



**TÍTULO**  
**EL REGALO DE NAVIDAD**

**AUDIOVISUAL**  
<http://hyperurl.co/paiij1>

**VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR**  
Autocontrol

**ÁREA CURRICULAR**  
Lengua Castellana y Literatura.

**CONTEXTO ESCOLAR**  
Convivencia escolar

**EDAD RECOMENDADA**  
De 6 a 8 años

**SINOPSIS**  
Un niño está deseando que llegue el día de Navidad para disfrutar de los regalos, pero le cuesta esperar.



*de repente, nos dicen que podemos tener un helado gratis, pero que tenemos que hacer una fila. Levantad la mano quienes querríais estar las/os primeras/os de la fila (es probable que lo haga toda la clase). ¿Por qué no querríais estar al final? (la respuesta más probable es “porque no queremos esperar”).*

En general, a nadie le gusta esperar. Nos hemos acostumbrado a vivir en una época en la que todo sucede rápido, muy rápido y cada vez nos cuesta más ser pacientes. Tenemos que buscar, entonces, trucos que nos ayuden a esperar sin sentirnos mal, porque son muchas veces al día las que nos tocará esperar para algo o por algo.

**REFERENTE TEÓRICO:** Cada vez que tenemos muchas ganas de que algo llegue, sentimos cómo, más que nunca, nos cuesta esperar. Las personas adultas tenemos, por cuestiones de maduración neurológica, mucha más capacidad intrínseca para el autocontrol, pero ello no significa que en la infancia no pueda ni deba trabajarse. De hecho, el uso de esas “muletas” que suponen los “trucos para saber esperar” son la clave para controlar nuestra conducta y no dejarnos llevar por la impaciencia y sus implicaciones.

**RAZÓN DE SER:** Si hay una situación de impaciencia que se puede entender bien a estas edades es la que se da frente a un regalo. Lo habitual es que ese nerviosismo surja ante los propios regalos y la anticipación y el disfrute que nos proporcionarán. El hecho de que el niño del vídeo que se utilizará para la actividad esté inquieto por la reacción de su madre y de su padre ante su propio regalo permite un doble enfoque, desde el autocontrol, buscando aquellas herramientas que pueden hacernos el tiempo de espera más llevadero, y desde la empatía.

**DESARROLLO**

**1ª Fase: ¿A quién le gusta esperar?**

*“Vamos a hacer un pequeño experimento... imaginemos que tenemos aquí un carrito de helados. Y que,*

**2ª Fase: ¿Qué pasa cuando estamos impacientes?**

*“Cuando algo nos interesa mucho y queremos que pase pronto, de repente en algunas ocasiones, y en otras poco a poco, empezamos a notar que nos ponemos nerviosas y nerviosos. A ese nerviosismo por tener que esperar le llamamos impaciencia y, lo contrario, la habilidad que hay que tener para saber esperar el momento, se llama paciencia. Cuando somos impacientes, eso nos afecta dentro, a cada cual, pero también a las personas que están alrededor nuestro. Pensémoslo por un momento...”*

Después de un minuto de reflexión silenciosa, se lanzan las siguientes preguntas:

- *¿Qué cosas os hacen estar impacientes?*
- *¿Cómo notáis que estáis perdiendo la paciencia?*
- *¿Qué cosas os pasan cuando estáis impacientes? ¿Hacéis cosas que normalmente no haríais?*
- *¿Y qué ocurre con el resto de personas cuando vosotras y vosotros estáis impacientes? ¿Les gusta veros así? ¿Por qué?*

*“Vamos a ver un anuncio en el que el protagonista, un niño de vuestra edad, también se encuentra en una situación en la que tiene que tener mucha, pero que mucha, paciencia...”*

### 3ª Fase: ¿Qué puedo hacer mientras espero?

Se proyecta el anuncio, parándolo justo cuando el niño se va a dormir la víspera de Navidad. Se pedirá al alumnado que se fije en dos cosas:

- Qué cosas hace el niño para pasar el tiempo hasta que llega lo que espera.
- Qué cosas le funcionan y cuáles no de entre esos intentos.

Al final, se hará una puesta en común con todas las cosas que el alumnado ha captado, pudiendo colocar esas ideas, si se quiere, de forma diferenciada en la pizarra, de forma que quede bien identificado lo que funciona y lo que no. Sugerimos completar la lista con otras ideas que surjan, no tanto del vídeo, sino de las aportaciones espontáneas en el momento. Por ejemplo, en el vídeo no se ve que cuando el niño está impaciente le pida a su madre que le lea un cuento, pero seguramente sería una buena distracción para que el tiempo se le pase más rápido, luego podrían anotarlo en la columna "Cosas que funcionan cuando estoy impaciente".

Terminar la actividad descubriendo el final de la historia, preguntándoles previamente qué piensan que el niño está esperando con tanta inquietud. Previsiblemente, pensarán que lo que espera es recibir sus propios regalos. Podemos preguntarles qué les parece que lo que le inquieta sea más bien el regalo de sus padres.

### PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Dado que el gesto que este niño tiene es principalmente de empatía al ser la reacción de sus padres ante su regalo lo que le pone nervioso, puede ser interesante complementar la actividad con alguna de las actividades relacionadas con esta habilidad que proponemos en las secciones correspondientes.

Igualmente, sugerimos que se amplíe un poco más el debate a nivel de reflexión personal, y que el alumnado pueda identificar al menos una situación en la

que crea que debe ser más paciente. Luego realizarán un dibujo individualmente en esas situaciones, pero poniendo en marcha alguna solución que les ayude a controlar esa intranquilidad. Es decir, lo que quedará plasmado en los dibujos será una situación en la que ponen en marcha su autocontrol.