



TÍTULO
**NO HAY MEJOR LOTERÍA
QUE UNA BUENA AUTOESTIMA**



AUDIOVISUAL
Melendi - El Cielo Nunca Cambiará
<https://smarturl.it/5b047j>



VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR
Autoestima, Identificación y expresión emocional, autocontrol, empatía, habilidades de interacción, creatividad

ÁREA CURRICULAR
Lengua y Literatura, valores sociales y cívicos

CONTEXTO ESCOLAR
Transición entre etapas, identidad personal, convivencia escolar

EDAD RECOMENDADA
De 10 a 12 años

SINOPSIS
Esta canción del artista Ramón Melendi Espina, más conocido como Melendi, fue lanzada en 2019 y es una obra compuesta para la película "Cómo entrenar a tu dragón 3". En ella se habla sobre la identidad personal, la importancia de ser fiel a uno mismo y superar los miedos para perseguir y luchar por los sueños.

Si piensas que todo es muy raro
En este mundo de mayores
Nunca olvides que para cambiarlo
Tienes que dejar volar tus ilusiones
Y si al levantarte cada día
Ves cosas que tú sientes que no son así
Recuerda que la melodía que baila tu vida depende
de ti
Existe todo aquello que puedas imaginar
Tan sólo tienes que creer con fuerza
Todo lo que desees a tu vida llegará
Si no dejas que el miedo te detenga
El cielo nunca cambiará
Para que tú lo puedas ver
Él te estará esperando siempre para cuando tú
quieras volar en él
Y aunque pienses que está lleno de nubes
Te prometo que no están ahí cuando subes
Sólo tienes que volar sin miedo a como aterrizar
El cielo nunca cambiará
Y si alguien quiere hacerte ver
Que hay algo que es inapropiado en ti

Recuerda a tu rompecabezas
No le sobran piezas para ser feliz
Existe todo aquello que puedas imaginar
Tan sólo tienes que creer con fuerza
Todo lo que desees a tu vida llegará
Si no dejas que el miedo te detenga
El cielo nunca cambiará
Para que tú lo puedas ver
Él te estará esperando siempre para cuando tú
quieras volar en él
Y aunque pienses que está lleno de nubes
Te prometo que no están ahí cuando subes
Sólo tienes que volar sin miedo a como aterrizar
El cielo nunca cambiará
El cielo nunca cambiará
Para que tú lo puedas ver
Él te estará esperando siempre para cuando tú
quieras volar en él
Y aunque pienses que está lleno de nubes
Te prometo que no están ahí cuando subes
Sólo tienes que volar sin miedo a como aterrizar
El cielo nunca cambiará (El cielo nunca cambiará)
El cielo nunca cambiará
Para que tú lo puedas ver
Él te estará esperando siempre para cuando tú
quieras volar en él
Y aunque pienses que está lleno de nubes
Te prometo que no están ahí cuando subes
Sólo tienes que volar sin miedo a como aterrizar
El cielo nunca cambiará

Fuente: [LyricFind](#)

Autores de la canción: Ramon Melendi Espina
Letra de El Cielo Nunca Cambiará © Universal Music Publishing Group

REFERENTE TEÓRICO: El fin de la etapa de Educación Primaria y el comienzo de una nueva etapa como es Secundaria, conlleva un conjunto de cambios, tanto a nivel educativo como a nivel personal, social y emocional. Todos los estudiantes a lo largo de su trayectoria escolar vivirán esa transición, por lo tanto, trabajar la autoestima y el autoconcepto

positivo, favorece una mejor adaptación a los cambios y a los retos a los que tendrán que hacer frente a lo largo de su ciclo vital.

Además, desarrollar estas variables en el aula con todos los estudiantes, no solo fomenta las habilidades sociales y de interacción entre iguales; además, promueve la empatía y mejora significativamente la convivencia escolar y las relaciones de amistad que existan entre los estudiantes, lo cual facilita un mantenimiento de dichos lazos afectivos a pesar de que en un futuro cercano, exista una posible separación con motivo del cambio de etapa, y generalmente, el cambio de centro educativo.

RAZÓN DE SER: La finalidad de esta actividad se basa en promover la autoestima y fomentar un autoconcepto positivo, pues con los cambios que se producen por el tránsito de etapas, la autopercepción sobre sí mismo es un aspecto que sufre varias modificaciones que por lo general, tienden a ser más negativas que positivas. Sin embargo, la percepción positiva de uno mismo es uno de los factores de éxito para una transición positiva (Rodríguez, 2016).

La propuesta de esta actividad comienza con la visualización de un video en el que se muestran imágenes de la película *Cómo entrenar a tu dragón 3* (2019), junto con una canción compuesta y cantada por Melendi para dicha película. A través de esta, reflexionaremos sobre el mensaje que transmite sobre la identidad personal y la lealtad a uno mismo.

La dinámica principal de la actividad se desarrolla a través de la detección de las fortalezas individuales de cada estudiante, y posteriormente, de la atribución de cualidades positivas entre ellos mismos; para ello, se utilizará una plantilla con forma de cuerpo humano que cada estudiante tendrá con su nombre y apellidos, la cual se rellenará colectivamente, pasando la plantilla de unos a otros como si fuese un relevo.

DESARROLLO

1ª Fase: Dale al play

Introducir la temática sobre la que vamos a trabajar en esta actividad, hablando sobre la importancia de conocerse a sí mismo y tener una buena autoestima para vivir en paz y en armonía con nosotros mismos así como para percibirnos con total capacidad para enfrentar los cambios. Antes de visualizar el video, el docente puede realizar varias preguntas sobre la temática en cuestión para indagar en los conocimientos y pensamientos previos del alumnado.

¿Qué significa para vosotros la autoestima?, ¿pensáis que os conocéis a vosotros mismos?, ¿es importante conocerse bien?, ¿por qué?, ¿es importante quererse a uno mismo?, ¿por qué?

NOTA A LOS DOCENTES: Las preguntas que se han presentado anteriormente son un ejemplo meramente orientativo.

Seguidamente, visualizamos el video para después reflexionar conjuntamente sobre el mensaje que comunica. Para iniciar la puesta en común sobre la canción escuchada el docente puede plantear varias cuestiones.

¿Habéis escuchado esta canción?, ¿qué os ha llamado más la atención?, ¿de qué pensáis que trata?, ¿qué título inventaríais para la canción?, ¿qué entendéis con la frase «la melodía que baila tu vida depende de ti»? ¿os ha gustado la canción?, ¿conocéis alguna canción que trate estos temas o parecidos?

NOTA A LOS DOCENTES: Las preguntas que se han presentado anteriormente son un ejemplo meramente orientativo.

2ª Fase: Mis fortalezas

Conocer las fortalezas individuales mejora el autoconcepto, trabaja la autoestima, y mejora la capacidad de superación ante retos como puede ser el tránsito entre etapas.

El docente indagará sobre las capacidades o fortalezas que los estudiantes piensan que debe tener una persona que se adapta bien a los cambios. Se puede utilizar como modelo el protagonista del corto o incluso un estudiante en general que ya se encuentra en Educación Secundaria. Tras debatirlas, expondremos la Ficha 1 en la que se muestran numerosas fortalezas sobre las cuales trabajaremos en esta sesión.

Hoy vamos a aprender a identificar vuestras fortalezas individuales. ¿Sabéis qué son las fortalezas?, ¿Por qué pensáis que es bueno conocerlas?, ¿Reconocéis claramente las vuestras?

Seguidamente el docente expondrá la Ficha e irán comentando cada una de ellas, aclarando los significados que los estudiantes desconozcan, ejemplificando las que más extrañas les resulten y dejando un tiempo y un espacio para que los estudiantes hagan preguntas que les hayan podido surgir durante este proceso.

Pediremos a los estudiantes que saquen un folio en blanco, lo coloquen en horizontal, y en la parte superior escriban su nombre y apellidos. En la zona inferior a sus datos, pediremos a los estudiantes que seleccionen entre 5 y 10 fortalezas que consideran que destacan en su persona; y junto a ellas, una breve descripción o justificación de por qué consideran que esa fortaleza debe de estar ahí.

NOTA A LOS DOCENTES: Es fundamental permitir a los estudiantes que se tomen un tiempo para reflexionar antes de seleccionar las fortalezas.

Cuando todos los estudiantes hayan finalizado la actividad, se realizará una puesta en común colectiva (aula al completo) o grupal (pequeños grupos de 4 a 5 personas); de modo que el alumnado pueda transmitir las fortalezas que han detectado en sí mismos y aquellos comentarios que quiera aportar en relación a las mismas. Finalmente, el docente ofrecerá un feedback a todos mediante una reflexión.

Habéis mencionado muchas características que vosotros mismos tenéis, y habéis descubierto otras muchas que son muy valiosas; se trata de que una vez que las conocéis, las uséis siempre que las necesitéis y sigáis trabajando en ellas. Conocer las fortalezas individuales mejora el autoconcepto, trabaja la autoestima y mejora la capacidad de superación ante retos como puede ser el tránsito entre etapas.

NOTA A LOS DOCENTES: Las preguntas que se han presentado anteriormente son un ejemplo meramente orientativo.

3ª Fase: En positivo

En esta tercera actividad trabajaremos la autoestima desde una perspectiva social, aumentando los lazos amistosos entre los estudiantes y la cohesión grupal. Para ello, el docente pedirá al alumnado que coja un folio y dibuje un cuerpo humano, y encima de la cabeza de dicho cuerpo, escriban su nombre y apellidos; de modo que, ese dibujo es la representación esquemática de sí mismos.

Pediremos que anoten una fortaleza (de las trabajadas previamente) o una característica suya personal que consideren valiosa en general, tanto para la vida diaria como para la adaptación a los cambios. A continuación, todos los estudiantes pasarán el folio al compañero que tiene detrás, y el último de la fila, al primer compañero de la siguiente, de manera que todos tengan el "cuerpo" de otro estudiante. La tarea que deberán de realizar es anotar dentro de esa figura, otra fortaleza o cualidad que consideran que tiene su compañero y que le hace valioso. Esta dinámica se repetirá hasta que todos los estudiantes hayan realizado su aportación a cada compañero del aula.

Nombre y apellidos



NOTA A LOS DOCENTES: Ejemplo visual de la ficha creada por cada estudiante, y rellena de manera colectiva.

Finalmente, cada estudiante debe recibir su ficha correspondiente. Es necesario dar al alumnado un tiempo y un espacio para que cada uno pueda leer y reflexionar individualmente sobre las aportaciones que han realizado el resto.

Para finalizar la actividad realizaremos una puesta en común y reflexión colectiva sobre los resultados obtenidos y la actividad en sí misma.

¿Os ha gustado la actividad?, ¿Qué os han parecido las cualidades que os han descrito?, ¿Os las esperabais?, ¿Os ha resultado difícil pensar en una cualidad valiosa o positiva para vuestros compañeros?, ¿Y para vosotros mismos?, ¿Pensáis que es importante realizar esta actividad?, ¿Por qué, qué os ha aportado?

NOTA A LOS DOCENTES: Las preguntas que se han presentado anteriormente son un ejemplo meramente orientativo

PROPUESTA DE CONTINUIDAD

Tras finalizar el proceso, podemos realizar una reflexión colectiva sobre la autoestima y la importancia de trabajar en ella para reforzarla y mejorarla constantemente. También, podemos realizar varias preguntas a los estudiantes sobre la actividad que han completado, ¿os ha gustado la actividad?, ¿alguna vez habíais pensado y hablado sobre vuestras fortalezas?, ¿cómo os habéis sentido al compartirlo con vuestros compañeros?, ¿cómo os habéis sentido al recibir la ficha repleta de cualidades que detectan en vosotros los *compañeros*?

En el caso de que no hayan visto la película, pueden ver la película *Cómo entrenar a tu dragón 3 (2019)* completa, ya sea en el aula o como actividad en familia, junto con el resto de películas de la saga.

Actividad diseñada por: Teresa Hidalgo Méndez. Alumna del Máster de Investigación e Innovación en Contextos Educativos (Universidad de Cantabria).

Ficha 1

Referencia: Rodríguez, F. (2016). *Transición de Primaria a Secundaria: Factores de éxito*. Tesis doctoral: Universidad de Barcelona

FORTALEZAS

- Creatividad
- Curiosidad
- Apertura mental
- Aprendizaje
- Audacia
- Persistencia
- Integridad
- Vitalidad
- Amor

- Amabilidad
- Inteligencia social
- Imparcialidad
- Liderazgo
- Perdón
- Humildad
- Prudencia
- Autorregulación

- Gratitud
- Esperanza
- Humor
- Espiritualidad
- Resiliencia
- Asunción de riesgos
- Adaptabilidad
- Comunicación

- Competencia
- Coherencia
- Organización
- Empatía
- Concentración
- Personalización
- Autoestima
- Valor
- Estrategia