

ACTIVIDADES
PARA
CENTROS
EDUCATIVOS
DE
CREATIVA
RURAL



ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN Pág. 3

2. ACTIVIDADES RURALES Y ARTESANALES
 - 2.1 EL BOTÍQUÍN DEL BOSQUE Pág. 4
 - 2.2 LA DESPENSA VERDEPág. 5
 - 2.3 EL PEQUEÑO HUERTO ORGÁNICOPág. 6
 - 2.4 LAS CONSERVAS DE LA ABUELA Pág. 7
 - 2.5 JABONES CREATIVOS DE GLICERINA Pág. 8
 - 2.6 NUDOS MARINEROS Pág. 9

3. CRECIMIENTO PERSONAL Y HABILIDADES SOCIALES
 - 3.1 LO QUE CUENTA EL CUERPO (EXPRESIÓN CORPORAL Y COMUNICACIÓN NO VERBAL) Pág. 10
 - 3.2 TALLER DE LOS SENTIDOS Pág. 12
 - 3.3 TALLER DE COMUNICACIÓNPág. 14

4. CONTACTO Pág. 14

PRESENTACIÓN

Creaktiva Rural nace con la intención de promover modelos de vida sostenibles; para priorizar la cultura agro-ecológica y la conciencia medioambiental; para la recuperación de la sabiduría popular y las actividades artesanales; para apoyar y potenciar nuestro lado creativo por medio de la acción; para impulsar las artes, en todas sus variantes, como forma de expresión y crecimiento personal.

Por este motivo, en Creaktiva Rural hemos desarrollado diferentes actividades dirigidas a niños a partir de 6 años y adolescentes para que, a través de la creatividad, se fomenten diferentes aspectos como:

- el desarrollo de las habilidades sociales
- el trabajo en equipo, la cooperación y, por consiguiente, la integración.
- la valoración de las actividades artesanales
- la conciencia ecológica y medioambiental
- la confianza y seguridad en uno mismo
- el respeto por los oficios tradicionales y la sabiduría popular

Hemos clasificado nuestras actividades en los siguientes grupos:

- Rurales y Artesanales:
 1. El Botiquín del Bosque
 2. La Despensa Verde
 3. El Pequeño Huerto Orgánico
 4. Las Conservas de la Abuela
 5. Jabones Creativos de Glicerina
 6. Nudos Marineros

- Crecimiento Personal y Habilidades Sociales:
 1. Lo que Cuenta el Cuerpo (Expresión Corporal y Comunicación no Verbal)
 2. Taller de los Sentidos
 3. Comunicación

Todos nuestros talleres y actividades se adaptarán a las necesidades particulares de cada centro, adaptando para ello, tanto las dinámicas a realizar como los tiempos de duración de las sesiones. De la misma manera, nuestra programación va dirigida a niños y jóvenes de todas las edades y circunstancias personales. Tan sólo consulten con nosotros y les realizaremos una programación concreta para su centro.

RURALES Y ARTESANALES

1. EL BOTIQUÍN DEL BOSQUE

CONTENIDOS:

- Se realizará una introducción al conocimiento de las plantas silvestres y a su utilización a lo largo de la historia para tratar los diferentes problemas de salud.
- Aprenderemos a reconocer las diferentes plantas autóctonas y se explicarán sus usos y propiedades.
- Se mostrarán diferentes aceites vegetales, ceras y aceites esenciales, explicando sus diferentes formas de obtención y cualidades de cada uno.
- Procesos de elaboración de ungüentos y cremas, haciendo especial hincapié en el aprovechamiento de los recursos locales.
- Conoceremos las necesidades propias de cada planta.

PRACTICAS:

- Elaboración de un cataplasma.
- Elaboración de una crema “curalotodo” con productos naturales, participando tanto en la elaboración como en su correcto envasado y etiquetado.
- Cada alumno se llevará una muestra de la crema y la receta correspondiente para poder realizarla de nuevo en su casa o en el centro.

OBJETIVOS:

- Valorar la sabiduría tradicional sobre el uso de plantas medicinales para el tratamiento de las diversas dolencias y enfermedades.
- Aprender a elaborar remedios naturales de forma artesanal y respetando al máximo el medio ambiente.
- Conocer y diferenciar las diversas plantas medicinales.
- Fomentar el trabajo en equipo y la cooperación.
- Promover la creatividad

2. LA DESPENSA VERDE

CONTENIDOS:

- Breve historia sobre los hábitos nutricionales en las diferentes culturas.
- Diferentes juegos para reconocer los vegetales y su procedencia.
- Significado de los colores de los vegetales y su manera de actuar sobre nuestro organismo.
- Conocer las propiedades y beneficios en la salud de los diferentes tipos de vegetales.

PRÁCTICAS:

- Se elaborarán originales y divertidas ensaladas, realizadas en grupo, en las que se combinarán diversos colores, formas y sabores.
- Elaboración de un “batido verde”.

OBJETIVOS:

- Recuperar y concienciar sobre la dieta mediterránea como fuente de salud.
- Promover el consumo de frutas y verduras para una alimentación saludable.
- Conocer las propiedades de las diferentes frutas, verduras y hortalizas.
- Promover la creatividad, el trabajo en equipo y la cooperación.

3. EL PEQUEÑO HUERTO ORGÁNICO

CONTENIDOS:

- Introducción al conocimiento de los diferentes productos de la huerta a través de juegos y adivinanzas.
- Preparación de diversos recipientes que nos servirán para el cultivo de nuestras hortalizas.
- Aprenderemos los diferentes ciclos naturales y cómo afectan las fases lunares en los procesos de nuestro pequeño huerto.
- Conoceremos los elementos necesarios para el desarrollo de la huerta.
- Aprenderemos las asociaciones favorables y desfavorables de hortalizas y plantas aromáticas para la protección de los cultivos.

PRÁCTICAS:

- Diseño del pequeño huerto orgánico.
- Creación de un semillero orgánico.
- Los alumnos se llevarán a su casa una pequeña tabla-esquema con todo lo aprendido durante la realización de este taller, y una plántula a la que tendrán que dar todos los cuidados necesarios.

OBJETIVOS:

- Aprender a cultivar nuestros propios alimentos ecológicos en poco espacio.
- Crear hábitos de vida saludables.
- Aprender y reconocer los ciclos de la naturaleza.
- Generar responsabilidad en los alumnos al comprender los cuidados necesarios para la obtención de los alimentos.
- Fomentar actitudes de comprensión y respeto hacia el medio ambiente.
- Fomentar la colaboración y el trabajo en equipo.

4. LAS CONSERVAS DE LA ABUELA

CONTENIDOS:

- Introducción a la historia de las conservas
- Identificación de los diferentes elementos necesarios para la elaboración de conservas vegetales.
- Reconocimiento de las frutas, verduras y plantas aromáticas que se emplean en la elaboración de conservas.
- Aprendizaje de los ciclos de la naturaleza para la elaboración de conservas con productos de temporada.

PRÁCTICAS:

- Se elaborará una conserva vegetal utilizando, en la medida de lo posible, productos de temporada. Cada uno se llevará su propia conserva a casa.
- Manipulación de los envases en el proceso de llenado y etiquetado de los mismos, atendiendo a todas las normas de higiene y salubridad necesarias.

OBJETIVOS:

- Recuperar la sabiduría popular de nuestras abuelas.
- Aprender a conservar los alimentos de forma natural y artesanal, sin conservantes ni colorantes químicos.
- Fomentar una alimentación saludable.
- Promover la creatividad y el trabajo en equipo.

5. JABONES CREATIVOS DE GLICERINA

CONTENIDOS:

- Introducción a la historia del jabón.
- Aprendizaje de los elementos y los ingredientes necesarios para hacer el jabón (aceites vegetales, esencias, especias condimentarias, frutas, etc...).
- Conoceremos las plantas medicinales y más utilizadas para la elaboración de jabones con propiedades beneficiosas para la piel.
- Aprenderemos a reconocer los diferentes tintes naturales y esencias y, sus propiedades.
- Preparación de materiales y moldes.
- Proceso de elaboración del jabón

PRÁCTICAS:

- Los alumnos crearán y se llevarán tres tipos de jabones diferentes: de romero y miel, de naranja y de chocolate.

OBJETIVOS:

- Desarrollar habilidades creativas y manuales.
- Aprender a elaborar nuestros propios productos para el cuidado de la piel.
- Conocer los usos y propiedades de las plantas, los aceites vegetales y las esencias.
- Reconocer la importancia del uso de productos naturales tanto para el cuidado del medioambiente como en beneficio de nuestra salud.

6. NUDOS MARINEROS

CONTENIDOS:

- Leyenda de los nudos marineros: Orígenes.
- Usos de los diferentes tipos de nudos, dentro y fuera del mar.
- Los nudos marineros más comunes.
- Cómo realizar los nudos marineros.

PRÁCTICAS:

- Los alumnos fabricarán un reloj marinerio con los nudos aprendidos en el taller que después, se llevarán a casa.

OBJETIVOS:

- Conocer las costumbres y formas de vida de la gente del mar.
- Adquirir una mayor coordinación, habilidad y control dinámico de las manos.
- Mejorar la atención y la capacidad de concentración.
- Trabajar las habilidades creativas.
- Aprender los nudos marineros más comunes y sus diferentes usos.

CRECIMIENTO PERSONAL Y HABILIDADES SOCIALES

1. LO QUE CUENTA EL CUERPO (EXPRESIÓN CORPORAL Y COMUNICACIÓN NO VERBAL)

CONTENIDOS:

- Conocimiento del cuerpo y el espacio.
- Control global y segmentario del cuerpo.
- Adquisición de habilidades motrices
- Coordinación y precisión de movimientos corporales
- Control del tono facial, desplazamientos y lateralidad.
- Ejercicios para vencer dificultades motrices y de atención cooperando con los compañeros y las compañeras en la realización de actividades colectivas.

PRÁCTICAS:

- Los alumnos realizarán diferentes dinámicas y juegos orientados al conocimiento del propio cuerpo y la comunicación no verbal.

- Tras unos ejercicios de calentamiento y conocimiento del espacio, realizarán la dramatización de diferentes situaciones a través de la representación y escenificación de cuentos, imágenes, canciones y situaciones concretas.
- Trabajarán en grupos y de forma individual.

OBJETIVOS:

- Aumentar la consciencia corporal y la sensibilidad, tanto de nuestras sensaciones internas como de los estímulos externos.
- Lograr que los participantes aprendan a conocerse y expresarse a partir del juego, aprendiendo a trabajar en equipo y estando bien atentos al lenguaje corporal antes de la palabra.
- Reconocer la importancia del lenguaje corporal como parte primordial de la comunicación.
- Comprender las pautas fundamentales para identificar e interpretar las señales no verbales y, de ese modo, poder descifrar los mensajes inconscientes que nos transmite nuestro cuerpo o el cuerpo de los demás.
- Desarrollar un lenguaje propio de movimiento que nos permita potenciar la imaginación, además de entender, gestionar, expresar y comunicar nuestras ideas, pensamientos o emociones.
- Descubrir y experimentar con el propio cuerpo diferentes emociones y sensaciones.
- Percibir, aceptar, valorar y mejorar las características y rasgos que nos definen como personas, para conformar una imagen positiva de nosotros mismos y de los demás.
- Favorecer y ampliar las propias capacidades y herramientas de expresión y comunicación.
- Desarrollar todas nuestras capacidades expresivas, creativas y comunicativas, con la intención de favorecer la autonomía personal, la interacción social y la integración.
- Trabajar la desinhibición para superar la timidez y el miedo expresivo.

2. TALLER DE LOS SENTIDOS

CONTENIDOS:

- Los alumnos y alumnas descubrirán las cualidades sensoriales de los objetos por medio de la exploración e investigación y, al mismo tiempo, relacionarán los órganos de los sentidos con sus funciones. Para ello, se llevarán a cabo diversas actividades y juegos donde tendrán que poner toda la atención a cada uno de sus sentidos o, a la ausencia de ellos.

PRÁCTICAS:

- GUSTO: ¿A QUÉ SABE?

Con este juego, los alumnos tendrán que adivinar qué ingredientes son los que van a probar, sin posibilidad de ver ni tocar.

- TACTO: LAS CAJAS CIEGAS

Se realizará un pequeño circuito con diversas cajas opacas. En su interior habrá elementos con diferentes texturas que tendrán que palpar con las manos, sin posibilidad de ver su contenido, y adivinar qué hay escondido en cada caja.

- OLFATO: ADIVINA QUIÉN HUELE COMO TÚ

El juego consiste en que los participantes reconozcan a los demás compañeros que lleven impregnado el mismo perfume que ellos. Entre todos los participantes habrá 4-5 tipos de olores diferentes.

- OIDO: EL ESCONDITE MUSICAL

Los alumnos se esconderán y tendrán que emitir diferentes sonidos con instrumentos para que les encuentren.

- VISTA: EL LAZARILLO

Los alumnos tendrán que confiar “ciegamente” en un compañero o compañera que les guiará por un circuito.

- Todas estas actividades se adaptarán a la edad de los alumnos.

OBJETIVOS:

- Fomentar un desarrollo multisensorial que ayude a interpretar y comprender el mundo que nos rodea desde distintas perspectivas.
- Sentir y redescubrir los sentidos a través de la información, tanto del exterior como de nuestro interior, que ellos nos aportan.
- Trabajar en profundidad la percepción y, por medio de ella, desarrollar nuestro mundo interior, la imaginación, la sensibilidad y la creatividad.
- Reconocer la importancia de los sentidos y las sensaciones ante la carencia de alguno de ellos.
- Potenciar la capacidad de reconocer y transmitir a los demás nuestras emociones y sentimientos.
- Exteriorizar y canalizar de forma práctica las diferentes sensaciones y emociones.
- Fomentar la confianza en uno mismo y en los demás.
- Incidir en la importancia del apoyo mutuo, la cooperación y la integración.

3. TALLER DE COMUNICACIÓN

CONTENIDOS:

- Se proporcionará a los alumnos las herramientas necesarias para entrenar y mejorar las habilidades de comunicación como una oportunidad para mejorar el rendimiento escolar, la fluidez en las situaciones personales y la expresión de las emociones y sentimientos.

PRÁCTICAS:

- Se realizarán diferentes dinámicas y juegos donde los alumnos tendrán que hacer uso de todas sus dotes comunicativas para hacer llegar a sus oyentes sus mensajes.
- Los alumnos tendrán que inventar, contar y representar diferentes cuentos, historias, canciones y situaciones concretas.

OBJETIVOS:

- Ganar confianza a la hora de hablar en público.
- Concienciar sobre la gran cantidad de objetivos que se pueden lograr a través de un uso adecuado de la comunicación.
- Adquirir habilidades de comunicación para mejorar las relaciones interpersonales con padres, profesores, amigos, etc.
- Fluidez expresiva o facilidad de palabra.
- Confianza: para que se sientan preparados y capaces de expresar sus ideas y sentimientos
- Mayor rendimiento escolar, incrementando sus calificaciones, mejorando su calidad y cantidad de participación en clase, disfrutando del trato con los demás.
- Aumentar la autoestima y la confianza, mejorando la comunicación en todas las áreas.
- Mostrarse ante el público, transmitiendo completa seguridad.
- Expresividad no verbal.
- Aprender a decir las palabras adecuadas en cada ocasión.
- Incrementar la capacidad de expresión con seguridad, confianza y gran respeto por las opiniones de los demás.
- Disponer de las herramientas necesarias para captar y mantener la atención de los oyentes.

- Aprender a valorar la escucha como parte primordial de la comunicación.
- Potenciar la imaginación, la creatividad, la memoria, la iniciativa y la capacidad de improvisación para resolver las situaciones más diversas.
- Trabajar la capacidad de decisión, síntesis y organización de nuestras ideas, pensamientos y/o emociones.

CONTACTO

Para más información sobre las actividades, programación, contenidos, duración de las sesiones, presupuesto y/o cualquier otra consulta, pueden ponerse en contacto con nosotros a través de:

- Mail: creaktivarural@gmail.com
- Teléfono (En horario de 10 a 14 y de 17 a 20): 675 022 029 / 666 230 208
- Web: www.creaktivarural.wix.com/creaktivarural

