamente.  
Para la cuarta actividad se necesitan colchonetas por parejas: sensibilización de cuero cabelludo y rostro: uno se tumba en la posición de feto y el otro lo acaricia. Se trabaja la vulnerabilidad.  
La quinta actividad, Baby-sueño, en el que por parejas se trabaja la sensibilización.

14h30 Vuelta con las familias

## **JUEVES 10-11-2016**

8h30 Mindfulness

Quino Villa, profesor del IES Pirineos. En esta actividad participan los alumnos de las cuatro delegaciones visitantes junto con sus correspondientes y sus profesores acompañantes. Con estos ejercicios se pretende lograr mindfulness, es decir, atención plena. Este día la relajación espiritual.

09h30 Actividades diversas en la pista de hielo de la ciudad de Jaca con la dirección de los profesores del IES Pirineos Juanjo Montaner y Rubén García.

12h00 Convivencia y juegos de todos los alumnos y profesores acompañantes en la bolera de la ciudad

14h30 Vuelta con las familias

## **VIERNES 11-11-16**

8h30. Presentación de la proyección de imágenes de la semana en Jaca

El alumnado y profesorado disfruta con el visionado, recordando momentos intensos y emocionantes de las jornadas compartidas.

Visionado de los cortometrajes realizados en los talleres fílmicos. Presentación de las imágenes de las actividades de la semana a cargo de la coordinadora del Lycée Louis Armand de Eaubonne Cécile Morzadec.

9:00Actividades en Villanúa, Ecoparque, Cueva Güixas. El alumnado y profesorado disfruta de una jornada de convivencia realizando actividades en este paraje.

Salida a la localidad de Villanúa para visitar las cuevas de las Güixas de gran interés geológico y cultural. Los alumnos se introducen en la cueva y descienden unos metros bajo tierra para contemplar su paisaje, supone trasladarse a un ambiente casi onírico donde sólo el gorgoteo del agua y el batir de las alas de los murciélagos inundan el espacio acústico. Mientras, nuestros ojos se ocupan de discernir, entre las diferentes estructuras calcáreas (Estalactitas, estalagmitas, columnas, gours....) y las formas fantásticas que se han ido creando con el paso del tiempo.

A continuación actividades en el Ecoparque "El Juncaral" Habilidad, coraje y mucha acción son los elementos de estas actividades "Totalmente Naturales" en el interior de un increíble bosque de pino mediterráneo, con recorridos de diferente dificultad, juegos y tirolinas, que nos llevan a dar un paseo por la copa de los arboles.

Evaluación y despedida Erasmus + en Jaca

Cada alumno con su correspondiente expresa de manera gráfica su experiencia de las vivencias de la semana.

Entrega de diplomas y certificados Erasmus+

Vuelta a Jaca y tiempo libre con sus correspondientes

**SÁBADO 12-11-2016**

06h30: Salida de la delegación de Pilsen.

09h00: Salida de la delegación de Beaumont.

11h00: Salida de la delegación de Valencia.

14h30: Salida de la delegación de Eaubonne.

Firman el acta de la primera visita con alumnos de corta duración asociación Erasmus + K219 “Aprendiendo con emoción(es)” del profesorado participante.

En Jaca, a 11 de noviembre de 2016,

María Luisa Bellot Bellver  
IES Isabel de Villena

Martina Paskova  
Gymnázium Lud'ka Pika

Sylvie Edart  
Athénée Royal de Beaumont