

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

PROF. MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Trabajo de investigación realizado en el
Colegio Sathya Sai de Chihuahua en Mayo de 2011

**MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES
Y MADRES DE FAMILIA
MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES**

RESUMEN

El Programa Sathya Sai de Educación en Valores Humanos para padres de familia es uno de los recursos básicos para el desarrollo integral de la personalidad de papá y mamá. Educare provee a los padres un cúmulo de vivencias y encuentros con ellos mismos para que su educación sea la clave del desarrollo integral de la familia.

El reencuentro con las vivencias de movimiento produce el resurgimiento de su felicidad, de sus valores y de sus buenos hábitos ya que en sus manos están nuestros niños que buscan la Luz de las personas que aman.

El oxigenar su cuerpo y su cerebro (mente) a través de los ejercicios de movimiento permitirá ver en una perspectiva más amplia la enorme responsabilidad que le ha sido otorgada. Unos cuantos minutos de movimiento con un propósito específico permiten entrar de lleno en la reflexión y el encuentro con ellos mismos y con las experiencias de otros padres, en una disposición continua para el desarrollo de sus valores.

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

INTRODUCCIÓN

La Escuela Sathya Sai de Chihuahua (Centro Educare Rayenari) es una Institución Educativa reconocida por la Fundación Mundial Sri Sathya Sai. Los rasgos característicos y distintivos de esta Escuela son; que fomenta el desarrollo del carácter y la práctica de los Valores Humanos en la vida diaria. Es de nominación independiente y promueve la unidad de pensamientos religiosos. Ofrece una educación a muy bajo costo y gratuita para los más necesitados.

La Escuela Sathya Sai de Chihuahua, está localizada en la colonia Fuentes del Santuario, en la calle de Varsovia 2617. Tiene 17 niños en nivel preescolar y 57 niños en primaria, de primero a sexto grado.

La misión de la Institución está integrada a una red mundial de escuelas que son coordinadas por los Institutos pertenecientes a cada país y avaladas por la Fundación Internacional de la Organización Mundial Sri Sathya Sai¹.

- A través del trabajo cotidiano crea un ambiente permeado por la práctica activa de los cinco Valores Humanos Universales (verdad, rectitud, paz, amor y no violencia).
- Promueve la excelencia humana y la excelencia académica basada en la transformación del carácter.
- Fomenta la congruencia entre pensamiento, palabra y acción.
- Promueve una conciencia social activa en los estudiantes y una inclinación para realizar servicio desinteresado.

La escuela, a través de sus colegiados, diplomados y talleres, favorece la formación de maestros competentes, quienes trabajan consigo mismos para tener un buen carácter, y transformarse así en buenos ejemplos de valores humanos. La escuela también promueve una población estudiantil inclusiva, con los niños excluidos de una educación de calidad y trabaja de forma permanente con los padres y madres de familia, a través de talleres mensuales, círculos de estudio y trabajo directo con la familia, considerando que son ellos los primeros maestros de sus hijos e hijas².

¹ Lineamientos para Escuelas Sathya Sai. Borrador

² Op. cit

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

MARCO TEÓRICO

Ejercicios de movimiento dentro de los talleres para padres como parte de la práctica de los valores humanos en la paternidad Sai.

El Programa de Educación en Valores Humanos Sathya Sai (EVHSS) “Educare” considera a los padres como los primeros educadores, por lo tanto la familia es uno de los pilares en el proceso educativo de los niños y niñas.

La dinámica familiar ha sufrido transformaciones importantes. Los padres, madres, abuelas, tías y otros adultos se encargan de la crianza de los niños y se convierten en educadores. Papá y mamá, con horarios extensos en el trabajo, delegan la responsabilidad y el cuidado de sus hijos a parientes, amigos o personas asalariadas encargadas de esta tarea.

Esta nueva organización crea confusión y se producen en los padres sentimientos de culpa, se sienten confundidos, decrecen los valores y encuentran dificultades al momento de tomar decisiones importantes en familia, esto impide tomar acciones efectivas en la educación de sus niños y niñas.³

La Secretaría de Educación y Cultura de Chihuahua, ha creado programas para padres, que abarcan un sinfín de aspectos: educación para la salud, educación financiera, educación para la convivencia.⁴ Sin embargo, estos programas sólo abarcan aspectos aislados en la educación para los padres de familia.

La educación entendida como un proceso de desarrollo integral juega un papel de fundamental importancia en el desarrollo de la conciencia. La coherencia en el sentir, el hacer y el decir es la clave indispensable para incentivar el apego a los valores humanos. Por esto, es necesario que las actitudes y los mensajes que los niños y niñas reciben desde el hogar y desde la escuela se encuentren en armonía.

La realidad nos enseña que siempre podemos seguir aprendiendo y el área de Educación en Valores Humanos para familias sigue desarrollando estrategias para los Talleres de paternidad Sai.

Es inevitable que los padres, en algunas circunstancias tengan dudas y sentimientos de inseguridad o preocupación respecto a la pertinencia de sus actuaciones, a la intervención y a la coherencia de los valores humanos que desean transmitir. En el informe de la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI (Delors, 1996) propone cuatro pilares de la educación:

3 Tania Holland. Revista Educare (2002). Pp 21-23

4 http://www.sep.gob.mx/swb/sep1/padres_de_familia

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

- Aprender a conocer
- Aprender a hacer
- Aprender a convivir
- Aprender a ser

El aprender a conocer desde la perspectiva de la vida cotidiana es la oportunidad para profundizar el conocimiento de uno mismo y cultivar estas habilidades, en el ejemplo, ya que el comportamiento de los padres en el día a día tiene una fuerte influencia y moldea la vida de los hijos.

Aprender a hacer es el producto de la misma crianza. Es fortalecer las prácticas de la vida espiritual para crear una atmósfera en el hogar que facilite la capacidad del niño de llevar una vida basada en los valores.

Aprender a convivir implica que la sociedad se beneficia, pues la práctica de valores en el hogar se refleja en el sistema social y éste puede estar basado en la tolerancia, el amor, la igualdad, la justicia.

Aprender a ser implica tener la conciencia de que la vida de uno afecta la vida de los demás, es alcanzar el nivel de conciencia del cual nos habla Sai Baba:

*“Si hay rectitud en el corazón habrá belleza en el carácter,
si hay belleza en el carácter habrá armonía en el hogar,
si hay armonía en el hogar, habrá orden en la nación,
cuando haya orden en la nación habrá paz en el mundo”*

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

MÉTODO

El taller para padres

De acuerdo a la Reforma Integral de la Educación Básica (Guía del Formador MII, 2009: 24). El aprendizaje efectivo es aquel en el que se ponen en marcha actividades y acuerdos entre participantes que forman equipos de trabajo y que tienen en común un mismo objetivo.

El resultado de las diversas actividades que realiza un sujeto, le permiten estar alerta y sacar de su corazón todos aquellos valores que forman parte de su esencia. Por lo tanto, esto implica que el facilitador también esté impregnado de *Educare*, tanto en su vida como en su visión como facilitador. Así planteado, los Talleres con sus objetivos, las relaciones con los padres y la forma de trabajo, se expresarán de tal manera en la familia, que padres y madres participarán activamente en la práctica de los valores humanos.

De acuerdo al Programa de Educación en Valores Humanos Sathya Sai, la paternidad Sai se ofrece en un contexto de Taller.

Con valores, objetivos y líneas de trabajo claramente especificadas el facilitador podrá orientar los aspectos que se abordarán y de esta manera se sentirá seguro(a) si al momento, es necesario hacer cambios al plan del día o redireccionar las actividades de acuerdo a las necesidades del grupo.

Es importante que el Taller pueda crear un clima de amor, confianza y seguridad. Las actividades propuestas serán vivenciales ya que se trata de trabajar con la propia experiencia y para ello la participación de los asistentes es fundamental. No se trata de escuchar una charla o conferencia ya que esto no permite adquirir las habilidades que ponen a los padres en contacto con ellos mismos o su verdad interior.

Movimiento y expresión

La expresión corporal es una de las formas más antiguas de comunicación entre los seres humanos. Es el medio para expresar emociones, sensaciones y pensamientos. De esta forma el cuerpo se convierte en un instrumento irremplazable de comunicación humana que nos permite comunicarnos de una manera integrada, auténtica y creadora. (Webber, 1974; 4)

El movimiento busca el desarrollo de la imaginación y la creatividad. El resultado de estas actividades enriquece nuestra vida cotidiana y nos permite encontrar diversas modalidades de comunicación integral.

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Estos ejercicios de movimiento ofrecen al facilitador herramientas para hacer del Taller de Paternidad Sai un espacio en donde florezcan los valores, la comunicación y el autoconocimiento

Por todo lo anterior, considero que trabajar directamente con los padres de familia dentro del Taller de Paternidad Sai, desde el proceso sistemático y metódico de su desarrollo motor, de sus potencialidades, desenvolvimiento y carácter, la escuela podrá contribuir a la mejora de su desarrollo armónico y por lo tanto a una vida más sana.

La educación física es una disciplina que se enfoca en el desarrollo del ser humano a través del ejercicio físico y sus diversas modalidades (juegos, deportes, gimnasia, estimulación temprana, etc.). Esta área toma en cuenta una infinidad de elementos que la hacen una disciplina más completa y eficaz para mejorar en el individuo sus capacidades y habilidades de manera natural. Contribuye a desarrollar a través de movimientos las áreas afectiva, cognoscitiva y motriz; mejora el temperamento y el carácter y permite una mejor formación del ser humano. (Jean Le Boulch, citado por Devís, 1992).

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

MARCO TEÓRICO

Si la educación física contribuye al desarrollo de todos estos aspectos del individuo entonces:

¿Los ejercicios de movimiento y estimulación motora pueden contribuir a mejorar la actitud, las habilidades y la salud de los padres y madres de familia del Centro Educare Rayenari?

Considerando al ser humano como un ser integral; físico, intelectual, emocional, espiritual e intuitivo, podríamos contribuir y apoyar el compromiso personal de los padres con la efectividad del programa Educare. Podrán ellos a través del Taller de paternidad Sai y los ejercicios de movimiento, unidos, adquirir aprendizajes significativos que realcen su autoestima, y su autoconocimiento para que se conviertan en ejemplos y agentes reales de transformación en su familia.

El rasgo esencial del modelo psico-educativo de Devís y Peiró, (1992), enfatiza en la motivación y el aprendizaje de los alumnos (en este caso los padres/madres de familia), más que en la enseñanza del profesor. Trata de facilitar y crear las condiciones para que los padres puedan elegir y tomar decisiones, descubrir y redescubrirse a través del movimiento, con lo cual eleva su consciencia y su carácter activo, esto les permite ser partícipe de su propio aprendizaje y apoyar el de sus hijos.

Cecchini 1996, menciona que la educación física *“es toda ciencia o actividad que gire en torno al hecho de educar con el empleo del movimiento humano. Por lo que olvidar cualquiera de los dos aspectos (hecho educativo y motor) supone falsear la realidad”*.

Los padres de familia requieren un espacio para compartir sus experiencias y aprender de las experiencias de los demás. Sin embargo, es importante reconocer que la educación de adultos es una labor compleja y difícil por lo que la tarea del facilitador o maestro no se circunscribe sólo al manejo de técnicas y actividades de recreación.

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

LA EXPERIENCIA SISTEMÁTICA

Durante estos tres ciclos escolares, en donde se ha llevado a cabo el miércoles de lectura (Taller de Paternidad Sai) para padres y madres de familia, este taller se concretó de la siguiente manera:

Desarrollo

- **Diagnóstico.** *A través de los Colegiados en 2007 los maestros(as) nos percatamos que los niños requerían mayor apoyo de sus padres para: realizar sus tareas escolares, llegar limpios, desayunados y a tiempo, estar bien alimentados y mantener comunicación constante con su familia, dormir temprano y las horas adecuadas, entre otros aspectos.*
- **Visión de futuro (Meta).** *Consideramos importante Integrar una comunidad de padres y madres comprometidos con su propia educación y con el florecimiento de los Valores Humanos en ellos mismos y en un vínculo creciente con sus hijos.*
- **Objetivo.** *Acercar e integrar a los padres de familia al espacio escolar a través de un programa de formación y desarrollo de forma periódica por medio de las cuales tuvieran la oportunidad de reflexionar y expresar sus inquietudes.*
- **Compromisos.** *Formalizar un espacio de trabajo y reflexión para padres y/o madres de familia, con un horario adecuado y de manera más frecuente.*
- **Estrategias (Programa).** *Invitación a un Círculo de Lectura una vez a la semana, para trabajar entre 60 y 90 minutos. Taller de Paternidad Sai de Australia**
- **Seguimiento.** *Se realizó una invitación general para padres y madres. La mejor opción para llevar a cabo esta reunión fue el miércoles, en un horario de 8:00 a 9:30 AM. Se le dio el nombre de Círculo de Lectura. Atiende esta actividad la dirección de la escuela.*
- **Observaciones:** *De acuerdo al desarrollo de las sesiones, que se convertían en secuencias mecánicas de trabajo, decidí implementar: ejercicios de movimiento y relajación.*

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Logros

- *Recibimos el primer miércoles de octubre a nueve mamás y ahora tenemos entre doce y catorce que asisten regularmente⁵. El desarrollo de la sesión se da de la siguiente manera.*
 - *Inicio a las 8 en punto*
 - *Meditación en la Luz*
 - *Movimiento: pelotas, baile, ejercicios coordinados, ritmos.*
 - *Técnicas del Taller de Educación en Valores Humanos para Padres. Instituto de Educación Sathya Sai de Australia⁶*

Evaluación del proceso

El trabajo que se ha desarrollado a través de estos ya casi tres años en nuestro llamado Círculo de lectura, ha dado como primer resultado el apoyo y promoción de proyectos de servicio, los padres y madres se han involucrado más en las actividades de la escuela y he observado una mejor disposición para escuchar nuestras inquietudes de hacerse responsables de la limpieza, puntualidad y buenos hábitos de trabajo en casa, de sus hijas e hijos.

Son puntuales para asistir a sus sesiones de los miércoles y participan muy activamente. He experimentado con ellos, algunos ejercicios de movimiento con música, juego y ejercicios con pelotas, ellos lo disfrutaban mucho e invitan a otros padres y madres a que participen.

5 Esta asistencia no alcanza a cubrir el 30% del total de familias. El 95% de madres de familia de la Escuela trabaja fuera del hogar, ese 5% que no trabaja asiste al Taller de los miércoles.

6 Educación en Valores Humanos para Padres. Instituto de Educación Sathya Sai de Australia. MD. PhD., Pal Dhali y PhD Tehseen Dhali. Agosto 2004.

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN

De acuerdo con las consideraciones anteriores la Propuesta de Intervención con los padres/madres de familia del Centro Educare Rayenari, se basa en la vivencia de los procesos de un desarrollo más integral y sugiere lo siguiente:

PROPUESTA	ORGANIZACIÓN	TIEMPO
Movimiento	Manejo de la motricidad global y fina a través de movimientos, uso y experimentación motriz en diferentes situaciones hasta lograr control y dominio de: <ul style="list-style-type: none">•Arrastre, gateo, manejo de la lateralidad y patrón cruzado.•Manipulación, movilización y toma de contacto con objetos.•Control del cuerpo con o sin objetos a través de situaciones de equilibrio.•Movilización y control del cuerpo en acciones predecibles o no.•Secuencia de movimientos en situaciones de menor y mayor grado de incertidumbre.•Expresión creativa del cuerpo.	Se trabaja una actividad por sesión. Aproximadamente 15 minutos.
Competencias	Conocer, comunicar y desarrollarse a través de la expresión del cuerpo en situaciones diversas.	
Recursos materiales	<ul style="list-style-type: none">• Un espacio abierto para trabajar con 15 personas aproximadamente la clase de movimiento.• Acondicionado: pelotas de diferentes tamaños y texturas, grabadora con música de diferentes épocas y estilos.• Prismas diversos de hule espuma de 50cm de lado aproximadamente.• Aros y cuerdas.• Claves	

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Metodología	<ul style="list-style-type: none">• Propiciar un ambiente de confianza• Primero poner música y dejar que se expresen libremente.• Realizar movimientos a través de ciertas órdenes que da el facilitador: caminar al ritmo de las claves, hacer alto en órdenes específicas, estatuas.• Trabajo individual, en parejas e ir en aumento la diversidad para promover la socialización.• Permitir que cada sesión sea una sorpresa. <p>El facilitador inicia con movimientos conocidos y durante el desarrollo de las sesiones trabajará de manera gradual en: piso, gateo, prensión y agarre, lateralidad, trepar, caminata controlada (izq., der., lado, adelante, atrás). También permitirá a través de la clase: jugar, bailar, uso constante y consciente de extremidades, creatividad y producir la consciencia de los movimientos.</p>	Las sesiones prácticas tienen una duración aproximada de 15 minutos y la reflexión y cierre 10 minutos aproximadamente.
Taller	Técnicas del taller de EVHSS para padres Sai.	Entre 60 y 70 minutos
Miércoles de trabajo con padres/madres	Meditación, movimiento, taller de Paternidad Sai, cierre	Entre 90 y 105 minutos

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

ADAPTACIÓN Y SEGUIMIENTO

A continuación sintetizaré tres sesiones que se han dado en el contexto de los miércoles de trabajo. Elegí una de las primeras sesiones, una de en medio y una del final. El rol del facilitador es muy importante ya que cada sesión tiene un propósito y la clase de movimiento abre los canales de comunicación y permite el desarrollo de habilidades sociales y el encuentro con su desarrollo integral como padre/madre y modelo de educación en valores humanos.

DESCRIPCIÓN 1

Fecha: 30 de septiembre de 2008

Horario: 8:00 a 9:30 AM

Asistencia: Ma. Inés, Edith, Alicia V., Lorena, Rocío, Carmen, Graciela, Flor, Marcia

Tema: Unidad 1: Vida Humana y Propósito humano

Propósito: Autoconocimiento

Material: Grabadora, música y pelotas

Desarrollo:

Iniciamos con meditación en la Luz

Las siguientes preguntas tenían que ser respondidas de tarea. Sólo la Sra. Chavira trajo su tarea:

- ¿Qué pasa cuando te enojas?
- ¿Te han escuchado tus hijos decir una mentira?
- ¿Quién grita más en la familia: papá, mamá o los niños?

Antes de iniciar con la reflexión acerca de estas preguntas les pedí que saliéramos al patio.

Puse música y les pedí que caminaran:

- Natural, despacio, rápido, muy rápido, lento, muy lento.
- Primero individual y después por parejas

Este ejercicio nos llevó 15 minutos. Se mostraron relajadas y contentas. "Me sentí feliz", "hace mucho que no jugaba", "el trabajo por parejas me encantó" "esto deberíamos hacerlo todos los días". Estos fueron algunos de los comentarios que suscitó la clase.

Subimos y llevamos a cabo la reflexión con las preguntas de tarea. Platicaron experiencias personales y una de las mamás lloró pues

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

dice "me he convertido en un ogro, mi hija es una preadolescente y en lugar de que me sienta cercana la estoy alejando de mí."

Observaciones:

El propósito del ejercicio es: sentir el movimiento del cuerpo y hacer conciencia de la respiración en coordinación con su cuerpo.

Me hubiera gustado que trajeran la tarea. Ellas fueron muy participativas durante la reflexión y sus comentarios fueron: *"No sé cuándo llamarle la atención a mi hijo"* *"No sé cuándo poner límites"* *"Se la perdono pero llega un momento en que me cansa"* *"Grito cuando me enoja y después me arrepiento"* *"Ellos me reclaman cuando digo una mentira. Me tengo que cuidar"* *"Yo soy la más gritona de mi casa"* o *"Todos gritamos igual"*. Una mamá dice que en su casa nadie grita, sin embargo los comentarios que hace su hija mayor durante el círculo de trabajo en su salón es que su mamá le grita mucho y su abuelito (el papá de la señora) la regaña para que no trate así a sus hijos.

Ellas pueden dar consejos a las otras mamás, pero cuando platican sus experiencias, que son parecidas, no saben qué hacer. Pidieron que la siguiente clase también les dé movimiento. (Considero que el grupo sintió adecuada la actividad).

DESCRIPCIÓN 2

Fecha: 14 de octubre de 2009

Horario: 8:00 a 9:30 AM

Asistencia: Rocío, Marcia, Carmen, Graciela, Edith A., Alicia V., Flor, Lorena, Graciela, Edith R., Ma. Inés.

Tema: La familia

Propósito: Elevar la propia consciencia

Desarrollo:

El día de hoy la Sra. Villegas trajo etiquetas que tenían el nombre de cada una de nosotras y la pegamos en la playera (todos nos decíamos "la Sra. Lugo" "la Sra. Girón", etc.) Fue buena idea, ahora nos hablamos por nuestro nombre.

Ejercicio de silencio:

Iniciamos con la explicación de lo que son los mandalas y les repartí hojas blancas, apoyadores, colores y lápices. Música de fondo e

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

imágenes grandes de mandalas⁷ para que las observaran. Les pedí que en silencio crearan su mandala y lo colorearan.

Después de algunos minutos Armida empezó a hablar, siguió Carmen, (en silencio por favor, les pedí), unos segundos en silencio, habló Ma. Inés, después Graciela.

Continuaron hablando, fue muy difícil mantenerlas calladas. (20 minutos)

Reflexión posterior al dibujo:

¿Por qué es tan difícil mantenernos calladas?

Marcia: *Porque somos parte del ruido*

Movimiento: (Material - claves)

Propósito:

Habilitar la percepción interna.

Bajamos a patio. La orden es caminar al ritmo de las claves. No hay órdenes verbales sólo el golpe de las claves. Un golpe fuerte es alto total. Ellas se dan cuenta que les cuesta trabajo hacer alto total al momento de escuchar el golpe de las claves, golpeo para indicar alto y la mayoría continúan caminando, hasta que se dan cuenta que algunas ya se detuvieron. Al momento de hacer alto total les pregunto: ¿Qué estás pensando? ¿Es importante? (cuando hago estas preguntas ellas saben que no necesitan responder en voz alta, es sólo para ellas).

-¿Cuántas veces llaman a sus hijos para que hagan algo?

-¿Qué posición tiene su cuerpo en este momento?

-¿Cómo están colocados los pies?

Los ejercicios tuvieron una duración aproximada de 10 minutos.

Después de esto les pido que cierren sus ojos, tomen aire profundamente.

Subimos al salón, no platicamos ya que este ejercicio promueve una reflexión interna.

Unidad 3⁸:

Trabajamos con preguntas secuenciales uno y dos:

“Experiencias de su niñez y adolescencia con la niñez y adolescencia de sus hijos(as)”.

7 Revista Educare. Tomo 1 – Fascículo 8. *Desde el Centro*. Los mandalas como camino para la Paz interna, por Alicia Ruíz. Buenos Aires, Argentina 2004, p. 20

8 Educación en Valores Humanos para Padres. Instituto de Educación Sathya Sai de Australia. Unidad 3 LA FAMILIA: ¿Qué está sucediendo en ella?

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Todas ellas encuentran una enorme diferencia. Algunos comentarios al respecto:

-Ahora hay muchas influencias externas.

-Las madres trabajamos y los hijos los cuida todo mundo.

Marcia que es brasileña dice: "los mexicanos tienen demasiada madre y demasiada familia, no dejan crecer a los hijos"

-Los jóvenes se la viven en los antros y las mamás ya no pueden hacer nada para detenerlos.

-Yo fui una vaga y me encantaba tomar, era muy rebelde con mi mamá.

-Mi hijo puede ver cuatro horas seguidas televisión y confieso que me deja hacer muchas cosas.

-La televisión nos hace que compremos y compremos, mis hijos quieren todo lo que sale en la tele.

¿Cuál es el impacto de la T.V. en casa (o en el cuarto de los hijos), del teléfono, auto, internet? ¿Comidas rápidas, micro-ondas, etc.?

-No sabemos de los hijos

-Ya no hay sobremesa

-Se reduce el contacto con ellos

- La vida violenta de ahora es un reflejo

Observación:

Las mamás se preguntan qué pueden hacer, yo las invito a que ellas mismas den la respuesta ya que sus comentarios son muy valiosos.

El estar conscientes de lo que hacen cada momento surge como un propósito de trabajo para llevarlo a cabo durante esa semana, esta reflexión se da a través de los comentarios que surgen sobre el ejercicio de movimiento. "Ni siquiera escuchaba las claves. ¿En dónde anda mi cabeza?" dice una de ellas. Se ponen ellas mismas como tarea estar alertas. La tarea que yo les dejo para darle seguimiento a esta Unidad 3 es: *¿Cuándo le digo que no a mi hijo(a)?*

DESCRIPCIÓN 3

Fecha: 20 de octubre de 2010

Horario: 8:00 a 10:00 AM

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Asistencia: Elodia, Marcia, Hector, Armida, Yaniri, Edith A., Alicia V., Fabiola, Ericka, Keli, Myrna, Emilia.

Tema: Vínculo Matrimonial.

Propósito: Intensificar el conocimiento explorando:

- El rol del vínculo matrimonial
- El rol de los padres
- El lenguaje de valores y el amor

Desarrollo:

Meditación en la Luz

Movimiento: trabajo con pelotitas de esponja. Música

Bajamos a patio y le doy a cada uno, una pelotita. Mientras escuchamos la música vamos pasando la pelotita a través de manos, brazos, hombros, abdomen, piernas.

Caminamos y botamos la pelota, la lanzamos hacia arriba, procurando no perderla. Caminamos pateando suavemente la pelota sin que se nos pierda de vista.

Parejas. Al mismo tiempo lanza, cada quien su pelota y la compañera(o) tiene que pescarla por lo tanto, el lanzamiento es cuidando que el compañero(a) la “pescue”. Primero hacemos el ejercicio cerca de nuestra pareja y después nos alejamos cada vez más.

Trabajamos: *Atención y Concentración*

Al terminar hacemos círculo y las preguntas son:

¿Cómo se sintieron? ¿Es importante “reconocer” al otro cuando juego en grupo?

Me sentí feliz de volver a jugar con la pelota y no podía con mi compañera, o lanzaba la pelota o cachaba la que venía. Voy a jugar con mis hijos.

Me parece increíble que un juego tan sencillo me haya hecho sudar tanto. Nosotras nos coordinamos muy bien.

Yo regularmente juego con mi hijo, pero no había practicado este ejercicio de lanzar y cachar casi al mismo tiempo, lo voy a jugar con él.

Tiempo: 20 minutos

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

Observación:

Mamás y papá estaban muy concentrados, tanto en el primero como en el segundo ejercicio. Me parece que el volver a disfrutar del juego con la pelota les permite reconocer la importancia de participar de la diversión y compañía en familia.

Unidad 9:

Discusión abierta sobre la cita:

“Los hombres hoy, tienen que pensar que no deben hacerles derramar lágrimas a las mujeres. Deben respetarlas y reverenciarlas. Sólo entonces habrá prosperidad y felicidad. Allí donde las mujeres derramen lágrimas, ese hogar irá a la ruina. Los hombres deben llevar sus vidas respetando y reverenciando a las mujeres al máximo de sus posibilidades.”

Sai Baba

¿Cómo es que el hogar irá a la ruina?

- *Pues yo creo que cuando se le falta el respeto a la mujer de la casa, que es quién lleva a cabo casi todas las tareas del hogar, pues qué más puede ser importante para ti, si ni siquiera cuidas o respetas a quien te da de comer.*
- *Yo creo que Sai Baba habla de cuando sufres mucho y tu hogar ya no tiene remedio. Porque sí lloras a veces, pero las cosas se solucionan.*
- *A mí me parece que efectivamente, si no cuidas a la que elegiste como tu pareja, ¿entonces para que estás con ella?*
- *Es una llamada de atención a todos, a los maridos para que no sean abusones y a las mujeres para que no seamos mártires.*

¿Cuál será el efecto de esta frase sobre el marido?

- *Mi marido, como lo dice Sai Baba, quizás se sentiría mal.*
- *Pues yo me la estoy pensando, no quiero de ninguna manera hacerla sufrir y pienso que siempre nos ayudamos mutuamente.*
- *A mí me aguantan mucho, yo más bien debo pensar en mejorar mi carácter.*

¿Sobre los hijos?

- *Mi hija sufre si me ve llorar*
- *Sí, los hijos aprenden lo que ven, ¡aguas!*

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

- *Cuando nos enojamos mi marido y yo, mis hijos se ponen de su parte.*
- *Yo creo que mi marido disfruta, le encanta ofenderme, mi hijo me consuela, pero mi hija se va con su padre y yo sufro mucho, por los dos.*
- *Cuando nos peleamos yo soy muy gritona y mi marido se lleva a las niñas a su cuarto.*
- *Nosotros no discutimos frente a mi hijo.*
- *¿Qué significa reverenciar a las mujeres?*
- *Yo creo que eso no existe “¿quién lo hace ahora?” A nosotras nos enseñaron a reverenciar a mi madre pero ahora parece juego de pelota con los hijos: ¿en qué equipo estás?*
- *Yo adoro a mi madre y sí tenemos malos ratos mi esposa y yo pero, yo si procuro que mi hijo respete a su madre, aunque muchas veces ella pelea como niña con él y le digo ¿ya ves, cómo te va a respetar?*
- *Ojalá volviéramos a los tiempos de antes en donde “tu madre era tu madre”*
- *Bueno, antes las mamás estaban en casa y llegabas a la casa y olía a comida, ahora comes en el carro y llegas a tu casa y lo que quieres es dormir, entonces los niños ni te ven y al otro día otra vez la misma historia.*
- *No es fácil, ahora lo que quieren es que los llesves a la fiesta, les compres esto o lo otro y si no lo hacemos reclaman y reclaman todo el tiempo.*
- *Mis hijas si me adoran y yo sé que les hago falta casi siempre andamos juntas.*
- *Mi marido es un hombre muy bueno, la verdad es que él si me cuida mucho y hace lo posible porque mis hijos también lo hagan.*

Observaciones:

Esta sesión de “discusión abierta” se llevó 1 hora 20 minutos. Hubo mucha reflexión, muchos comentarios, lloraron algunas de ellas (enojo o tristeza). Todos fueron muy propositivos y lo que yo podría llamar una conclusión final que se obtuvo del mismo grupo fue que mamá y papá somos responsables de esa felicidad, armonía y respeto en el hogar. La tarea que ellos mismos propusieron fue: observarme en mi relación con mi esposo(a). Estar conscientes de sus necesidades y de la felicidad que me produce dar y amar.

MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

CONSIDERACIONES FINALES

Una de las vivencias más importantes a través de estos cinco años de experiencia en la Escuela Sathya Sai de Chihuahua ha sido el trabajo con los padres de familia. Sai Baba dice que ellos son los primeros maestros, por lo tanto, ¿cómo dar paso a esta importante tarea?

Los padres y madres de familia requieren mucha atención ya que actualmente la loca carrera por el mundo los distrae de sus ocupaciones principales, la crianza de sus hijos y el sentido de su vida en familia.

Cuando preguntamos a papás y mamás ¿qué clase de persona quieres que sean tus hijos? Invariablemente la respuesta es “seres de bien”. Sai Baba nos dice que para cambiar el mundo primero debemos cambiarnos a nosotros mismos. El trabajo con los niños es mucho más fácil que el trabajo con un adulto. Ellos requieren mucho tiempo, paciencia, comunicación y sobre todo, mucho amor.

El trabajo con movimiento es una de las muchas alternativas que pueden seguir enriqueciendo el trabajo cotidiano con papás, mamás y abuelitas, para así lograr el desarrollo armónico de los Valores Humanos. Reforzar los lazos de comunicación, la confianza y el interés de los padres de familia por la Escuela favorecerá el trabajo colaborativo y la confianza en la comunidad escolar.



MOVIMIENTO Y VALORES PARA PADRES Y MADRES DE FAMILIA

MARÍA ELENA GONZÁLEZ ROBLES

BIBLIOGRAFÍA

Cecchini, J.A. (1996) "*Epistemología de la educación física*" en: García Hoz, V. "Personalización en la Educación Física. Editorial RIALP S.A. Madrid p. 67 - 106.

Delors, Jacques,(1996) "*La Educación encierra un tesoro*" Informe a la UNESCO de la Comisión Internacional sobre la Educación para el Siglo XXI

Devís, J. y Peiró, C. (1992): "*Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La salud y los juegos modificados*". INDE Publicaciones. Barcelona.

Guía del Formador MII. SEP, RIEB 2009. México D.F. p 24

López, A y Vega, C. (2000) "*Tendencias contemporáneas de la clase de educación física*" Cuadernos IMCED Serie Pedagógica # 26 Michoacán, México.

SANUY, M. (1996) *Aula sonora. Hacia una educación musical en primaria*. Morata, Madrid.

WEBBER, F. (1974) *La música y el niño pequeño*. Ricordi, Buenos Aires.

López, A. y Moreno, J. A. (2000) "[Integralidad, Variabilidad y Diversidad en Educación Física](#)". *Revista Digital "Lecturas"* No. 19, <http://www.efdeportes.com>

Educare, Revista año 1, número 2- diciembre de 2002. Impresión Longseller S.A. "Mi familia" por *Tania Holland* pp. 21-23

<http://fernandaraiti.wordpress.com/>

http://www.sep.gob.mx/swb/sep1/padres_de_familia