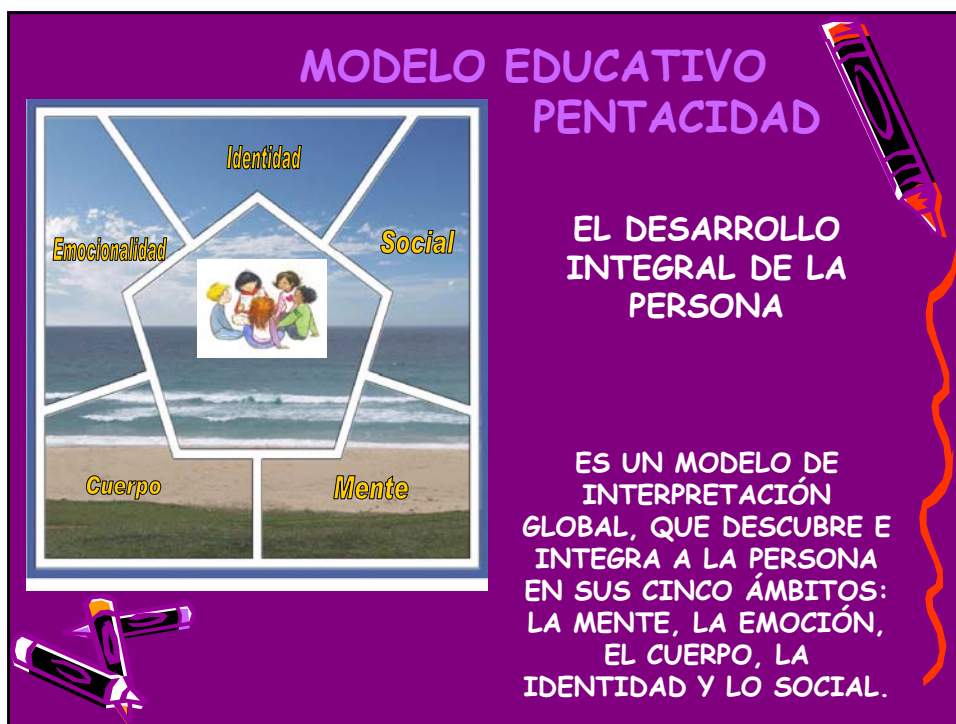





# PROYECTO PENTACIDAD

## "TALLER DE CRECIMIENTO PERSONAL"

CEIP "NTRA. SRA. DE LOS ÁNGELES" EL ESPARRAGAL



### MODELO EDUCATIVO PENTACIDAD



EL DESARROLLO INTEGRAL DE LA PERSONA

ES UN MODELO DE INTERPRETACIÓN GLOBAL, QUE DESCUBRE E INTEGRA A LA PERSONA EN SUS CINCO ÁMBITOS: LA MENTE, LA EMOCIÓN, EL CUERPO, LA IDENTIDAD Y LO SOCIAL.

**ÁMBITO DE LA IDENTIDAD** **¿Qué voy hacer para estar en sintonía?**

**AFIRMACIÓN DEL YO. AUTONOMÍA.**

The infographic is a purple-themed diagram with a central pentagon containing a group of diverse people. Surrounding it are six segments, each with an illustration and text:

- Protagonismo:** "Darme cuenta" (Illustration: A person meditating under a rainbow).
- Dignidad:** "Desarrollar mi identidad personal" (Illustration: A woman in a black hijab talking to a man).
- Libertad:** "Conocer y elegir lo que quiero pensar" (Illustration: A woman with green hair and a thought bubble).
- Firmeza:** "Conectarme con mi cuerpo" (Illustration: A woman doing a handstand).
- Autosuficiencia:** "Identifico lo que siento" (Illustration: A man holding up photos of himself with a speech bubble listing "Alegria", "Enfado", "Tristeza").

At the bottom, it says: *Participar activa y responsablemente en la construcción de mi vida*

**ÁMBITO DEL CUERPO** **¿Cómo nos vamos a comunicar?**

**FORTALEZA. VITALIDAD.**

The infographic is a red-themed diagram with a central pentagon containing two people talking. Surrounding it are six segments, each with an illustration and text:

- Introversión:** "Hablando desde el yo" (Illustration: A person hugging themselves).
- Actividad:** "Nombrando y haciendo visibles a las mujeres" (Illustration: Two women talking).
- Espontaneidad:** "Utilizando un lenguaje positivo" (Illustration: Two children sitting on the floor).
- Comunicación:** "Sabido escuchar" (Illustration: A woman in a blue hijab listening to a man).
- Corporeidad:** "Sabido intervenir" (Illustration: A woman raising her hand in class).

At the bottom, it says: *Expreso mis ideas y emociones adecuadamente*

**ÁMBITO DE LA EMOCIÓN** **¿Cómo vamos a resolver los conflictos?**

SEXUALIDAD Y AFECTIVIDAD.

**Ternura**  
Descubriendo lo que siento

**Placer**  
Comprometiéndonos a cambiar

**Amor**  
Reflexionando sobre lo que hago

**Deseo**  
Identificando lo que pienso

**Bondad**  
Aplicando el reciclaje

*Aceptándome, comprendiéndome y amándome*

**ÁMBITO DE LA MENTE** **¿Qué vamos hacer para aprender?**

OBSERVACIÓN. INTELIGENCIA.

**Curiosidad**  
Conocer la tarea que hay que hacer

**Autoobservación**  
Autoevaluarme

**Sabiduría**  
Planificar el trabajo

**Flexibilidad**  
Aplicar y compartir lo que he aprendido

**Eficiencia**  
Saber trabajar individualmente y en grupo

*Descubro mis potencialidades, conozco mis logros y aprendo de los errores*



El modelo educativo Pentacidad establece las bases de la construcción de la Identidad Personal y del proyecto de vida de cada alumna y alumno, a través del desarrollo de capacidades y la adquisición de valores personales y competencias para la vida.





La metodología que llevamos a cabo está basada en la autorregulación de los aprendizajes para la adquisición de competencias personales, ciudadanas, de comunicación, de autocontrol de las emociones y de prevención y solución pacífica de los conflictos.



ESCUCHO



EXPLICO COMO  
HAGO LAS COSAS



PIENSO



MANTENGO LA  
POSTURA CORPORAL





SILENCIO

REALIZO MIS TAREAS

PIDO LA PALABRA

COMPARTO LOS MATERIALES

FELICITO

### HERRAMIENTAS PARA LA AUTORREGULACIÓN DEL AULA



Sintonía

Grupo de ayuda mutua

Reglas de la comunicación

Carinograma

Pautas de convivencia

Espacio para estar conmigo

Autoevaluación

**METODOLOGÍA Y HERRAMIENTAS AUTORREGULATORAS**  
Gestión de aula

**PAUTAS DE CONVIVENCIA** →


Garantizan el derecho que cada persona tiene a ser respetada y el compromiso con el respeto mutuo. Sirven para gestionar la convivencia a partir de lo que nos hace sentir bien y es responsabilidad de cada una de las personas que conviven consiguiendo la satisfacción personal y colectiva

**A recordar**

- Son pautas de actuación No Sancionadoras
- Surgen del consenso
- Facilitan el desarrollo de la actividad cotidiana
- Favorecen un clima de satisfacción personal y de grupo
- Potencian el deseo de conocer y cooperar

**Pasos para la elaboración de las pautas de convivencia**

- Después de la sintonía cada alumno-a escribirá para cada espacio ( aula, patio, baños) lo que le hace sentir bien
- En grupos de 5 , se hará una puesta en común de lo que les hace sentir bien e intentarán hacer las pautas de convivencia para cada espacio.
- El portavoz de cada grupo hará su aportación al grupo clase y se elaborarán unas pautas comunes para la clase.
- Se realizará una reunión de delegados donde se saquen unas pautas comunes para el centro ( Aula y Patio)
- Secuenciar las pautas cada dos semanas
- Colocar las pautas a observar encima del cariógrama.



**RECONOCIMIENTO A LA PERSONA QUE CUMPLE LAS NORMAS DE CONVIVENCIA**

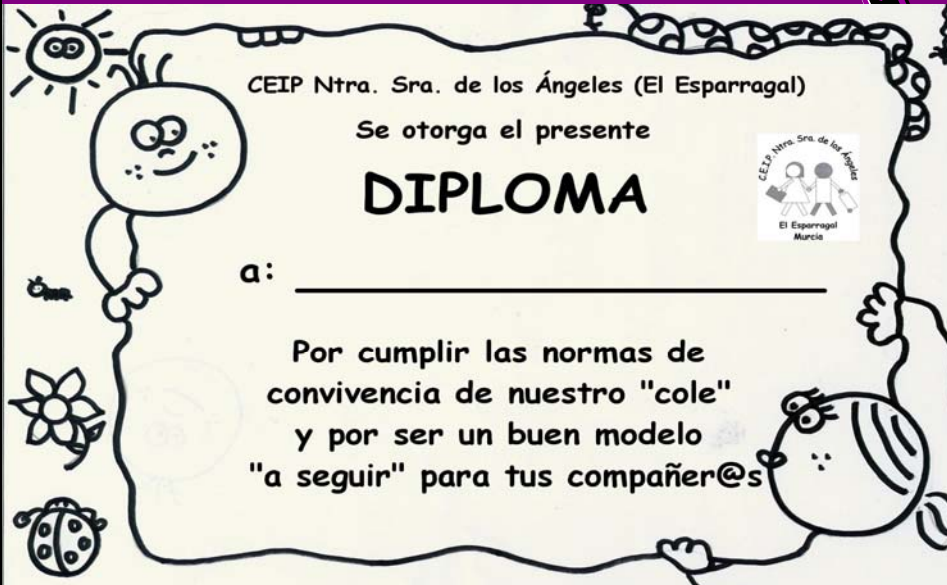
CEIP Ntra. Sra. de los Ángeles (El Esparragal)

Se otorga el presente

**DIPLOMA**

a: \_\_\_\_\_

Por cumplir las normas de convivencia de nuestro "cole" y por ser un buen modelo "a seguir" para tus compañer@s



**METODOLOGÍA Y HERRAMIENTAS AUTORREGULATORIAS**  
Gestión de aula

**CARIÑOGRAMA** → Esta herramienta sirve para entrenar las habilidades sociales básicas: Felicitar, dar las gracias y pedir disculpas. Afianza las pautas de convivencia y las conductas que conducen a las competencias.

<p><b>FELICITAMOS POR:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Un trabajo realizado</li> <li>• Una contestación adecuada</li> <li>• Ayudar a otra persona</li> <li>• Solucionar algo sin acusar</li> <li>• Participar en clase: preguntar y aportar ideas.</li> <li>• Cualidades personales</li> <li>• Saber escuchar</li> <li>• Saber intervenir</li> <li>• Ver lo positivo de las personas, las cosas y las situaciones.</li> <li>• Ser responsables</li> <li>• Tener iniciativa</li> <li>• Hablar en positivo</li> <li>• Otros...</li> </ul>	<p><b>DAMOS LAS GRACIAS:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Por ayuda recibida</li> <li>• Por detalles concretos de amistad</li> <li>• Porque nos escuchan y comprenden</li> <li>• Porque nos esperan sin quejarse</li> <li>• Por una palabra amable</li> <li>• Porque nos divierten</li> <li>• Por un gesto de cariño</li> <li>• Porque juegan contigo</li> <li>• Porque te felicitan</li> <li>• Por las actividades que realizamos</li> <li>• Otros...</li> </ul>
<p><b>PEDIMOS DISCULPAS POR:</b></p> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los errores cometidos</li> <li>• Gritar para resolver un conflicto</li> <li>• Culpar</li> <li>• No reconocer los errores</li> <li>• Utilizar un vocabulario inapropiado</li> <li>• No respetar el ritmo de las demás personas</li> <li>• No saber esperar</li> <li>• No escuchar</li> <li>• Interrumpir a una persona que está hablando, trabajando, disfrutando, en espacio personal...</li> <li>• Otros...</li> </ul>		

**CARIÑOGRAMA**

**¿Cómo lo vamos a utilizar?**

- Para dar las gracias y felicitar por los comportamientos positivos observados por el propio alumnado
- Escribir mensajes para felicitar, dar las gracias o pedir disculpas. (Libremente)
- Interiorizar las pautas de convivencia
- Llevar el control de los mensajes enviados.
- Reflexionar sobre la información recibida

**COMPETENCIAS Y LOGROS**

- Tomar en consideración las cualidades positivas de las compañeras y compañeros.
- Expresar los sentimientos.
- Crear un clima emocional positivo.
- Dar las gracias.
- Felicitar.
- Pedir disculpas.
- Aceptar los errores.
- Reconocer las cualidades de las otras personas.
- Valorar los logros de mis compañeras y compañeros.





**PANEL "YO SIENTO"** → Sirve para identificar los sentimientos y gestionarlos adecuadamente. Previene los conflictos y facilita el entrenamiento de las habilidades emocionales básicas

ALEGRIA      TRISTEZA      ENFADO      MIEDO      SATISFACCIÓN

SE COLOCAN LAS FOTOS DE LAS Y LOS ESTUDIANTES Y CADA CUAL SE UBICA EN EL SENTIMIENTO QUE TIENE

"APRENDIENDO A SER TÚ (SINTONÍA), A CONVIVIR, A APRENDER A APRENDER, A COMUNICARTE Y A RESOLVER CONFLICTOS, LOGRARÁS DESARROLLARTE Y SER LA PERSONA PROTAGONISTA DE TU VIDA"

