

4.º DE PRIMARIA

# Cuaderno de bitácora

**Autores:** Josean Manzanos, Gizane Casas y Gorka Díez

**Revisores técnicos:** David Gaspar, Josep Maria Nonay  
y Joan Ortín

**Revisora pedagógica:** Aletza Urcelay



PROYECTO  
**EN TI**



VUELA

EDELVIVES

1.	Mi mandala personal .....	3
2.	De excursión por el lago .....	4
	<b>Anclaje 1.</b> Somos creativos .....	5
3.	Mis señas de identidad .....	6
4.	Nuestro periódico .....	7
	<b>Anclaje 2.</b> Somos únicos e irrepetibles .....	8
5.	Del gusano a la mariposa .....	9
6.	Detalles con sentidos .....	10
	<b>Anclaje 3.</b> Somos atención y detalle .....	11
7.	Música de color .....	12
8.	Animales en vivo .....	13
	<b>Anclaje 4.</b> Somos más gracias a los sentidos .....	14
9.	¡Siente la música! .....	15
10.	Mi cuerpo pesa .....	16
	<b>Anclaje 5.</b> Somos cuerpo y mente .....	17
11.	Gracias .....	18
12.	Sintiendo el cuerpo .....	19
	<b>Anclaje 6.</b> Somos cuerpos que sienten .....	20
13.	El viaje de las emociones .....	21
14.	Liberando tensiones .....	22
	<b>Anclaje 7.</b> Somos emociones .....	23
15.	El bosque .....	24
16.	Contagiando la alegría .....	25
	<b>Anclaje 8.</b> Somos sentimientos .....	26
17.	Contemplo la vida .....	27
18.	Recorriendo la felicidad .....	28
	<b>Anclaje 9.</b> Somos felicidad .....	29
19.	¡Silencio! .....	30
20.	La bola de luz .....	31
	<b>Anclaje 10.</b> Somos silencio y luz .....	32



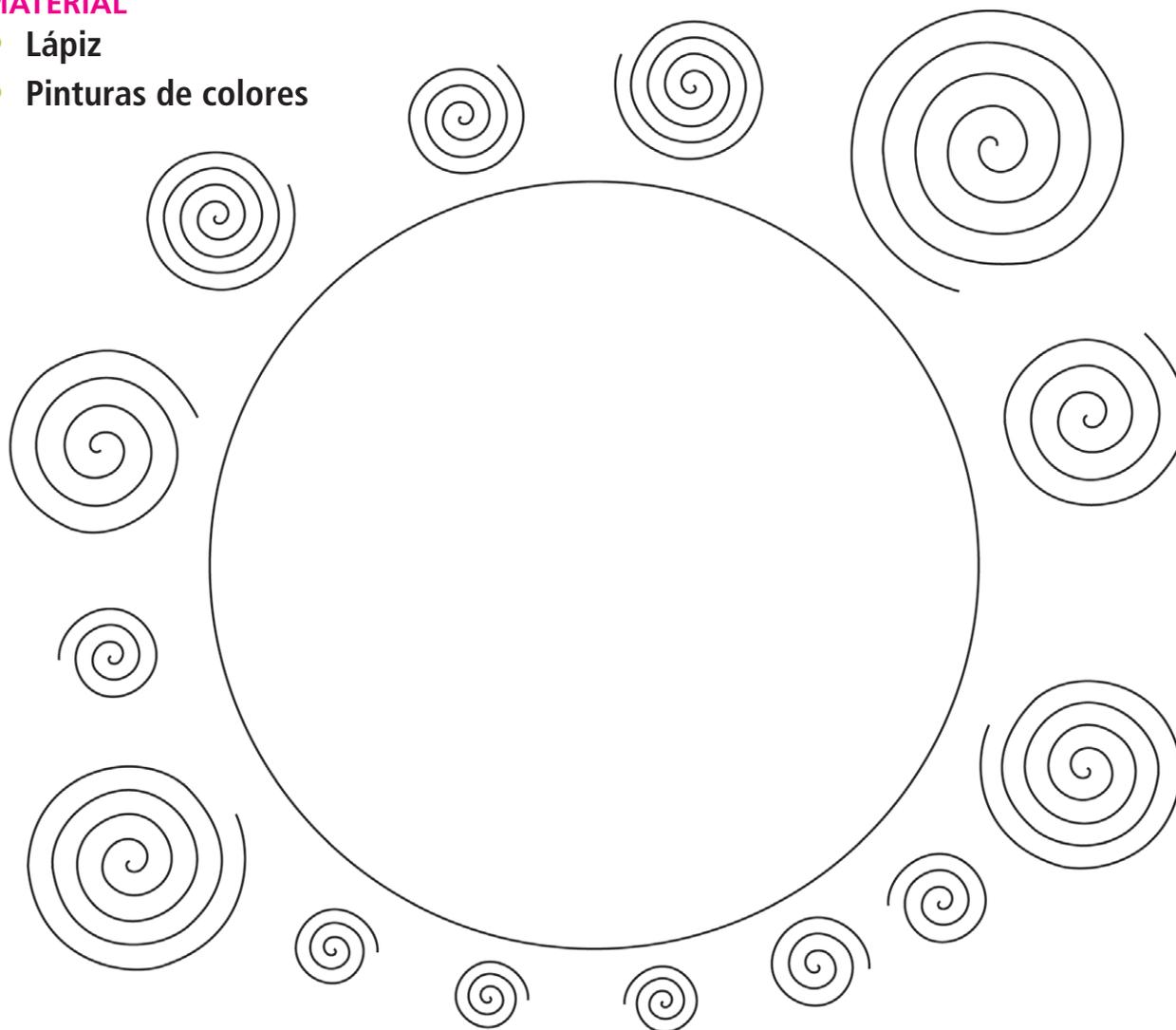
# Mi mandala personal

Dibuja en el círculo tu mandala personal y después coloréalo.

## ME EXPRESO ASÍ

### MATERIAL

- Lápiz
- Pinturas de colores



## APRENDO y APLICO

En silencio coloreo...

**¡Y HERMOSO ES LO QUE CREO!**



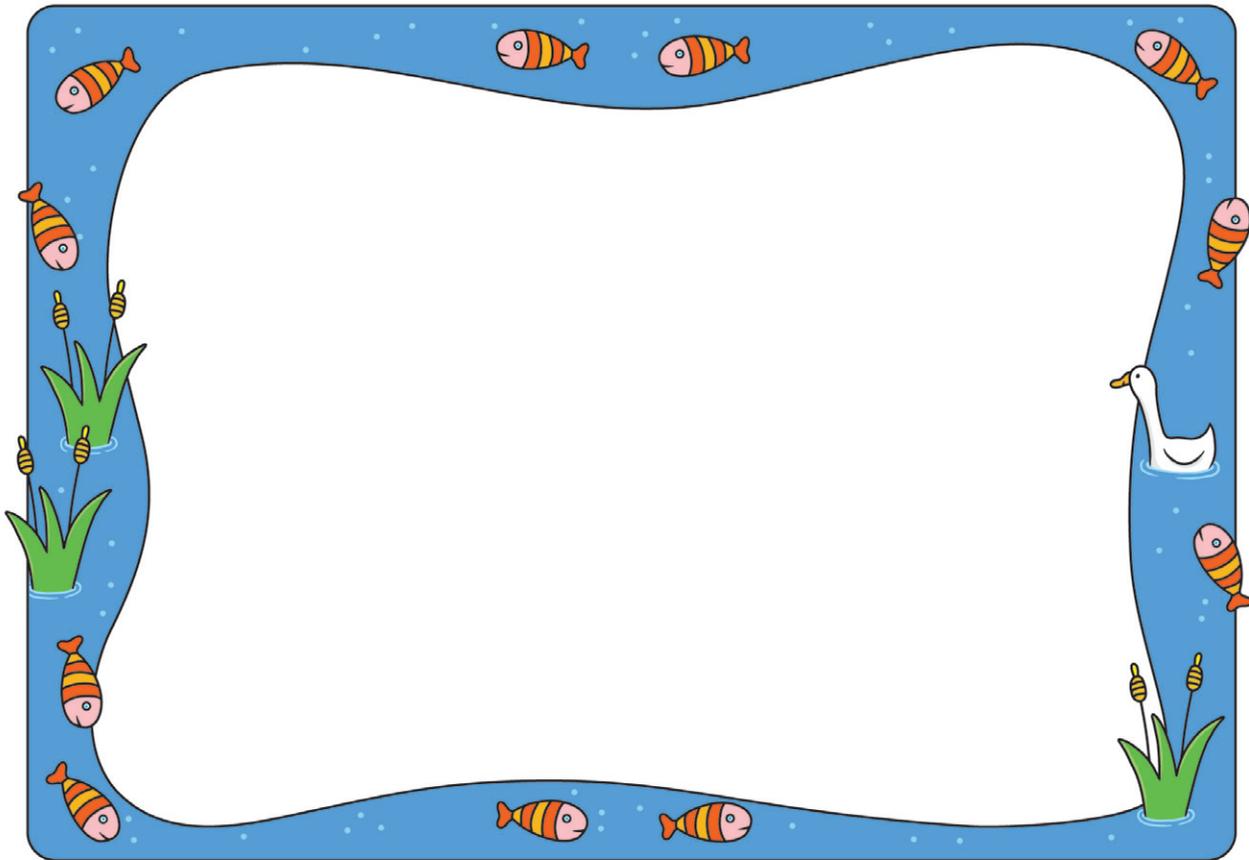
## De excursión por el lago

Plasma con pintura de dedos el paisaje que has visualizado en tu excursión. Después, decóralo con diferentes tipos de papel.

### ME EXPRESO ASÍ

#### MATERIAL

- Pintura de dedos
- Tijera
- Papel pinocho, charol y de seda
- Pegamento



### APRENDO y APLICO

Observa la naturaleza...

**¡TODA ELLA ES BELLEZA!**

## Somos creativos

### ARMONIZACIÓN

**LA EXPERIENCIA** ¿Qué hemos vivido? Recordamos...

#### ELEMENTOS

- SÍMBOLO: mandala y lago.
- GESTO: dibujar una espiral en el aire y poner cara de admiración.
- FRASE/PALABRA: «mi mandala es...» y «¡oooooh!».

### SINTONÍA

**EL DESCUBRIMIENTO** ¿Qué hemos aprendido? Revisamos...

#### DESCRIPTORES

- El secreto: «colorear un mandala nos tranquiliza» y «admirando la naturaleza nos sentimos felices».
- Mi cuaderno de bitácora: mi mandala personal y de excursión por el lago.

### RESONANCIAS

**EL APRENDIZAJE** ¿Qué hemos interiorizado? Valoramos...

#### INDICADORES

- Es creativo.
- Trabaja de forma relajada.
- Se admira con lo que percibe.



<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

En el desarrollo de estas sesiones se ha mostrado:

disperso

indiferente

centrado



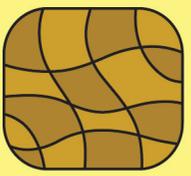
# Mis señas de identidad

.....  
Escribe cinco palabras que recojan tus señas de identidad. Después escribe el nombre de cinco compañeros que compartan contigo alguno de los rasgos que has descrito para ti.

## ME EXPRESO ASÍ

### MATERIAL

- Lápiz o bolígrafo

<p><b>MI CARNÉ DE IDENTIDAD</b></p> 	<p><b>Señas de identidad</b></p>	<p><b>Compañeros</b></p>
	Empty space for writing	Empty space for writing

## APRENDO y APLICO

Mis señas de identidad conocerás...

**¡SI CERCA DE MÍ ESTÁS!**



# Nuestro periódico



.....

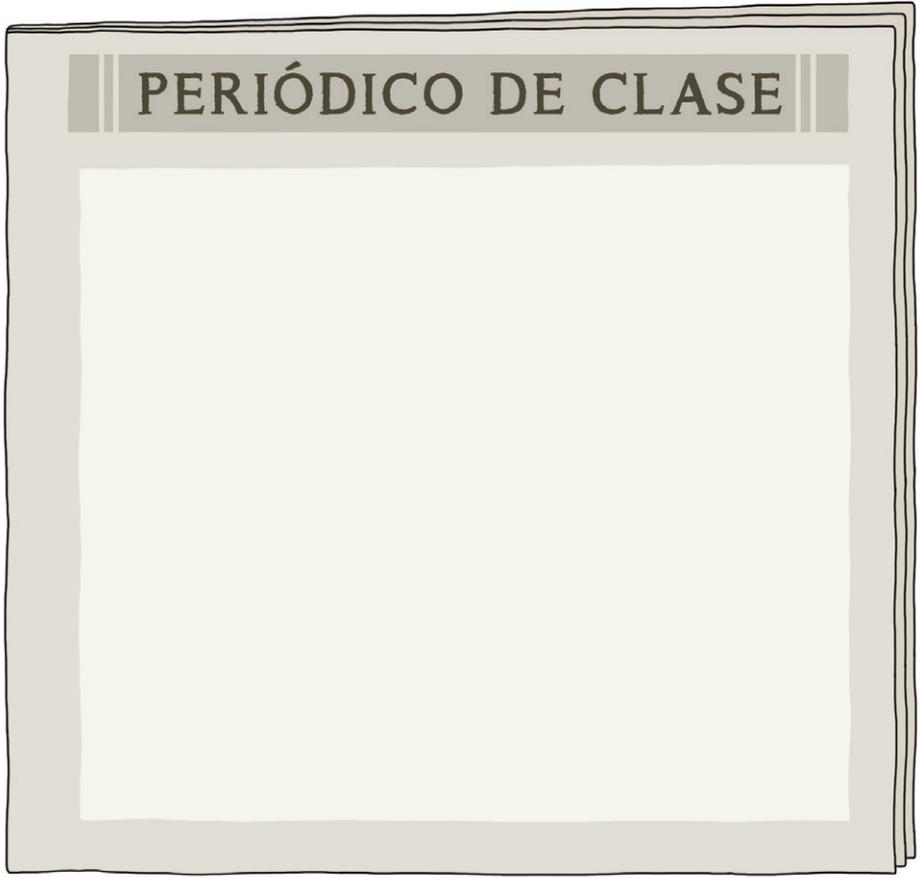
Realiza un *collage* con los titulares de las noticias que más te hayan llamado la atención del «periódico de clase». Escríbelos y, después, pega trozos de distintos tipos de papel para decorar el *collage*.

.....

## ME EXPRESO ASÍ

### MATERIAL

- Papel de seda, charol y pinocho
- Tijera
- Pegamento



## APRENDO y APLICO Solo tengo que pensar...

**¡Y ALGO NUEVO PODRÉ CREAR!**

## Somos únicos e irrepetibles

### ARMONIZACIÓN

**LA EXPERIENCIA** ¿Qué hemos vivido? Recordamos...

#### ELEMENTOS

- SÍMBOLO: personas y periódico.
- GESTO: señalar con el dedo índice y extender las palmas de las manos con los ojos cerrados.
- FRASE: «ese soy yo» y «toma mi noticia».

### SINTONÍA

**EL DESCUBRIMIENTO** ¿Qué hemos aprendido? Revisamos...

#### DESCRIPTORES

- El secreto: «todos somos personas únicas» y «tenemos un ser creativo en nuestro interior».
- Mi cuaderno de bitácora: mis señas de identidad y nuestro periódico.

### RESONANCIAS

**EL APRENDIZAJE** ¿Qué hemos interiorizado? Valoramos...

#### INDICADORES

- Trabaja en grupo positivamente.
- Desarrolla su creatividad.
- Identifica sus señas de identidad.



<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

En el desarrollo de estas sesiones se ha mostrado:

disperso

indiferente

centrado



## Del gusano a la mariposa

.....

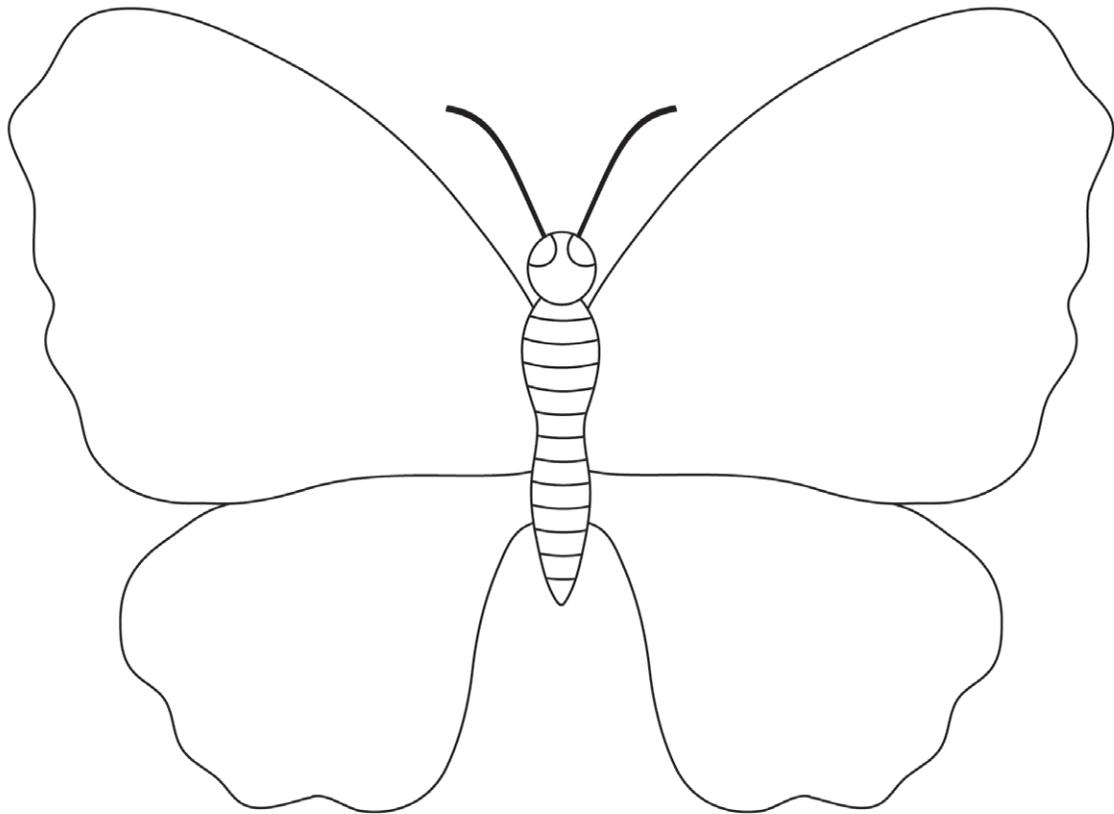
Escribe sobre la mariposa una palabra que exprese algo que te gustaría mejorar en tu persona y decórala. Escríbela al revés para después leerla correctamente con un espejo.

.....

### ME EXPRESO ASÍ

#### MATERIAL

- Lápiz
- Pinturas de colores
- Purpurina
- Papel de seda de colores
- Pegamento
- Espejo



### APRENDO y APLICO

Te puedes transformar...

**¡Y TU IMAGINACIÓN HACER VOLAR!**



# Detalles con sentidos

Mira la imagen.

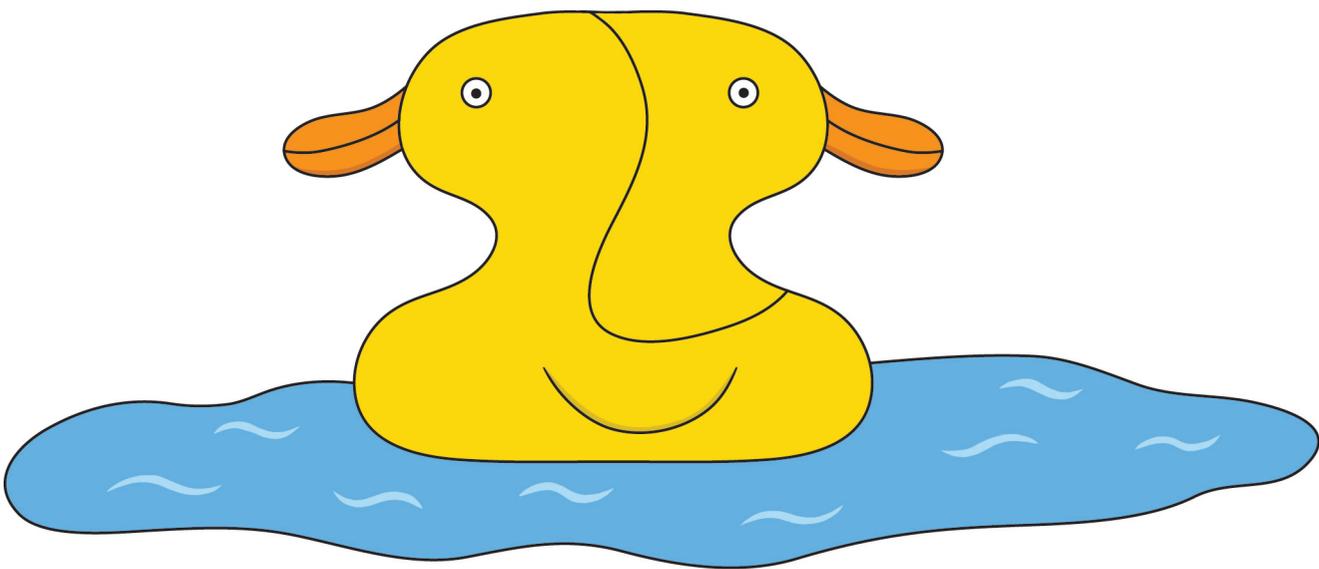
**ME EXPRESO ASÍ**

**MATERIAL**

- Lápiz o bolígrafo

Escribe qué ves en la imagen:

---



Observa la imagen de nuevo y explica si ves algo diferente:

---

**APRENDO y APLICO**  Contemplando con atención...

**¡DESCUBRES COSAS A TU ALREDEDOR!**

## Somos atención y detalle

### ARMONIZACIÓN

**LA EXPERIENCIA** ¿Qué hemos vivido? Recordamos...

#### ELEMENTOS

- SÍMBOLO: mariposa y tarjetas con los cinco sentidos.
- GESTO: simular el vuelo de una mariposa con las manos y expresar lo que se siente con la cara.
- PALABRA: «vuela» y «observa».

### SINTONÍA

**EL DESCUBRIMIENTO** ¿Qué hemos aprendido? Revisamos...

#### DESCRIPTORES

- El secreto: «podemos cambiar» y «con atención en cada sentido podemos percibir con intensidad».
- Mi cuaderno de bitácora: del gusano a la mariposa y detalles con sentidos.

### RESONANCIAS

**EL APRENDIZAJE** ¿Qué hemos interiorizado? Valoramos...

#### INDICADORES

- |  |  |  |
|--|---|---|
| ● Sabe trabajar con los sentidos.            | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |
| ● Percibe detalles de lo que le rodea.       | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |
| ● Se deja sorprender con todos los sentidos. | <input type="checkbox"/>  | <input type="checkbox"/>  |

En el desarrollo de estas sesiones se ha mostrado:

disperso

indiferente

centrado