

## ACTIVIDAD 2. NUESTRA RECETA DE LA PAZ. ANEXO 3

Entender qué es la paz es complicado, a veces nos centramos únicamente en su comprensión como ausencia de violencia, de problemas o de guerras, por eso, es interesante ayudar a los niños y niñas a que conformen su definición de Paz, tal vez poniéndoles algunos ejemplos sea más fácil, nos interesa también reforzar la idea de que el derecho a la paz contribuye a garantizar otros derechos.

1. **Primero les podemos preguntar: ¿Qué ingredientes tendría que tener una receta en la que “cocinemos” la paz?** Para ayudarles, les podemos recordar el vídeo que hemos visto esta mañana en la oración.



2. **En segundo lugar, les preguntamos: ¿Qué ingredientes no estarían en esa receta?** Les invitamos a buscar los antónimos y a explicar por qué éstos no nos ayudarían a construir la paz.

A modo de ejemplo:

Respeto: intolerancia

Perdón: rencor

Empatía: egocentrismo

Generosidad: egoísmo

Alegría: tristeza

Si queremos hacerlo más divertido y “personalizado”, les podemos pedir que en grupos base, identifiquen esos valores con ingredientes y que incluso, les pongan cantidades, en la unidad que queramos (gramos, kilogramos, etc.) o que la definan en quebrados o porcentajes. Incluso se puede hacer el paralelismo con ingredientes reales en función de la receta que hayan elegido. Por ejemplo, si quieren hacer un pastel: la harina puede ser el respeto, la levadura la solidaridad, etc. Creatividad al poder.

Así mismo, si valoramos que nuestros alumnos y alumnas están preparados/as les invitamos a recoger en la receta como “pasos” aquellos aspectos que consideran necesarios para cocinar la receta. Podemos utilizar como ejemplo la que aparece a continuación.

Como cocinas

## LA RECETA LA PAZ

**1 ELIGE LOS DIVERSOS INGREDIENTES Y SUS PROPORCIONES**

Respeto... 100 gramos  
Empatía... 200 gramos  
Solidaridad... 250 gramos  
Perdón...  
Comprensión...



**2 PASOS A SEGUIR**

1. Respetar a mi compañero y sus ideas aunque sean diferentes.
2. Tratar de entender las emociones de los demás.
3. Mostrarme dispuesto/a siempre a ayudar.
4. Perdonar los errores de los demás.



**3 PASOS A SEGUIR**

5. No enfadarme si no entiendo a un compañero/a.
6. Compartir los materiales y mis cosas con los demás.
7. "Facilitar" cuando veo que voy a "estallar".



**4 PASOS A SEGUIR**

8. Tratar de ver lo mejor de los demás.
9. Respetar los ritmos de los demás.
10. Reconocer que los demás pueden tener otros gustos diferentes a los míos.



**5 PARA TERMINAR...**

Una vez que ya he elaborado mi "receta" de la paz la expongo a los demás.  
Y me comprometo a compartirla con una sonrisa.



Más información en [www.derechosdelainfancia.es](http://www.derechosdelainfancia.es)