

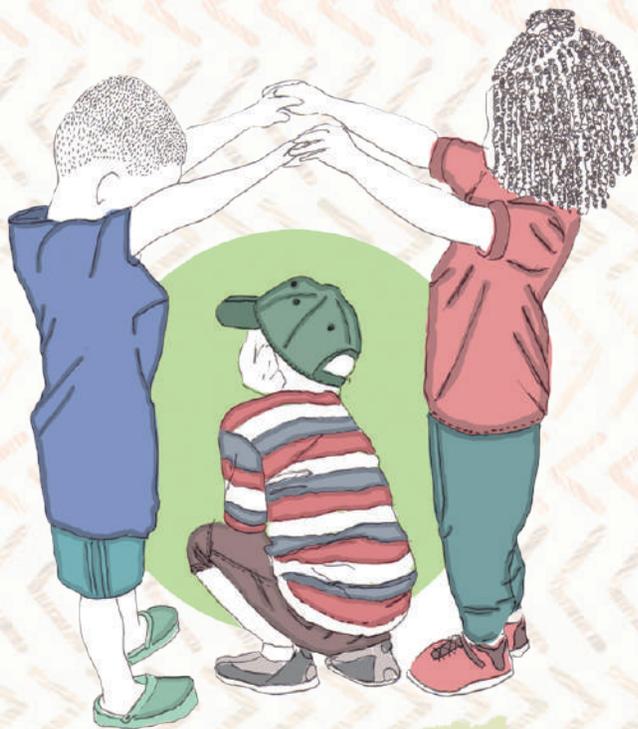
JUGAR PARA TOMARNOS EN SERIO LA PAZ

HERRAMIENTAS LÚDICO-TEATRALES
PARA PROMOVER LA PAZ EN LA ESCUELA



JUGAR PARA TOMARNOS EN SERIO LA PAZ

HERRAMIENTAS LÚDICO-TEATRALES
PARA PROMOVER LA PAZ EN LA ESCUELA



ESCUELAS EN PAZ
Corporación Región - Unicef

UNICEF - COLOMBIA

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia
Aida Oliver Representante para Colombia
Viviana Limpias Representante adjunta
Ana María Rodríguez Rodríguez Especialista de educación
Claudia Camacho Jácome Oficial de educación
Juliana Aguilar Forero Oficial de programas Chocó

CORPORACIÓN REGIÓN

Marta Inés Villa Martínez Directora
Luis Fernando Herrera Gil Coordinador Programa Derecho a la Educación
Ana Cristina Paniagua Bustamante Coordinadora territorial - Chocó
Esther Polo Zabala Coordinadora territorial - Córdoba

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEPARTAMENTAL DE CÓRDOBA

Paula Andrea Morales Soto Secretaria de Educación
Blanca Martínez Angulo Profesional especializada del área de calidad educativa

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DEPARTAMENTAL DE CHOCÓ

Yosimar Mosquera Mosquera Secretario de Educación
Elvis Córdoba Arango Director de calidad
Francisco Aprilla Cuesta Profesional universitario de etnoeducación

INSTITUCIONES EDUCATIVAS - CÓRDOBA

AYAPEL: Institución Educativa Marralú, Institución Educativa Carlos Adolfo Urueta,
Institución Educativa Pablo VI.

PUERTO LIBERTADOR:

Institución Educativa Germán Gómez Peláez, Institución Educativa José María Córdoba.
Institución Educativa Pablo VI

TIERRALTA:

Institución Educativa Madre Laura, Institución Educativa Agroecológico Nuevo Oriente,
Institución Educativa 19 de Marzo.

MONTELÍBANO:

Institución Educativa CESUM Institución Educativa Alianza para el Progreso,
Institución Educativa San Bernardo.

ESTABLECIMIENTOS EDUCATIVOS NÓVITA - CHOCÓ

Institución Educativa Carlos Holguín Mallarino Centro Educativo San Onofre Alto Tamaná

AUTORAS: Ruth Díaz y Adriana María Ospina Vélez

REVISIÓN DE ESTILO: Juan David Villa Rodríguez

DISEÑO E ILUSTRACION: Laura Cardona Díaz

IMPRESIÓN: Nicolás Aristizábal. Litografía - Tipografía

Córdoba y Chocó, Colombia, 2018.

PRESENTACIÓN

INTRODUCCIÓN

JUEGOS DE ACTIVACIÓN Y ATENCIÓN

Hálame la pitita	17
Cuerda imaginaria	18
Firmar con...	19
La danza del cuerpo	20
El hada o el duende	21
Algo mío quiere bailar	22
Círculos de palmas	23
Toque y aplauso	25
Pelotas simultáneas	26
Cadena de muecas	27
Contar en círculo	28
Jandom	29
Caminatas con diferentes cualidades	31
Caminatas de contacto	32
Caminar de 1 a 5	33
Caerse y levantarse	38
La media naranja	39
Los imanes	40
La fiesta de...	41
Pido que...	42
El chicle	43
A la otra orilla	44

Parando oreja	45
Siameses	46
Puntos de contacto	47
La manada	48
Pelota imaginaria	49
El tren loco	50
Viajando por distintos lugares	51
Muévete del lugar	52

JUEGOS PARA DESPERTAR LA IMAGINACIÓN Y LA CREATIVIDAD

Historias sonoras	61
Juego de los oficios	62
Se busca a...	63
¿Cómo lo digo?	65
Despertando los sentidos	66
Uno/a para todos/as	68
El radar	68
El punto ciego	69
A ojo cerrado	70
Reconociéndonos con ojos cerrados	72
Bosque de sonidos	73
El viaje imaginario	75
Percepción por pareja	76

El regalo imaginario	77
Exploración de objetos con ojos cerrados	78
Transformación de objetos	79
La silla	83
Espejos	86
Figuras con cuerpos	87
Secuencias de acciones cotidianas	88
Escultores y esculturas	89
Foto-historias	90
La máquina de ritmos	92
Estatuas de personajes	93

JUEGOS DE IMPROVISACIÓN

Improvisación con sentido	98
Lugares	99
El objeto perdido	100
Creando imágenes con las manos y los cuerpos	101
Refranes	102
Escenas de película	103
Teatro imagen	104

JUEGOS COOPERATIVOS PARA PROMOVER LA TRANSFORMACIÓN DE CONFLICTOS

Buscando la cola	111
Las olas del mar	112
Dejarse caer como pelota	113
El nudo	114
El lago encantado	114
Sillas musicales	116
La rueda en rodillas	117
La serpiente de cristal	118
Lápiz en la botella	121
Casa y habitante	122
El péndulo	123
La alfombra rodante	125
La orquesta cooperativa	126

ANEXO

Música para acompañar las actividades 133

PRESENTACIÓN

En 2018 se desarrolló en el municipio de Nóvita, departamento de Chocó y en los municipios de Ayapel, Tierralta, Puerto Libertador y Montelíbano en el departamento de Córdoba, una propuesta formativa para maestros y maestras cuyo propósito central fue fortalecer las capacidades pedagógicas para la paz. Este proceso se realizó en el marco del proyecto Fortalecimiento de la Educación Propia y de Iniciativas de Paz en la Escuela liderado por Unicef y la Corporación Región en alianza con las secretarías de educación departamental de Chocó y Córdoba.

Crear capacidades pedagógicas para la paz empieza por reconocer, como maestros y maestras, cuáles serían las transformaciones en las interacciones con estudiantes y familias que aporten a construir escuelas para la paz. Así mismo es una invitación a revisar la práctica pedagógica e identificar los dispositivos y estrategias que posibilitarían un mejor diálogo, más creativo, transparente y espontáneo con niños, niñas, adolescentes, padres, madres y equipo de trabajo de las instituciones educativas.

Este material es la compilación de los juegos, ejercicios experienciales y actividades lúdicas que se pusieron en práctica en los encuentros formativos y que aportaron en la reflexión sobre las implicaciones de la convivencia y la paz en la escuela y sobre las formas de hacer, pensar y sentir en el aula; es, en fin, una invitación a hacer de la escuela un espacio más amoroso y alegre donde puedan crearse espacios para los saberes diversos, posibilitándose el diálogo y la participación desde la riqueza de las particularidades de todos y todas.

Esta guía tiene cuatro partes definidas según el tipo de juego: la primera parte centrada en los juegos de activación y atención; la segunda parte juegos para despertar la imaginación y la creatividad; la tercera parte presenta los juegos de improvisación; y finalmente los juegos cooperativos para promover la transformación de conflictos de manera creativa y no violenta.

Invitamos a maestros y maestras a promover la convivencia escolar, a recuperar su motivación creadora a través del juego, dejarse tocar por la lúdica, abrir espacios de diálogo con sus estudiantes, con sus compañeras y compañeros de trabajo y a construir en la escuela una cultura de paz.

INTRODUCCIÓN

DEJAR DE JUGAR A LA GUERRA PARA JUGAR A LA PAZ

Antes de aprender a hablar, de comenzar a estudiar y de dedicarnos a trabajar, jugamos. Jugamos a encontrarnos, perdersnos, a ser otros/as, a encontrar tesoros, a las muñecas y hasta a atrapar ladrones. Sin darnos cuenta pasamos del juego espontáneo del bebé que empieza a gatear y a dar sus primeros pasos al juego con reglas claramente preestablecidas en el que ganar es garantía de pertenencia a un grupo, es garantía de aceptación, de estatus. Por ser una construcción social y, en consecuencia, un reflejo del momento histórico, los juegos son el primer ensayo para incorporarnos a una sociedad como la nuestra, que nos exige cumplir ciertos roles, ganar y competir. En la soledad del juego de video o en el partido de la cuadra del barrio, la máxima es derrotar al “enemigo”, ganar puntajes, lograr el récord, ser el mejor. Y entonces pareciera que la diversión se garantiza mientras haya ganadores y perdedores. Lograr el objetivo sin importar cómo ni a costa de qué o quiénes.

¿Dónde queda, entonces, el placer del juego por el juego mismo?, ¿el juego como pretexto para encontrarnos? El juego es un espacio de investigación y experimentación desde el propio cuerpo, con los otros y las otras, con el espacio, el tiempo, los objetos, usando la imaginación y la creatividad. Partimos de que los juegos teatrales desarrollan no solo conciencia, sino comunicación, y fortalecen y activan las relaciones entre quienes juegan. Hacer conciencia de la teatralidad de la vida cotidiana y del propio crecimiento personal y colectivo puede tener impactos muy profundos en la vida de una comunidad y en su capacidad de repensarse y recrearse a sí misma. El juego abre nuevos campos de

aprendizajes y cuando hacemos de nuestras experiencias y de nuestra historia un insumo para la creación, somos capaces de transformarnos.

Este material pedagógico es un recurso para generar formas de interacción distintas entre docentes y estudiantes; además, posibilita la reflexión sobre sus responsabilidades en la construcción de una cultura de paz y constituye una invitación para reconocer dentro de su comunidad los recursos culturales que pueden contrarrestar el uso históricamente legitimado de la violencia.

Los juegos teatrales pueden aportar dentro y fuera del aula de clase a la empatía, a la escucha activa, al autocuidado y al cuidado de los/las demás al promover habilidades que permiten descubrir en los conflictos oportunidades de aprendizaje y creación. El juego teatral permite comprender que todo acto comunicativo tiene una intención que, a su vez, puede expresarse tanto con el cuerpo como con la palabra. A través de los ejercicios de sensopercepción y cooperación se invita a la autorregulación, al reconocimiento y a la generación de las emociones de cada persona de la comunidad educativa, partiendo de la premisa de que el juego implica la conciencia corporal con todos sus sentidos y la construcción de vínculos de confianza y solidaridad.

Asimismo, al fomentar la creatividad y despertar la imaginación se está permitiendo que el proceso de aprendizaje invite a la fluidez, la flexibilidad, la originalidad y la elaboración. De esta manera se estimula en los/as niños/as y jóvenes el deseo de descubrir diferentes estrategias de resolución para los problemas mientras se les invita a descubrir en sí mismos/as y en los/as demás el disfrute de aprender jugando.

Este material no contiene “fórmulas”: cada juego deberá ser adaptado a las características y necesidades de los grupos. Cada juego tiene una propuesta de edades para las cuales resulta ideal ponerlo en práctica; sin embargo, quien lidera el ejercicio será quien decida si es o no pertinente llevarlo a su grupo. La invitación es, entonces, a utilizar con creatividad y flexibilidad esta compilación de herramientas que han sido seleccionadas para ampliar el repertorio pedagógico, y, así, docentes y estudiantes líderes puedan encontrar alternativas en la compleja y necesaria tarea de fomentar la paz en las escuelas.

A los docentes y las docentes que formaron parte de este proceso y que se permitieron volver a ser niños y niñas, gracias por su confianza y compromiso. Y a quienes han elegido el camino de la enseñanza y creen en el poder transformador de la educación, esperamos que esta cartilla les inspire a jugar para tomarse en serio la paz.

 Tengo un joven de 13 años que parece que es gay y le hacen mucho bullying, por eso se defiende gesticulando más su modo de ser y lo atacan dentro y fuera del salón. Hoy no más le escribieron “muerte” en su silla y él llorando me contó. Lo he defendido mucho, pero no sé qué más hacer ^{ES}.

 Hay unas cosas que están en el entorno que les llama más la atención: el dinero, la droga, el licor. Eso es un obstáculo que influye de manera importante en la educación. Y la otra es la falta de apoyo por parte del Estado. El Estado colombiano no cumple las funciones que le corresponden y no facilita las herramientas necesarias para brindar un servicio educativo eficiente ^{ES}.

M

Se desborda la desesperanza de los padres de familia de mi comunidad y que transmiten a sus hijos .

L

La impotencia frente a la pobreza de los estudiantes .

L

La falta de motivación e interés generalizado en los estudiantes .

L

La violencia intrapersonal heredada de la vivida en los últimos años en la región por los grupos al margen de la ley .

L

La falta de interés por parte de los padres de familia en la educación de sus hijos .

N

Los pusieron a jugar, actuar y pensar.

Con nuestro cuerpo experimentar diferentes opciones para a nuestros niños llegar y la mejor convivencia y Cátedra de Paz implementar .

V

Volví a ser niña. Feliz espero que venga la fecha del próximo encuentro. Me siento de 8 con 58. Cuando me encontraba sola hice amigos que no me esperaba. Sentí manos y piel que no amenazaban. Tiré a la basura malos recuerdos; ahora nueva y sencilla quiero compartir con mis pequeñines experiencias que a ellos les puedan servir para sacar a mi patria de esa tensión que vemos a diario en televisión .





*H*ubo sana competencia, también mucha reflexión.

Nos tocaban la conciencia, mucho más el corazón.

El teatro es un arte, el cuerpo comunicación.

El docente es un estandarte cuando tiene vocación ⁵⁰.



Nos enseñó que desde el teatro
existe otra forma de enseñar, donde
convergen lo lúdico, la didáctica, la
praxis, la episteme, la ciencia, lo físico,
la razón ⁸⁰ .





JUEGOS DE ACTIVACIÓN Y ATENCIÓN

JUEGOS DE ACTIVACIÓN Y ATENCIÓN

Son juegos que invitan al movimiento y a entrar en contacto con su cuerpo y con el de los/las demás. Estos juegos pueden ayudar a que el grupo se motive frente a una jornada en general o a una actividad específica, de tal suerte que surja un ambiente de confianza, alegría y goce.

Pueden usarse al inicio, a la mitad o al final de la jornada, para hacer una pausa y permitirle al grupo liberar tensiones, activar la energía, concentrarse o acercarse a sus compañeros/as. Al implicar actividades concretas que exigen concentración y vitalidad, algunos de los juegos de este primer bloque pueden llevar al grupo a la competencia y a la agresividad. Para evitar esto, es importante que quien lidera regule las actividades haciendo que lo que se propone sea gradual, que invite a la escucha grupal, al trabajo cooperativo y al silencio.

Todos estos son procesos que llevan su tiempo y exigen, además de paciencia, creatividad y confianza.

ALGUNAS RECOMENDACIONES ANTES DE INICIAR



Es muy importante que tengas muy claro cómo se realiza el juego antes de proponerlo y elegir el momento indicado para hacerlo. Por ejemplo, al inicio de una clase de Matemáticas o si quieres que el grupo tenga una “pausa activa” que favorezca la concentración. El grado de dificultad puede ir aumentando, sin prisa, para que todos y todas participen. Hay juegos que se pueden realizar en varias sesiones; así, cada vez que se practiquen, todo el grupo va a estar más dispuesto y concentrado.



En los juegos que implican cambios es importante darle a cada momento su tiempo sin perder el dinamismo, así que deben ser graduales y fluidos. También es importante que quien lidere participe con total soltura. Al final del ejercicio se les puede pedir que cierren los ojos, que respiren y que sientan las partes que movieron de sus cuerpos.



Para todos los juegos de este bloque es importante que se libere espacio y no haya riesgos de caídas o tropezones. Por último, si luego de un juego de activación viene en la jornada escolar otra actividad más tranquila, como una clase en la que se escribe o lee, es muy importante que haya un tiempo de “transición” en el cual se les invite a respirar, sentir su cuerpo, cerrar sus ojos y disponer sus sentidos para la jornada.



Es esencial invitar al silencio y al cuidado de quienes están participando. Nadie pierde, nadie gana. Todos y todas aprenden a su ritmo, por eso sugerimos no felicitar ni recriminar, solo animar a intentarlo.

Hálame la pitita



¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la coordinación y la escucha grupal.

¿Cuánto tiempo lleva? 10 min.

¿Para qué edades es apropiado? 5-12 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Pídele al grupo que se ubique de pie formando una circunferencia, imaginando que tiene en su bolsillo una pita. Cada quien la va a sentir primero, sin sacarla del bolsillo. Cada pita es diferente: tiene un color, una textura y un largo únicos. La van a sacar y a mostrar “imaginariamente” a sus compañeros/as. Se la van a ir amarrando en distintas partes de su cuerpo y del cuerpo de sus compañeros/as. Una vez la amarren de la parte del cuerpo que se va indicando, todos/as cantan: “Hálame la pititatá, pitatá, pitatá. Hálame la pititatá, no me la hailes más”. La pita se la pueden amarrar, por ejemplo, de:

- la muñeca derecha;
- el tobillo izquierdo;
- la cabeza;
- la cintura;
- la rodilla derecha;
- la oreja izquierda;
- la oreja izquierda del compañero/a de la derecha;

¹La pita es imaginaria. Al amarrarla al propio cuerpo y al de los demás se busca despertar la capacidad de creernos lo que imaginamos.

- el pecho;

- el pie derecho del compañero/a de la izquierda.

Una vez se las han amarrado en distintas partes del propio cuerpo y del de los/las demás cantando la canción, decides cuándo terminar. Pídeles a todos/as que vuelvan a guardar su pita en el bolsillo o que la tiren al aire o que la transformen en un pájaro.

Cuerda imaginaria

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha, la observación y la comunicación con los/as demás.



¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Este juego es similar al anterior: invita al trabajo en parejas y a moverse por el espacio con la pita imaginaria. Por su parecido, sugerimos que no se lleven a cabo en una misma sesión.

Pídeles a los/as estudiantes que se agrupen en parejas (A y B) y se ubiquen frente a frente en dos hileras. Todo el grupo trabajará de forma simultánea. Quienes sean A se acercarán con cuidado hacia sus compañeros B y

amarrarán suavemente una cuerda imaginaria en alguna parte del cuerpo. A jalará de la cuerda y B, sin moverse del espacio, moverá la parte de su cuerpo que esté siendo jalada por su pareja. Es importante que lo intentes con alguien antes de pedirle al grupo que lo realicen. Luego diles a los/as A que inviten a su compañero/a B a moverse por el espacio jalado por la cuerda imaginaria. Deberán realizarlo despacio y cuidando de no hacerse daño. Después de tu señal deben cambiar de rol. Es importante que haya un primer momento de “sentir” y moverse con la conciencia de la cuerda imaginaria antes de caminar.

Firmar con...

¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, el movimiento, la conciencia del espacio, la libre expresión y el cuidado de los/as demás.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-16 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, pandereta o tambor.



Pídele al grupo que se disperse libremente por la sala, de manera que puedan moverse sin toparse entre sí. Ayudado por una pandereta o tambor para marcar los cambios de estímulo, proponle al grupo que trace su firma (o su nombre) en el aire con:

- rapidez;
- lentitud;
- suavidad;
- fuerza;
- el pie;
- la cabeza;
- el ombligo;
- el hombro;
- trazos pequeños;
- trazos amplios;
- trazos diminutos;
- *spray*.

La danza del cuerpo



¿Qué busca este juego? Despertar la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 5-10 min.

¿Para qué edades es apropiado? 3-7 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, pandereta o tambor.

Organiza el grupo en círculo y se apoya con un instrumento de percusión. Dirá bailando “esta es una danza que se baila así”; el grupo repetirá. Dirá, al mismo tiempo que mueve solo su cabeza, “esta es una danza que se baila así: cabeza, cabeza, cabeza, cabeza”; el grupo repetirá. Dirá, al mismo tiempo que mueve solo sus hombros, “esta es una danza que se baila así: hombros, hombros, hombros, hombros, hombros”; el grupo repetirá. Dirá, al mismo tiempo que mueve solo su tronco, “esta es una danza que se baila así: tronco, tronco, tronco, tronco”; el grupo repetirá. Y así sucesivamente con brazos, manos, muñecas, codos, cadera, rodillas, pies, etc., para finalizar con el cuerpo entero.

El hada o el duende

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha y la creatividad.



¿Cuánto tiempo lleva? 5-10 min.

¿Para qué edades es apropiado? 3-5 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, música alegre y un reproductor de sonido.

Pídeles a los/as niños/as que se muevan libremente por la sala intentando seguir el tiempo de la música. Cuando la música pare, todos/as se detienen. El hada (la maestra) o el duende (el maestro) va tocando despacio a cada niño/a diciéndole una instrucción al oído. Ejemplos: “Estás lleno de aire”, “tu ropa es demasiado grande”, “eres una rana”, “eres un canguro”, “eres una burbuja de aire”, “eres Mickey Mouse”, “eres Superman”, etc.

Quien es tocado se desplaza por el espacio haciendo los gestos y movimientos según lo que le haya dicho el hada o el duende y sin contarle a nadie este “secreto”. Los/as niños/as que no han sido todavía tocados se mueven libremente. El juego continúa hasta que todos/as los/as niños/as han recibido una instrucción al oído. Al final se puede cambiar la música y cada quien continúa moviéndose según lo que le haya dicho el hada o el duende. La actividad se puede realizar en parejas, en grupos de tres, etc.

Algo mío quiere bailar

¿Qué busca este juego? Despertar la escucha, el movimiento no convencional y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años.



¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, pandereta o tambor.

Pídele al grupo que se distribuya por el espacio y lo ocupe todo. Ayudado/a por un estímulo musical, puede ser el sonido de una pandereta o de un tambor o una música bailable, indica la acción que deberán reflejar:

- escuchamos la música;
- no queremos bailar;
- los pies se rebelan y tratan de bailar;
- el resto del cuerpo lucha por mantenerse inmóvil;
- los pies tratan de convencerlo;
- no queremos bailar;
- la cabeza se rebela y trata de bailar;
- el resto del cuerpo lucha por mantenerse inmóvil;
- la cabeza trata de convencerlo;
- conseguimos detener el movimiento de la cabeza;
- no queremos bailar;
- las caderas se rebelan y tratan de bailar;
- el resto del cuerpo lucha por mantenerse inmóvil;
- las caderas tratan de convencerlo;

- conseguimos detener el movimiento de las caderas;
- no queremos bailar;
- las rodillas se rebelan y tratan de bailar;
- el resto del cuerpo lucha por mantenerse inmóvil;
- las rodillas tratan de convencerlo;
- conseguimos detener el movimiento de las rodillas.



Círculos de palmas

¿Qué busca este juego? Motivar la concentración, la comunicación, la coordinación y el lenguaje no verbal.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Este juego y el siguiente son muy similares y buscan despertar la concentración. Resultan adecuados para iniciar una jornada y la idea es no practicarlos en una misma sesión. A pesar de su semejanza, cada uno tiene su variación y su nivel de complejidad.

Es bueno que inicies la primera ronda hacia un solo lado (por ejemplo, a la derecha). Gira el tronco, mira la persona a tu derecha a los ojos y aplaude (junta sus dos manos como pasándole “un aplauso” al compañero/a). Quien recibe el aplauso lo entrega a su compañero/a de la derecha y así hasta que regrese a la persona que comenzó.

Así se pueden hacer varias rondas, hasta que todos/as lo hagan adecuadamente. Es importante que todo el cuerpo entre en comunicación (incluyendo la mirada) y que solo se pase el aplauso una vez recibido. Es opcional que se vaya sacando a las personas que no lo hagan bien. La idea es propiciar el encuentro e invitarles a estar presentes “aquí y ahora”, mas no incentivar la competencia. Invita al grupo a hacerlo en silencio, Aunque quizás aparezcan las risas y los comentarios.

Después de varias rondas hacia un mismo lado y de que se ha creado un ritmo grupal de escucha y concentración, indícales que ahora pueden cambiar el sentido en el que se van entregando los aplausos. Es decir que quien quiera puede cambiar la dirección: si viene hacia la derecha, alguien puede decidir devolverla hacia la izquierda.

Cuando se ha creado un ritmo y el grupo en general ha entendido esta variación, puedes agregar una última en la que quien quiera puede agacharse. Cuando esto suceda, el “aplauso” pasa por encima de su cabeza y lo debe recibir el/la compañero/a de al lado, que debe pasarlo bien sea a su derecha o a su izquierda.

Toque y aplauso

¿**Qué busca este juego?** Motivar la concentración, la comunicación, la coordinación y el lenguaje no verbal.

¿**Cuánto tiempo lleva?** 10-15 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 12 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y tranquilo



En círculo, da un toque suave en la espalda de tu compañero/a de la derecha. Este debe enviar un aplauso a cualquier persona del círculo. Quien lo recibe, a su vez, da un toque en la espalda de su compañero de la derecha, y así hasta que se vaya creando un ritmo grupal. Es fundamental que todos/as participen y que se mantenga la comunicación a través de las miradas más que a través de las palabras.

Alimenta tus ideas

Sugerimos que se haga hacia los/as compañeros/as que estén al frente o diagonal, no hacia quienes estén a los lados. Este juego puede funcionar para iniciar una jornada porque exige traer al grupo al “aquí y ahora” y que se comuniquen.

Pelotas simultáneas

¿Qué busca este juego? Motivar la concentración, la comunicación y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio (ojalá al aire libre) y tres pelotas (pequeñas o medianas, que no sean ni muy livianas ni muy pesadas).



El grupo se dispone en círculo. Antes de iniciar, explica con claridad que el juego consistirá en pasar la pelota a un/a compañero/a que esté al frente o diagonal (no al lado), pero solo cuando le ha mirado y está listo/a para recibirla. Comienza con una pelota a un ritmo lento, cuidando de que no se caiga y de mantener el silencio para que la concentración esté puesta en las miradas. Inicia tú lanzando la pelota a otro/a mirándolo/a; quien recibe inmediatamente elige a otra/o compañera/o y la lanza. Es sumamente importante que quien lance la pelota dirija su mirada a quien la va a recibir y que la lance con fuerza, pero sin lastimar.

Cuando el grupo ya esté seguro en el traspaso de esa pelota, puedes incorporar otra para complejizar el juego y profundizar en el desarrollo de la concentración y unión grupal. El propósito es que la pelota no toque el piso y que no se detenga en las manos de ninguna/o.

El resultado del juego será significativo en la medida en que se le dedique tiempo. Deben jugar en silencio y todos/as mantener una posición activa, con las rodillas semiflexionadas, como un arquero de fútbol listo a tapar un balón. Solo se incorporan la segunda y tercera pelota cuando el grupo ha logrado un ritmo y una escucha adecuados.

Alimenta tus ideas

Es un juego que se puede repetir muchas veces porque motiva a hacerlo cada vez mejor. Pueden incorporar en cada encuentro más pelotas.

Cadena de muecas



¿Qué busca este juego? Incentivar la escucha, la risa y la comunicación no verbal.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

El grupo forma un círculo de pie y les pides que piensen en una mueca que quieran hacer. Puedes ser el primero que le haga una a su vecino/a, quien le mira y luego le imita. Luego los/as dos enseñan sus muecas (idénticas al grupo). Ahora la persona que recibió la mueca va transformándola hasta crear una nueva que enseñará a su vecino/a, quien hará lo mismo. Así van recibiendo, creando y enseñando al grupo nuevas muecas.

Contar en círculo

¿Qué busca este juego? Propiciar la atención y la concentración.



¿Cuánto tiempo lleva? 10-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

En círculo comienzan a contar desde uno hasta el número que decidan (lentamente y cada vez más rápido). Luego, eliminan una categoría de números, por ejemplo: contar sin números pares o solo los múltiplos de tres o solo los múltiplos de siete, etc.

Alimenta tus ideas

Una variación del juego puede ser decir los números en el círculo simultáneamente hacia la derecha y hacia la izquierda. Otras posibles variaciones: hacia la derecha los múltiplos de tres y hacia la izquierda los múltiplos de cuatro; den un salto en los múltiplos de tres; en lugar de saltar, giren sobre su mismo eje; salten en los múltiplos de siete; en lugar de saltar, digan su nombre en los múltiplos de siete...

Jandom

¿Qué busca este juego? Propiciar la atención, la escucha, la concentración y la coordinación.



¿Cuánto tiempo lleva? 30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 8 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

El grupo está en círculo, con las rodillas semiflexionadas y suficiente espacio entre una y otra persona. Muestra cada uno de los gestos y sonidos por primera vez.

Ja. La primera ronda es con el sonido “ja”, acompañado de un giro de todo el cuerpo. Empieza hacia la izquierda. La mano derecha (en posición como de karate: palma de mano hacia arriba) y la pierna derecha acompañan el giro del cuerpo con el sonido “ja”, que debe ser fuerte y claro. Quien recibe el impulso lo pasa a su compañero de la izquierda. Hagan la ronda las veces que sean necesarias hasta que se incorpore el movimiento. Luego cambien de dirección a la derecha.

Jandom. En la segunda ronda se introduce la palabra “jandom” con un movimiento hacia adelante. La pierna derecha va adelante, flexionada, y los brazos con los puños apretados bajan junto al sonido. Continúa con el “ja”. Indícales que cada vez que alguien diga “Jandom”, cambia el sentido de la ronda: si el impulso venía hacia la izquierda, cambia hacia la derecha y viceversa.

Ahía. Introduce el sonido “ahía” (agudo y alargando la vocal i, como si fuera en “chino”) junto con un movimiento del cuerpo hacia adelante. La pierna derecha va adelante, flexionada, acompañada de un gesto con los dedos pulgar e índice de cada mano, como “achinando los ojos”. Cuando alguien diga “ahía”, el impulso salta a una persona; es decir, si viene hacia la derecha con el “ja” y aparece el “ahía”, continúa la persona que está dos puestos después de quien lo trae, sin cambiar la dirección.

Shhh. Luego de alcanzar un ritmo grupal y de que la mayoría del grupo ya haya incorporado las tres variantes, incluye la última, que consiste en agacharse hacia la dirección en la que viene el impulso con el sonido “shhhh”, acompañado de un gesto con las manos como enviando una ola a los/las dos compañeros/as que siguen (de la derecha o de la izquierda, según la dirección con la que venga el impulso), quienes deben saltar como si estuvieran encima de una ola con el sonido “yuju”. El impulso continúa.

Caminatas con diferentes cualidades



¿Qué busca este juego? Propiciar la imaginación, la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo donde se puedan mover libremente y sin tropezarse.

Este juego se basa en caminar con conciencia del espacio y cuidando de no chocarse con los/as compañeros/as. Estas son las variaciones que proponemos:

- **Distintos niveles:** Alto, medio y bajo (en relación con el piso).

- ◉ **Distintas velocidades:** Cámara lenta, lento, normal, rápido, corriendo.
- ◉ **Distintas cualidades:** Extrovertido-introvertido y mezclando estas diferentes formas, por ejemplo extrovertido en cámara lenta y nivel alto.
- ◉ **Persiguiéndose:** Cada quien elige a alguien a quien perseguir, pero la persona a quien elige no puede darse cuenta.
- ◉ **Formando figuras geométricas:** Triángulo, cuadrado y círculo.
- ◉ **Distintos paisajes:** Caminan imaginando que el piso está cubierto de nieve, que es un pantano, un desierto, con un vaso de agua en la mano, con un pocillo de café caliente, etc.

Caminatas de contacto

¿Qué busca este juego? Propiciar la imaginación, la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo donde se puedan mover libremente y sin tropezarse.



Invita al grupo a caminar por el espacio. A la indicación del dinamizador deben juntarse con alguien y caminar por el espacio haciendo contacto con los lugares del cuerpo que les indiques: hombro con hombro, espalda con espalda, frente con frente. Quien coordina el ejercicio va aumentando el grado de complejidad en la medida en que el grupo va entrando en comunicación.

Cuando el grupo haya encontrado un ritmo de comunicación y confianza, puedes aprovechar y pedirles que sostengan una de las posturas. Por ejemplo: espalda con espalda y, en esa posición, pregúntales por algo que quieran trabajar en clase.

Caminar de 1 a 5

¿Qué busca este juego? Promover el movimiento por el espacio, la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo donde se puedan mover libremente y sin tropezarse.



Para este juego debes mostrar cómo serían las distintas velocidades de caminatas. Bajo la consigna de que 1 es lo más lento que se pueden desplazar, 5 lo más rápido y 0 la quietud. A continuación sugerimos algunas formas de explicar:

1. Cámara lenta.
2. Caminata tranquila en un día tranquilo por la calle.
3. Caminata rápida porque va a llegar tarde.
4. Casi corriendo, huyendo de algo.
5. Corriendo para alcanzar el último bus.

Quien dirige va diciendo con voz fuerte los diferentes cambios de velocidades buscando que el grupo reaccione rápidamente y exigiendo resistencia, coordinación y escucha grupal. La idea es acelerar y desacelerar gradualmente. Es importante que quede claro que el grupo se desplaza por el espacio a diferentes velocidades sin perder el contacto visual entre ellos y cuidando de no chocar ni lastimar a los/as demás.



Nosotros, inclusive, que somos maestros formadores, no entendemos de lo valioso de nuestro cuerpo. El cuerpo es comunicación, y nosotros con un gesto, con un detalle, destruimos o realzamos a un niño. El cuerpo es vida, cuerpo es amor, es arte y es templo ³³.





oy lo vi de estatura mediana y un poco acabado por los años, pero aún era fuerte y dinámico, capaz de realizar un sinnúmero de tareas al mismo tiempo, que llegué a preguntarme ¿cómo puede hacerlo? Lo miré con más detenimiento y noté que era único. Cada parte de él tenía una belleza sin igual y una apariencia inconfundible. Y me dijo: 'No podría ser de otra manera'. Era útil, fuerte, sin igual, maravilloso, pero lo más extraordinario era mi cuerpo y me sentí feliz ^{SS}.



*El juego, una forma alegre
de aprender y soñarSM.*



Caerse y levantarse



¿**Qué busca este juego?** Promover la conciencia corporal, el autocuidado y la coordinación.

¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 12 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio, una pandereta o un tambor.

Quienes participan se disponen en un círculo amplio, de manera que cada quien pueda ver los movimientos de las demás personas. Explica que el juego consiste en caerse al piso (con cuidado) y levantarse lo más rápido posible. A la señal de un tambor, pandereta o las palmas, diles cómo caer:

- por un desmayo;
- por tropezar;
- como una pluma;
- como una piedra;
- como un payaso;
- como una gota de agua;
- como una hoja de árbol;
- por cansancio.

Alimenta tus ideas

Te sugerimos hacer las primeras “caídas” en círculo y luego caminando por todo el espacio en distintas direcciones. Para evitar que surja la agresividad, recomendamos que caigan en cámara lenta.

La media naranja



¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, el movimiento creativo, la comunicación y la integración.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y papeles pequeños.

Dispón el grupo en círculo y repártele a cada participante un papel que diga “eres un _____”. Cada integrante lo lee y busca un lugar de la sala para trabajar. Ilustra gestual, corporal y vocalmente el objeto que le correspondió y se desplaza por la sala buscando a su “media naranja” o complemento. El papel puede decir una de las siguientes parejas de objetos.

- aguja/hilo;
- llave/cerradura;
- escoba/pala;
- papel/lápiz;
- billetera/billete;
- tornillo/tuerca;
- botón/ojal;
- anillo/dedo;
- plato/cuchara;
- clavo/martillo.

Los imanes

¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, el movimiento creativo, la comunicación y la integración.



¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio.

Pídele al grupo que formen parejas (A y B) y se ubiquen frente a frente. A pondrá la palma de su mano derecha frente al rostro de B, a una distancia de unos cinco centímetros, para evitar que se toquen. Da la consigna de que la mano de A tiene un imán y el rostro de B se siente atraído por él. Por lo tanto, en la medida en que A mueva su mano, B le seguirá, cuidando de que la distancia entre la mano y el rostro se mantenga. Es muy importante que el movimiento que proponga A sea cuidadoso, en principio lento, y que gradualmente lo haga en distintos niveles (alto, medio y bajo) y desplazándose por el espacio. Como en todos los juegos, la invitación es a cuidarse y a hacer el ejercicio comunicándose no con la palabra, sino con el cuerpo.

Luego de algunos minutos (tres a cinco), cuando se haya entendido y logrado un silencio, pídeles que cambien de rol. Ahora B será el imán que guíe a A.

La fiesta de...



¿Qué busca este juego? Promover la comunicación y la atención.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, tambor o pandereta (Opcional).

Pídele al grupo que se disperse libremente por el espacio. Ayudado por un tambor o pandereta para marcar los cambios de estímulo, proponle al grupo representar una fiesta:

- de despedida;
- de cumpleaños;
- de niños;
- de Año Nuevo;
- de matrimonio;
- de extraterrestres;
- de graduación;
- de ancianos.

Pido que...

¿Qué busca este juego? Promover la comunicación, la atención y la integración.



¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Esta sería una variación del juego “el rey manda”. Dispón a los/as estudiantes en semicírculo y pídeles que se ubiquen al frente. Usa un tambor o una pandereta para que la instrucción sea asertiva. Es importante que rompas el hielo mostrando cómo se haría y sin temor a “hacer el ridículo”. Pídele al grupo que:

- coma mango;
- lllore a gritos;
- cante desafinado;
- haga silencio;
- tome un vaso de agua;
- sienta mucho frío;
- se lave los dientes;
- le dé un abrazo a un compañero;
- baile en puntas de pies;
- escuche música;
- ande en bicicleta.

El chicle

¿Qué busca este juego? Promover la imaginación y la escucha grupal.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-10 años.

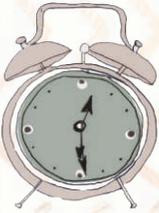
¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, campana, pande-
reta o tambor.



Invita a quienes participan a hacer un círculo. Ayudado/a por una pande-
reta, una campana o un tambor para motivar la expresión, invita al grupo a accio-
nar con él.

- de nuestro bolsillo sacamos un chicle;
- le quitamos el papel y lo llevamos a la boca;
- lo masticamos, está duro al principio, luego lo ablandamos;
- toda nuestra boca come chicle, es enorme;
- hacemos globos imaginarios y los reventamos;
- toda nuestra cara come chicle;
- ahora nuestros hombros comen chicle;
- luego agrega todo el cuerpo por segmentos: brazos, manos, dedos, tronco, caderas, piernas, pies;
- todo el cuerpo come chicle;
- ahora somos chicles alegres, rabiosos, miedosos, tímidos;
- el chicle disminuye de la misma forma en que creció.

A la otra orilla |



¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, la creatividad y la atención.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, pandereta o tambor.

En un círculo explica las reglas del juego. Todos y todas serán náufragos/as en busca de una isla apropiada para quedarse. Para ello tienen que cruzar muchas veces a la otra orilla, de isla en isla. Ayudado/a por una pandereta o tambor, dispón a todos/as los/as estudiantes en una esquina del espacio. Si es muy numeroso, pueden jugar por subgrupos. Diles cruzamos:

- nadando;
- corriendo;
- como bailarines/as;
- como carros;
- como ciegos;
- cansados/as;
- riendo;
- en cámara lenta.

Parando oreja



¿Qué busca este juego? Promover la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, tambor o pandere-
ta.

Dispón el grupo en semicírculo, párate al frente y explícales que habrá que memorizar las siguientes reglas:

Facilitador/a Acción grupo

Stop - - - - Paralización general de sonido y movimiento.

Peligro - - - - Refugiarse en el compañero/ra más cercano/a.

Uaaahhh - - - Separarse y pegarse de las paredes de la sala.

Contacto - - - - Buscar un punto de contacto con el compañero/a más próximo.

Luego de que el grupo memoriza las reglas, ayudado por tu pandere-
ta o tambor, varía el orden libremente. El grupo tiene que esforzarse por re-
cordar, escucharse entre sí e intentar reaccionar juntos/as sin equivocarse.
Para este fin, necesitan repetir una y otra vez.

Siameses

¿Qué busca este juego? Promover la atención, la escucha, la integración y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, tambor o pandere-ta.



Este juego y el siguiente son similares, aunque tienen sus variaciones. Sugerimos, por ello, no realizarlos en una misma sesión.

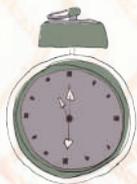
Pídele al grupo que formen parejas. Estas trabajarán de forma simultánea. Y al sonar de la pandere-ta o el tambor, las parejas se desplazarán por el espacio, unidas por:

- la espalda;
- la cabeza;
- las caderas;
- el hombro derecho;
- la muñeca izquierda;
- la mano izquierda;
- el pie derecho.

Alimenta tus ideas

Si hay tiempo para cerrar el ejercicio con una historia, te recomendamos “El par de zapatos”, de Pierre Gripari (colección Secretos para Contar).

Puntos de contacto



¿Qué busca este juego? Promover la atención, la escucha, la integración y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, pandereta o tambor.

Pídeles que caminen individualmente por el espacio. A la señal del tambor o la pandereta se detienen y se juntan en parejas con la persona que tengan más próxima; ahora caminan juntos/as, unidos/as por puntos de contacto. Cuando lo indiques se juntan con otra pareja y conforman grupos de cuatro, luego de ocho, 12, 24, hasta que finalmente todo el grupo quede unido por diferentes partes del cuerpo.

Proponemos las siguientes combinaciones:

- oreja-hombro;
- cabeza-espalda;
- brazo-tobillo;
- muñeca-rodilla;
- nariz-mano;
- codo-rodilla;
- pie-panza;
- hombro-cabeza;
- cadera-rodilla;
- espalda-tobillo;
- codo-cadera.

Alimenta tus ideas

Es importante que las “combinaciones” sean posibles y que no generen ningún riesgo o que se presten para algún tipo de abuso o agresión. La mano no deberá ser un punto de contacto; esto, también con la intención de invitarles a que realicen movimientos no cotidianos ni cómodos. Se puede acompañar el juego con una música alegre, ojalá poco conocida.

La manada

¿Qué busca este juego? Promover la coordinación, la escucha, la integración y la coordinación.



¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 6 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, papeles de cuatro o cinco colores (o cualquier objeto que ayude a dividir en grupos) y vendas para tapar los ojos. Instrumento musical.

Reparte los papeles de distintos colores a todas/os las/os integrantes del grupo. Pídeles que se reúnan en grupos de acuerdo con el color que les tocó e inventen un sonido que les identifique como manada. Puede ser un sonido de un animal o cualquier onomatopeya. Luego se presentan ante las otras manadas con su sonido.

Y una vez terminada la presentación, comenzarán a dispersarse por el espacio caminando en distintas direcciones mientras llevas el ritmo con un instrumento. Cuando el sonido se detiene, se reúnen con las/os cuatro o cinco compañeras/os más próximas/os y conversan un momento a partir de preguntas que propongas para introducir el tema de la clase, situaciones en el aula, etc. Por último, véndales los ojos a todas/os y tendrán que caminar por el espacio emitiendo el sonido de su manada para identificarse y reencontrarse con los/las demás miembros. Es importante que le indiques al grupo que no busquen bruscamente con las manos y que no haya objetos con los que se puedan tropezar.

Pelota imaginaria

¿**Qué busca este juego?** Promover la coordinación, la escucha, la integración y la coordinación.

¿**Cuánto tiempo lleva?** 10-15 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 5 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y tranquilo.



En círculo, presenta una pelota imaginaria, con un cierto tamaño y cierto peso. Las/os participantes, con el uso de su imaginación, pueden verla y reconocer sus características. Quien lanza la pelota dice a la compañera o compañero algo: una virtud, un talento o un potencial, o algo sobre lo que se quiera trabajar en esa jornada. Quien recibe le responde y luego se la lanza a otro/a. Y así sucesivamente hasta que la pelota imaginaria regrese a ti. Debe regresar con el mismo tamaño y peso. Este juego puede servir para trabajar un contenido en clase o para evaluar.

El tren loco



¿Qué busca este juego? Promover la coordinación, la escucha y la integración.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Pídeles a los/as participantes que formen grupos de 10 integrantes y que se ubiquen en fila. Cada tren tendrá una cabeza de fila que puede ir variando a tu orden. El tren iniciará su travesía a la señal y algunos de sus desplazamientos pueden ser:

- en punta de pies;
- apoyados en la cara externa del pie;
- apoyados en la cara interna del pie;
- en cuatro patas;
- jorobado;
- de lado;
- reproduciendo sonidos;
- triste;
- rápido;
- con un pie;
- apoyados en los talones;
- saltando;
- en cuclillas;
- sobre arena caliente;
- por un túnel;
- hacia atrás;
- cantando;
- creando sonidos;
- entre agua.

Viajando por distintos lugares

¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, la escucha y la atención.



¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 5 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Invítalos a que caminen libremente por el espacio y a la palabra “bosque” el grupo se comporta como si estuviera en un bosque. Siguen caminando por el espacio. Di “iglesia” y el grupo se debe comportar como si estuviera en una iglesia. Luego, puede ser la cima de la montaña, un túnel, la luna, el fondo del mar, un safari en África, etc.

Alimenta tus ideas

Te sugerimos que al principio hagan el ejercicio individualmente desplazándose por todo el espacio, enfatizando en la forma como se camina en esos lugares. Con cada nuevo lugar puedes pedirles que agreguen sonidos y que empiecen a interactuar; y, finalmente, que por parejas o pequeños grupos improvisen cortas escenas.

Muévete del lugar

¿Qué busca este juego? Promover la conciencia corporal, la imaginación, la coordinación y la atención.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, pandereta o tambor.

Divide el grupo en tres subgrupos: A, B y C. Pídeles que se dispersen en el espacio, se detengan y ubiquen un punto cualquiera de la sala, distante al menos dos metros del lugar donde cada uno/a está detenido/a. Apoyado/a por la pandereta o el tambor, dile a cada integrante que se desplace al lugar elegido en línea recta, sin detenerse ni chocar con los/as demás.



Debes ir alternando instrucciones, arbitrariamente, para el subgrupo A, B y C. Te recomendamos que los cambios sean ágiles para mantener el dinamismo y acompañar los cambios con el sonido de uno de los instrumentos musicales mencionados.

Puedes pedirles que se desplacen al punto que han elegido:

- de espaldas;
- con pasos gigantes;
- de rodillas;
- a saltos;
- conducido/a por la cabeza;
- conducido/a por la cadera;
- con tristeza;
- con frío;
- con pasos diminutos;
- realizando círculos;
- girando;
- con miedo;
- con vergüenza;
- con calor.



¿Cómo nos fue? Preguntas guías para evaluar

Es muy importante proponer un momento para contar cuáles fueron las sensaciones con los ejercicios, cómo se sintieron, si se logró el propósito, si hay algo que no está saliendo bien y está generando un efecto contrario al que se buscaba. Reflexionar sobre estos elementos nos permite fortalecer nuestra práctica educativa.

- ¿Recibiste propuestas de los/as estudiantes durante los ejercicios?
- ¿Fomentaste el cuidado entre quienes participaron?
- ¿Lograste transmitir el ejercicio claramente con tu ejemplo?
- ¿Lograron escucharse y coordinar los movimientos?
- ¿Pudieron encontrar gradualmente el silencio?
- ¿Realizaron movimientos que les permitieran salir de la comodidad?
- ¿Respetaron el espacio de cada cual?
- ¿Se despertó la creatividad?
- ¿La atención se mantuvo hasta el final?
- ¿Se mostraron motivados con el juego?
- ¿Hicieron algunas variaciones a las propuestas?
- ¿Cómo valoras la participación del grupo?
- ¿Cómo te sentiste liderando las actividades?



o canto porque me gusta, pero yo no sé cantar, pero a mí no me asusta quien me va a calificar. Esto aquí yo lo aprendí, no temerle al escenario. Por eso yo canto aquí, no importa los comentarios .





Al hacer ese recorrido por mi cuerpo evoqué recuerdos de mi niñez. Sentí el afecto que me daba mi madre. Hacía tanto tiempo no recordaba mis amigos de primaria; eran dos sensaciones diferentes cada vez que se nombraba una parte de mi cuerpo sentir un peso o cosquilleo y recordar alguna situación de mi infancia. Sentirse acompañado te da seguridad.

Los órganos de los sentidos son el reflejo de la existencia del ser.

En la vida hay tantas liebres que a veces hay que ser tortuga.





CS *C*uando inicié el día tenía mareo y tenía un cuerpo enfermo. Ahora me encuentro muy liviana. Me encuentro acompañada CS.



JUEGOS PARA DESPERTAR LA
IMAGINACIÓN Y LA CREATIVIDAD

JUEGOS PARA DESPERTAR LA IMAGINACIÓN Y LA CREATIVIDAD

Este tipo de juegos posibilitan el desarrollo de los sentidos y la sensibilidad al incrementar la percepción sobre sí, sobre las demás personas, sobre el espacio y sobre los objetos del entorno. Buscan que quien participa se encuentre con su propio cuerpo y con el de los/las demás de formas “extracotidianas” y creativas, de tal suerte que trasciendan las barreras del miedo, los prejuicios y otros condicionamientos.

Pueden usarse para introducir un tema de la clase y son de gran utilidad para que los/as estudiantes se motiven a desarrollar su creatividad. Por lo tanto, bajo las consignas “no hay errores, solo aprendizajes” y “lo importante es cuidarse y cuidar al otro y a la otra”, estos juegos invitan al disfrute y a la libertad, elementos fundamentales para construir un ambiente de confianza y motivación dentro y fuera del aula de clase.

ALGUNAS PISTAS PARA TENER EN CUENTA...



Para los juegos que despiertan los sentidos, es importante que el grupo se disponga en el silencio, la respiración y la escucha. Por lo tanto, requieren un tiempo de preparación y unas condiciones adecuadas que les permitan a los/las participantes conectarse consigo mismos/as y su entorno, en un ritmo que no es el cotidiano.



Para incentivar la creatividad y la imaginación es fundamental que juegues con el grupo para dar ejemplo y que les permitas a tus estudiantes jugar con libertad, sin que esto impida el cumplimiento de normas de autocuidado, respeto y convivencia.



Para la selección y preparación de este tipo de juegos, debes tomarte el tiempo para seleccionar todos los materiales que necesitas y darles prioridad a aquellos que estén a disposición y que no “saturen” el espacio.

Historias sonoras



¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, la creatividad y la comunicación.

¿Cuánto tiempo lleva? 30-40 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, sillas o colchonetas y material reciclado (plástico, cartón, vidrio y latas), música relajante, papeles, marcadores, lápices, tarjetas marcadas con lugares (selva, mercado, calle principal).

Invítalos a que formen un círculo, a que cierren los ojos y pongan atención en su respiración. Con algunos grupos, por su edad, esto puede ser difícil. Acude a una música suave, relajante, o a una visualización en la que con voz suave y clara les pidas que cierren los ojos y viajen primero dentro de sí mismos/as escuchando el sonido de su corazón, por ejemplo. Cuando el grupo haya logrado encontrar un cierto silencio y tranquilidad, deberán registrar todos los sonidos que lleguen a sus oídos e interpretar posibles historias que estos cuentan. Luego de un rato, pídeles que abran muy despacio los ojos y que escriban, dibujen o cuenten lo que escucharon.

Luego divide el grupo en subgrupos y entrégales un papel (sin que los otros grupos se den cuenta) con un lugar en el que sean muy claros los sonidos.

Por ejemplo, una plaza de mercado, el río, la selva, la calle principal de un pueblo, una iglesia, un colegio, etc. A cada subgrupo entrégale una selección de material reciclado que tenga distintas sonoridades (plástico, cartón, vidrio, latas). Cada subgrupo debe crear una historia sonora en el lugar que le fue asignado y utilizando los materiales y la voz, no las palabras.

Después de 10 o 15 minutos, cada subgrupo cuenta su historia sonora, mientras el resto escucha con los ojos cerrados. Al final de cada historia el grupo intenta adivinar de qué lugar se trata y cuál era la situación.

Alimenta tus ideas

Al final es importante abrir un espacio para hacer una retroalimentación sobre cómo estuvo la comunicación.

Juego de los oficios

¿Qué busca este juego? Promover la percepción, la integración y la imaginación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 3-10 años.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, y trapos o vendas para taparse los ojos.



Pídeles a los/as niños/as que se organicen en subgrupos de cinco o seis. Un/a niño/a de cada grupo piensa en un oficio o trabajo y lo expresa con gestos delante de sus compañeros/as, quienes deben adivinar.

Puedes sustituir los oficios por deportes, personajes de dibujos animados o de cuentos conocidos, animales, acciones, verbos, etc.

Se busca a...



¿Qué busca este juego? Promover la percepción, la integración y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, y trapos o vendas para taparse los ojos.

Dispón el grupo en círculo y entrégale a cada integrante un pañuelo o pedazo de tela de 50 por 50 cm. Los/las participantes se vendan los ojos. Pídeles que busquen una pareja y que se toquen las manos (solamente las manos) y que perciban con el tacto y el olfato cualquier detalle significativo. Luego pídele al grupo que camine y se disperse por la sala haciendo la mayor cantidad de sonidos para que no se produzcan choques.

Después de unos 20 segundos díles que supriman el sonido y caminen lo más silenciosamente posible. En silencio, cada integrante busca a su pareja hasta encontrarla, intentando que solo tengan contacto a través de las manos. Una vez se han reencontrado, se quitan las vendas y comparten la experiencia.

Alimenta tus ideas

Dependiendo de la edad o del tipo de grupo, este ejercicio puede prestarse para burla o abusos de confianza. Pídeles respirar con conciencia y dispónese a sentir con sus manos las manos de sus compañeros/as. Si se llega a presentar un inconveniente, te recomendamos parar la actividad y conversar sobre lo sucedido, e inmediatamente realizar otro ejercicio de sensopercepción. Como un desafío personal y grupal, en otro encuentro pueden intentar el juego de nuevo, no sin antes animarlos a que lo practiquen con cuidado, silencio y concentración.

¿Cómo lo digo?



¿Qué busca este juego? Promover la imaginación, la integración y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7-16 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo

Siéntate con el grupo en círculo. Haz un trabajo de voz a partir de un refrán conocido y fácil de memorizar para acentuar entonaciones y matices claramente diferentes. En forma individual o grupal los/as estudiantes repetirán el refrán:

- susurrando;
- disgustados/as;
- con voz de ultratumba;
- asustados/as;
- tristes.
- como declaración de amor;
- tosiendo;
- muy rápido;
- exaltados/as;

Los siguientes siete juegos, que se proponen con ojos cerrados para despertar los otros sentidos, el cuidado y la percepción, son similares. Te recomendamos que no los realicen en una misma sesión.

Despertando los sentidos

¿Qué busca este juego? Despertar la percepción desde los sentidos y la imaginación.



¿Cuánto tiempo lleva? 20-30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, trapos o vendas para taparse los ojos, colchonetas (opcional), objetos de distintas texturas y tamaños, alimentos de distintos sabores y olores, papel y lápiz.

El grupo se dispone en círculo, con los ojos cerrados. Invítales a conectarse con su respiración, a alejar los pensamientos cotidianos, dejar de lado todo aquello que se interponga ante el disfrute del aquí y ahora.

Visualización inicial. Recostados/as sobre el piso hacen un recorrido imaginario por todo su cuerpo, comenzando por la punta de los pies y hasta la coronilla. Un recorrido consciente en el que cada uno/a pueda reconocer e identificar cómo se encuentra su cuerpo y cómo es su relación con cada parte de este. Una vez finalizado, díles que se sienten.

Círculo de los sentidos. Con ayuda de alguien (asistente) comienza a hacer circular distintos estímulos para despertar los sentidos: romero, anís, orégano, naranja o limón, chocolatinas, ruda, tierra, piedras, telas, lija, semillas, etc. Cada una/o escribirá de manera creativa (dibujo, cuento, poesía, canción) lo que sintió, lo que le sugirieron los estímulos, las imágenes que le despertaron y los recuerdos que llegaron.

Alimenta tus ideas

Si no pueden jugar acostados/as, que se sienten en círculos. Comienza con visualizaciones, cuentos o recorridos corporales que les permitan concentrarse, conectarse con ellos, con la actividad. Cada objeto debe entregarse con detenimiento y no se deben proponer objetos ni sustancias que vayan a ingerir. Así mismo, es bueno que propongas canciones que comúnmente no escuchan o sonidos novedosos que no se esperen; para esto inventa instrumentos con botellas, llaves, tubos, semillas, etc. También pueden estar al aire libre: aprovecha los sonidos del ambiente para que imaginen diferentes niveles o círculos.

Uno/a para todos/as

¿Qué busca este juego? Despertar la escucha, la imaginación y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y trapos o vendas para taparse los ojos.

Pídeles que caminen por el espacio en diferentes direcciones. A tu señal quedan congelados. Uno/a de los/as estudiantes retoma la caminata e inmediatamente los/as demás le siguen. Al detenerse otro/a, todos/as deben hacer *stop*. Y así sucesivamente todo el grupo va deteniendo y reanudando la marcha.



El radar |

¿Qué busca este juego? Despertar la escucha, la imaginación, la confianza y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y trapos o vendas para taparse los ojos.



Invita al grupo a dispersarse en el salón mirando hacia el mismo lado. Son radares. Mientras tanto, otras/os dos o tres compañeras/os se ubican frente al grupo con los ojos vendados. El propósito es que crucen todo el salón y que los radares les cuiden y en el camino no se choquen. Para esto emiten sonidos cuando las/os compañeras/os se acerquen demasiado y corran el riesgo de estrellarse. Las/os que están más próximas/os a la salida emiten sonidos suaves y agudos, mientras que las/os que se encuentran más alejadas/os de la salida emiten sonidos continuos y graves.

El punto ciego

¿Qué busca este juego? Despertar la escucha, la percepción, la confianza y la coordinación.



¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Invita al grupo a que camine por el espacio. Después de realizar la caminata individualmente y de haber tomado conciencia del propio cuerpo y del espacio, dales la consigna para que se detengan. Cada uno/a elige un punto en el espacio lo más distante que se pueda, cierra los ojos y se dirige a aquel lentamente. Cuando crea que ha llegado a su destino, abre los ojos. Pregúntales si han estado cerca del punto al que debían llegar. Es importante hacerlo en silencio y con cuidado.

A ojo cerrado

¿**Qué busca este juego?** Despertar la percepción, la confianza y la imaginación.

¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 12 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y trapos o vendas para taparse los ojos (opcional).



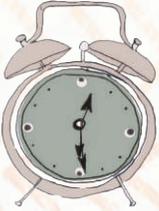
Pídele al grupo que se divida en parejas (A y B) para trabajar en forma simultánea. A será el guía (o lazarillo) y B el ciego. Para simular su ceguera no utilizará pañuelo, deberá obligarse a mantener los ojos cerrados. A deberá hacer pasar a B por al menos cinco tipos de estímulos, que comunicará a su compañero/a a medida que realice su travesía. Luego de máximo cinco minutos, pídeles a las parejas que se intercambien los roles y repitan el ejercicio procurando no repetir los estímulos. Pueden pasar por:

- un túnel;
- suelo resbaladizo;
- escaleras;
- suelo pegajoso;
- un laberinto;
- la selva;
- terreno disperejo.



“A” Al principio sentí miedo, fui tocando las manos de mi compañero, fui sintiendo como si él fuera una persona de mi familia y cuando lo encontré nuevamente sentí mucha alegría “”.

Reconociéndonos con ojos cerrados



¿Qué busca este juego? Despertar la percepción, la confianza y la integración.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Invita al grupo a que se divida en dos: A y B. La fila A frente a la fila B, de tal manera que cada quien tenga una pareja al frente. La premisa de este ejercicio es el silencio, el respeto y la concentración. En un primer momento se encuentran con la mirada para reconocer quién es el/la otro/a que está en frente, de qué color son sus ojos, cómo es el color de su piel, su pelo, sus facciones. Luego cierran los ojos y de a uno/a por vez hacen un recorrido de reconocimiento del/la compañero/a con sus manos comenzando por los dedos de las manos, las manos, subiendo por las muñecas, los brazos y terminando en el rostro (nariz, mentón, orejas, frente). Es importante registrar los detalles de este recorrido: texturas, temperatura, anillos, uñas, etc.

Cuando todos hayan finalizado, pídeles que sin abrir los ojos se despidan de su compañera/o y caminen por el espacio conscientemente, sintiendo en cada paso el apoyo de los pies, la flexión de las rodillas, las tensiones del cuerpo. Imaginarán que están caminando dentro de un frasco de miel, sentirán su

dulzura y realizarán movimientos lentos y suaves; después lograrán salir del frasco y sentirán la diferencia, el movimiento será más fluido, aunque igual de profundo y consciente.

Lentamente, indícales que están próximos a encontrarse con los/as demás, tómalos de la mano y guíalos hasta que la mitad del grupo forme una hilera. Comenzando por uno de los extremos de la hilera, las/os compañeras/os de la otra mitad del grupo, de manera organizada, comenzarán a recorrer las manos de todas/os con el objetivo de encontrar a su compañera/o inicial. Cuando lo reconoce, se abrazan y salen de la hilera.

Alimenta tus ideas

Debes generar confianza en el grupo, ya que todos/as están con los ojos vendados. Debes acompañar la última instancia del juego muy atentamente y, ojalá, con la compañía de un/a asistente.

Bosque de sonidos

¿**Qué busca este juego?** Despertar la percepción, la confianza y la integración.

¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 12 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y tranquilo, y trapos o vendas para taparse los ojos (opcional).



Este juego y el siguiente son similares; por lo tanto, te sugerimos no realizarlos en una sola sesión.

Pídele al grupo que se divida en parejas: uno/a será el ciego, el otro/a el lazarillo. Este último emite sonidos de un animal, mientras su pareja escucha con atención. Entonces, los ciegos cierran los ojos (o se los vendan) y los lazarillos, al mismo tiempo, comienzan a emitir sus sonidos, que deben ser seguidos por los ciegos. Cuando el lazarillo deja de emitir sonidos, el ciego se detiene. El lazarillo es responsable de la seguridad del/la compañero/a (ciego) y debe dejar de emitir sonidos si el ciego está a punto de tropezar con otro o golpearse con algún objeto.

El lazarillo cambiará constantemente de posición. Si el ciego hace bien su papel, si sigue los sonidos con facilidad, el guía debe mantenerse lo más distante posible, con la voz casi inaudible. El ciego debe concentrarse solamente en su sonido, aunque a su lado haya muchos otros. El ejercicio tiene como objetivo despertar y estimular la función selectiva del oído y la confianza entre compañeros/as.

Alimenta tus ideas

Cuando se limita uno de los sentidos, aumenta la sensibilidad que tenemos en los otros. Los ejercicios para disfrutar de los sentidos generan ideas, desatan emociones, posibilitan nuevas experiencias.

Te recomendamos leer con los/las estudiantes un libro álbum, corto, llamado ***El libro negro de los colores***, de Menena Cottin y Rosana Faría (Editorial Tecolote). Consúltalo en una biblioteca cercana o en internet. En YouTube hay un video con música para narrarlo.

El viaje imaginario

¿Qué busca este juego? Despertar la percepción, la escucha, la imaginación y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y trapos o vendas para taparse los ojos (opcional).



Pídele al grupo que se distribuyan en parejas. Uno/a será el ciego y el otro/a el lazarillo. El lazarillo debe llevar al ciego a través de una serie de obstáculos reales o imaginarios, como si los dos estuvieran en un bosque, en un supermercado, en la luna, en el desierto o en otro escenario real o imaginario que el lazarillo tenga en mente. Está prohibido hablar. Toda la información debe transmitirse a través del contacto físico y de los sonidos. Siempre que sea posible, el lazarillo debe hacer los mismos movimientos que el ciego al imaginar su propia historia.

El lazarillo puede usar contacto físico, la respiración o sonidos como forma de guiar. Después de unos minutos, el ejercicio acaba y el ciego relata al lazarillo en qué parte de la sala cree que han estado, por dónde ha sido el viaje imaginario. Se cambian los roles. Al final comparten en plenaria las historias de unos/as y de otros/as.

Es muy importante recordar que el viaje debe ser placentero. Y que quien está siendo guiado/a debe sentirse confiado/a y seguro/a.

Percepción por pareja |



¿Qué busca este juego? Despertar la percepción, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Pídele al grupo que se distribuyan en parejas y que se pongan de pie frente a frente, a una distancia de tres metros. Se observan detalladamente desde la cabeza hasta los pies. Se sientan espalda con espalda en el piso y se preguntan uno/a al/a la otro/a: ¿de qué color son mis ojos?, ¿de qué color tengo los zapatos?, ¿tengo aretes?, ¿cómo son?, ¿cómo son los lóbulos de mis orejas?, ¿tengo lunares en la cara? Dale un minuto y que repitan el juego.

Alimenta tus ideas

Una variación del juego es ubicar el grupo en dos filas. Unos/as frente a otros/as. La fila A se sienta en una posición y la guarda (estatua). Los/las de la fila B observan en detalle. A tu señal, los/las de la fila B imitan la misma posición de su pareja, quien, a su vez, observa las semejanzas y diferencias. Compartan las impresiones y cambien de rol.

Observar los detalles en el grupo o en el compañero/a nos ayuda a ser más sensibles y atentos/as frente al otro/a. Invita a tus estudiantes a que se pregunten cada vez que falta un compañero/a a clase y a que sean solidarios/as cuando alguna persona no tenga un buen día; así se fortalecen vínculos de cuidado en la escuela.

El regalo imaginario

¿Qué busca este juego? Despertar la percepción, la imaginación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y sillas.



Organiza el grupo en parejas. Estas se distribuirán libremente en el espacio; A y B se sentarán cómodamente uno/a frente al/ a la/otro/a. Pídeles que se mantengan en silencio y atentos/as a las instrucciones. A hará aparecer en sus manos un regalo imaginario, envuelto con papel y cinta. Pídele a cada integrante B que imagine recibir un regalo. A deberá mostrar su peso, forma y tamaño, abrirlo y explicar para qué sirve, hasta que B lo reconozca, lo reciba y lo nombre. Luego B le da un regalo a A.

Recomiéndales que el regalo sea una sorpresa agradable, que su compañero/a realmente quede agradecido/a.

Exploración de objetos con ojos cerrados

¿Qué busca este juego? Despertar la percepción, la imaginación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, objetos diversos (no muy grandes, diferentes unos de otros, no tan fáciles de identificar con el tacto) y una sábana o tela grande que los cubra.

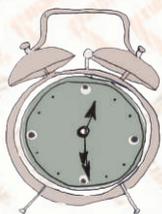


En el centro del salón disponen una serie de objetos cubiertos por una tela. Los objetos deben ser de diferentes tamaños, formas y texturas. Unos más conocidos que otros. Dile al grupo que se sienten alrededor de la tela y que se vayan acercando por grupos, arrastrándose por el piso boca abajo, con los ojos cerrados, tocando todos los objetos.

Cuando cada quien considere que ya los tiene identificados, hace el listado de los objetos intentando describirlos en detalle. Eligen uno de los objetos y escriben una historia donde el objeto resulte crucial, aunque no lo nombran.

El ejercicio puede terminar con la lectura en voz alta de alguno de los escritos o armando en grupos una historia teniendo en cuenta lo que escribieron para luego representarla.

Transformación de objetos



¿Qué busca este juego? Despertar la creatividad, la exploración y la expresión.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, objetos (ver distintas opciones abajo) y música relajante (opcional).

Este tipo de ejercicios, donde sea que se realicen, anima a los/las participantes a jugar con cualquier material y les enseña que cualquier objeto puede transformarse en material de juego. La invitación inicial es a que exploren todas las posibilidades de transformación de los objetos. Debes seleccionar con antelación los objetos que llevarás a la sesión, de acuerdo con las posibilidades, el tamaño del espacio y lo que quieras trabajar. Pueden trabajar en un encuentro con un tipo de objetos y en el siguiente con otros. A continuación te dejamos algunas propuestas:

- **Con telas.** Una sábana, un mantel, un trapo de la cocina, una toalla, servilletas. Por ejemplo, una toalla puede ser un sombrero, un turbante, un guante de boxeo. Una sábana puede ser las nubes, las olas del mar, una montaña, la lava de un volcán en erupción.
- **Mesas, sillas, almohadas, libros, pelotas.** Por ejemplo, la mesa es un atril, una mesa de comedor, un barco, una bañera, una trinchera. ¿Qué juegos se pueden hacer con mesas? Una competencia de barcos, jugar al mercado, etc.
- **Con muebles u objetos más "complejos".** Por ejemplo, una mesa para planchar, una silla plegable o cualquier material de la tierra (piedra, hojas, semillas, etc.). Un objeto más "complejo", como una maleta. Primero la usan como lo hace un estudiante o un empleado normalmente (crean escenas). Juegan libremente. El maletín es ligero. Luego pesa toneladas. Luego es un pájaro y vuela. Cae al piso. Es un perro que no

quiere hacer caso. De repente hay un peligro dentro de este maletín. El maletín es una bomba, que se debe abrir cuidadosamente y aparece una naranja o una pelota. Siguen jugando de forma creativa. Puedes dejar una tarea: que para el próximo encuentro se inventen algo con ese maletín para presentarlo al grupo.

- **Metamorfosis.** Transforman objetos mientras llevan a cabo actividades: una regla se convierte en una batuta de un director de orquesta, en un bastón de ciego, etc. Utilicen objetos que se puedan convertir, como una cuerda o un trozo de madera.

- **Combinar objetos con experiencias vividas.** .Crear pequeñas escenas. Con una muñeca y una manzana, por ejemplo, pueden construir una historia de un conflicto con la hermana, un castigo injusto, una manzana robada, una gran mentira, remordimiento.

- **Usar objetos como instrumentos musicales.** Con piedras, palos de madera, vidrios, metal, papel periódico, zapatos, tubos, cucharas, regaderas, peinillas, etc. Con estos objetos pueden soplar, pueden moverlos, percutirlos, rasgarlos... Pueden hacer ritmos con piedras, maderas, pedazos de metal para acompañar escenas.

- **Crear relaciones jugando con materiales.** Por ejemplo, todos/a los/as jugadores/as llevan diferentes tipos de bolsos, maletines, mochilas, bolsas de hacer compras, entre otros. Todos se relacionan con los obje-

tos de manera muy cuidadosa. O, por el contrario, con rabia, con miedo, con inseguridad. Los participantes tienen las mismas pañoletas o las llevan puestas de forma idéntica. O gorras de papel, de lana, o medias del mismo color, los mismos zapatos.

• **Transformación libre.** Pídele al grupo que forme un círculo. Luego dejarán en el suelo y al mediodía del círculo un conjunto de objetos. Cada participante escogerá uno, se dispersarán libremente por la sala para ocupar todo el espacio y cada uno propondrá un mínimo de tres alternativas para transformar el uso cotidiano de dicho objeto. Puedes proponer:

- un sombrero;
- una botella;
- una bufanda;
- un cepillo de dientes;
- un paño de cocina;
- una corbata;
- una caja de pastillas;
- un lápiz;
- un paraguas;
- un collar;
- un paño de sacudir;
- un barniz de uñas;
- un delantal;
- una peinilla.

La silla

¿Qué busca este juego? Despertar la creatividad, la conciencia corporal y del espacio, la exploración y la imaginación.



¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Sillas (preferiblemente) o pupitres (una por estudiante).

Pídele a cada participante que tome una silla o pupitre. Si no hay suficientes, el ejercicio se puede realizar en grupos de 10 personas, mientras los/as otros/as observan. Explícales que utilizarán la silla como objeto-real y que deberán buscarle mínimo cinco usos (fijos o móviles). Luego utilizarán la silla como objeto-transformación y deberán buscarle mínimo cinco usos como si no fuera silla (fijos o móviles).

Como objeto - real pueden:

- sentarse correctamente;
- pararse en ella;
- levantarla con los dos brazos;
- sentarse con el respaldo hacia adelante.

Como objeto - transformación pueden usarla como:

- carro de supermercado;
- coche de bebé;
- techo;
- carga;
- refugio;
- silla de ruedas;
- reclinatorio;
- escritorio;
- caballo;
- carro.



Con el teatro en acción
todos pueden participar. Dando
así la oportunidad de ampliar la
imaginación ⁸³.



Envejecemos porque dejamos de jugar ⁸⁴.





odos sabemos que estrategias de aprendizaje hay muchas. Está el mapa conceptual, está el cuadro sinóptico, una cantidad de estrategias de aprendizaje. Además de llamarse estrategias de aprendizaje, se llaman herramientas. Pero esta cuestión del teatro es una forma vivencial donde el estudiante inclusive se cuida a él mismo (...) Entonces, cuando el estudiante tiene esa vivencia es capaz, de forma intensa, de apoderarse más de los conceptos. Se apropia de los conceptos de manera vivencial ⁸⁵.



Espejos

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.



Pídele al grupo que se divida en dos filas, A y B, frente a frente. Los/las de la fila A empiezan a moverse mirando a sus compañeros/as del frente como si fueran su espejo, despacio, de tal forma que los/las de la fila B puedan moverse como si fueran su imagen. Luego de un tiempo, cambian de rol.

Te proponemos esta variante:

El espejo es opuesto. Si A se muestra alto, el otro le imita bajo. O rápido y lento. Saltar arriba/hacerse chiquito. Ser cariñoso/ser agresivo. Estar de pie alerta/estar relajado, etc.

Figuras con cuerpos



¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y música alegre o movida.

Primera parte

Dinámica de creación de subgrupos por “coincidencias”. Ponles música movida para que bailen libremente en el espacio de manera individual. Cuando la música se detenga, pídeles que se junten por coincidencias o semejanzas: corte de pelo, número de calzado, mes de nacimiento, comida favorita, estatura, equipo de fútbol, primera letra del nombre, color favorito, etc.

Divididas/os en subgrupos, tendrán que realizar, en el menor tiempo posible (cinco segundos), figuras utilizando solo sus cuerpos. Una vez lograda la figura, a la señal de *stop* todos los grupos se quedan “congelados” y sin modificar sus posturas observan el recorrido que haces por todos los trabajos. Es importante recordar que el factor tiempo reducido favorece la comunicación no verbal, la inmediatez en las respuestas, el goce, el contacto y la interacción, y evita el debate, el diálogo y el pensa-

miento condicionante. Posibles figuras, entre muchas otras: barco, tenis, avión, casa, colegio, flor, carta de amor, bicicleta, etc.

Alimenta tus ideas

- Representación de imágenes o paisajes. Fondo del río, animales en la selva, viaje a la luna, verano, barco pirata, mercado campesino, etc.
- Que las/os participantes se desenvuelvan libremente en una improvisación regida solo por las propuestas que surgen del colectivo.
- Partiendo de la última imagen que realizaron los grupos, pídeles que hagan una improvisación libre en la que la única información previa sea “el mercado”, como punto de partida. No debes intervenir en el desarrollo de la improvisación más que como espectador/a. Este juego es una posibilidad para observar el funcionamiento del grupo y las individualidades.

Secuencias de acciones cotidianas

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la atención y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.



Pídele al grupo que se divida. A cada subgrupo asígnale una situación cotidiana. Por ejemplo, levantarse e irse al trabajo, la llegada al lugar de trabajo, la salida de noche a bailar, etc. Cada subgrupo improvisa una secuencia de acciones de la situación que le fue asignada. Se ubican en una fila, uno/a al lado del otro. Los otros subgrupos observan. La primera persona de la fila comienza con su acción (en silencio, solo con gestos y de forma clara). Cuando termina se congela y quien está a su lado continúa con la acción, formando así una secuencia. Dales, de vez en cuando, la indicación a quienes observan de cerrar los ojos. Los que están realizando la secuencia de acciones continúan. Pídeles que vuelvan a abrir los ojos. Al final, quienes observan deben describir la secuencia de las acciones, incluyendo las que no vieron y deben “completar” con la imaginación. Luego se cambian los roles. Quienes realizaron las acciones observan y viceversa.

Escultores y esculturas

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.



Pídeles que se agrupen por parejas, uno hace de escultor y otro de “barro”. El/la que esculpe crea una imagen con su compañero/a, quien se deja moldear. Cuando las esculturas están terminadas, se abre la “exposición” y el resto del grupo observa, interpreta la imagen que ve y le pone un nombre. Intercalen los papeles.

Alimenta tus ideas

El ejercicio puede repetirse con diferentes imágenes (sensaciones, sentimientos o situaciones) que los/las estudiantes propongan en torno a la convivencia. También puedes proponerles juntar esculturas y trabajar por equipos para jugar con las imágenes de momentos cotidianos en el aula, conversaciones, abrazos, momentos de celebración o felicidad colectiva.

Foto-historias



¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha y la coordinación.

¿Cuánto tiempo lleva? 10-15 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo, fotografías.

Dale a cada subgrupo una fotografía para que la reproduzcan lo más fielmente posible. La mostrarán al grupo sin socializar la imagen de origen. Posteriormente pídeles que compongan dos fotos (A y C) más para construir una historia.

A. Representa los sucesos anteriores a la foto que reprodujeron, las causas, los antecedentes, las situaciones previas, el origen de la imagen.

B. Es la foto que tienen.

C. Representa las consecuencias o el posible resultado de la situación. Pídele a cada subgrupo que muestre las tres fotos en orden cronológico. Las/os demás observarán detenidamente intentando interpretar la historia que cuentan las imágenes.

Intercambia las historias y pídele a cada subgrupo que de acuerdo con lo que han interpretado de la secuencia que les tocó la representen.

Alimenta tus ideas

El ejercicio puede variar: pídeles a los/las participantes que se dividan en subgrupos de cinco a siete integrantes. Explica que cada subgrupo debe crear, solo con su cuerpo, una secuencia de mínimo 10 fotos que narre una anécdota o situación reconocible. La secuencia debe tener presentación, conflicto y desenlace. Luego dales de cinco a 10 minutos para preparar el ejercicio. Después cada subgrupo mostrará sus fotos, mientras los/as demás participantes observan. Finalmente, todos/as comentarán los ejercicios.

La máquina de ritmos

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha y la coordinación.



¿Cuánto tiempo lleva? 30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Solicítale al grupo que se disponga en un círculo y explica que entre todos/as, con sus cuerpos y sus voces, crearán distintas máquinas que no existan en la realidad. Puedes preguntarle al grupo qué deben tener las máquinas con ejemplos concretos. Un/a participante se dirige al centro e imagina que es la pieza del engranaje de una máquina. Realiza un movimiento rítmico con su cuerpo y le agrega el sonido que esa pieza produce. Los/as demás prestan atención a lo que hizo el/la compañero/a. Se suma otro/a participante y con su cuerpo añade una nueva pieza al engranaje con otro movimiento y otro sonido que sean complementarios al anterior. Luego se suma un/a tercero/a, un/a cuarto/a, y así hasta que todo el grupo quede integrado en una misma máquina. Indícales que lentamente disminuyan el ritmo hasta que todos/as juntos/as terminen el ejercicio.

Alimenta tus ideas

Puede haber máquinas con temas, como el compañerismo, la armonía, la violencia, el trabajo en equipo, los sueños. O por lugares o espacios: la máquina que representa a su salón de clase, a su municipio, a su departamento, a su país, a sus familias, etc.

Estatuas de personajes

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha y la integración.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 5 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y un tambor o pandereta.



Invita al grupo a que camine por el espacio respondiendo corporalmente a tus indicaciones. Es una caminata activa, de toma de conciencia del estado en el que se encuentra el cuerpo. Caminan en diferentes direcciones evitando el círculo, la mirada se dirige al horizonte, la columna está erguida, registran la presencia de las/os demás saludando con la mirada a quien se cruzan. Cuando hagas un sonido con la pandereta detendrán la caminata y realizarán la estatua de un personaje propuesto por ti: mico, prócer, bailarina, boxeador, barequero/a, político, profesor/a, etc.

¿Cómo nos fue? Preguntas guías para evaluar



Describe algunas actitudes de los/as estudiantes frente a los ejercicios.

- 💡 ¿Lograron aquietarse y permitirse estar en silencio consigo mismos/as?
- 💡 ¿Disfrutaron la exploración de olores y texturas?
- 💡 ¿Hubo un ambiente de confianza y tranquilidad?
- 💡 ¿El grupo se permitió crear con libertad y sin miedo al ridículo?
- 💡 ¿Se evitó el uso de la fuerza, la violencia y la competencia?
- 💡 ¿Se observan cambios en la dinámica del grupo luego de la experiencia?
- 💡 ¿Qué sentimientos y sensaciones les atravesaron?



De forma sencilla se puede aprender y no se aburre uno, no se cansa, y que no es esa forma tradicional de que copien, de que la teoría. Ha sido fabuloso y también nosotros de eso llevamos a allá para darles a nuestros estudiantes.

Una clase en la que puedan participar todos. Y que todos se sientan importantes.





JUEGOS DE IMPROVISACIÓN

JUEGOS DE IMPROVISACIÓN

Este tipo de juegos invitan a usar el lenguaje teatral para contar historias, abordar temas de forma creativa, imaginar las posibles soluciones a un problema o simplemente poner en evidencia situaciones que están viviendo los/as estudiantes. Suelen practicarse luego de que se han llevado a cabo algunos juegos de atención, concentración, escucha, sensibilización, imaginación y creatividad. Pueden ser el punto de partida para la creación de obras de teatro en el ámbito escolar y una posibilidad para desarrollar el potencial artístico de los/as estudiantes mientras juegan, se divierten y trabajan en equipo.

ALGUNAS PISTAS PARA TENER EN CUENTA...

- 🌱 Para los juegos de improvisación debes tener a la mano vestuario (ropa usada), material reciclable y distintos objetos de uso cotidiano para la creación de sus escenas.
- 🌱 Como en todos los juegos que proponemos en esta cartilla, al improvisar no hay errores. Nadie gana, nadie pierde. La invitación es a desarrollar la imaginación, la creatividad y a crear colectivamente. Evita, por lo tanto, calificar, premiar o descalificar. En su lugar, invítales a que entre todos/as se reconozcan el esfuerzo y se animen a disfrutar sin juzgar.

Improvisación con sentido



¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la escucha, la empatía, la creatividad y el trabajo en equipo.

¿Cuánto tiempo lleva? 30-40 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, vestuario y objetos (los que estén al alcance).

El objetivo de este juego es que se pongan en los “zapatos” de otras personas para que se vean en el cuerpo del otro, de la otra.

Diles que creen subgrupos. A cada subgrupo puedes proponerle un conjunto de personajes elegidos según el tema sobre el que desean reflexionar. Deben realizar una improvisación determinada por los personajes. Después de definir las situaciones, individualmente le plantean un objetivo a cada personaje.

El sentido de asignar objetivos a los personajes o alguna característica (una vez que hayan sido asignados internamente en los subgrupos) es que en el desarrollo de la improvisación cada uno/a pueda actuar de manera coherente con el cometido que persigue o de acuerdo con las características que representa. Este ejercicio mostrará aspectos sobre cómo es la realidad de los temas abordados y, a su vez, planteará desde la creatividad de los/as hacedores/as otros modos de proceder e intervenir.

Todos los subgrupos presentan su improvisación. Al finalizar cada una indícales que quien lo desee puede hacerle una pregunta a alguno de los personajes. Quien reciba la pregunta responde desde el rol del personaje, no según su propio pensamiento.

Lugares

¿Qué busca este juego? ? Despertar la imaginación, la creatividad y el trabajo en equipo.

¿Cuánto tiempo lleva? 30-40 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, vestuario y objetos (los que estén al alcance).

Pídeles que formen subgrupos de cinco a siete integrantes. A cada uno proponle un lugar determinado sin que el resto del grupo lo sepa y dale entre 10 y 15 minutos para crear una situación que se lleve a cabo en ese lugar. Luego los subgrupos muestran su improvisación mientras los/as demás participantes observan. Al final de cada presentación quienes hicieron de público deben adivinar el lugar donde se encontraban y qué estaba sucediendo. Te recomendamos que los lugares no sean tan conocidos, de tal suerte que exploren otros movimientos, comportamientos y sonoridades.

Algunas propuestas de lugares:

- la luna;
- el fondo del mar;
- marte;
- la selva;
- una fábrica;
- un estadio de fútbol.

El objeto perdido

¿Qué busca este juego? ? Despertar la imaginación, la creatividad y el trabajo en equipo.

¿Cuánto tiempo lleva? 30-40 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, vestuario y objetos (los que estén al alcance).



Pídeles que formen subgrupos de cinco a siete integrantes. Cada uno deberá definir, en secreto, qué objeto perdido orientará su dramatización. Tendrán entre 10 y 15 minutos para preparar el ejercicio. Luego, los subgrupos mostrarán su dramatización mientras los/as demás participantes observan. Finalmente, todos/as comentarán la experiencia, orientados/as por los contenidos expuestos. Los objetos perdidos pueden ser:

- un anillo de compromiso;
- las llaves de la casa;
- el niño más pequeño de la casa;
- un remedio muy importante para la salud.
- un vestido prestado;
- el libro de Matemáticas;
- el extinguidor del colegio;

Creando imágenes con las manos y los cuerpos



¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la creatividad y el trabajo en equipo.

¿Cuánto tiempo lleva? 30-40 min.

¿Para qué edades es apropiado? 7 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, papel periódico, lápiz, cartón, tijeras, pegante, cinta.

Pídeles que formen subgrupos y que cada uno haga una lista de lugares, sitios conocidos y desconocidos de su territorio o de otros, para luego elegir uno y mantenerlo en secreto. Por ejemplo, “la escuela”. Dale a cada subgrupo papel periódico para que construyan el sitio que eligieron lo más bellamente posible. Una vez lo terminen, intercambia los subgrupos, es decir, a cada uno le tocará un lugar o sitio distinto del que construyó. Cada subgrupo tendrá que interpretar de qué lugar se trata e inventar una historia y representarla.

Refranes

¿**Qué busca este juego?** Despertar la imaginación, la creatividad y el trabajo en equipo.



¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 12 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio, vestuario y objetos (los que estén al alcance).

Pídele al grupo que se divida en subgrupos de cinco a 10 integrantes. Aclárales que lo importante es desarrollar la capacidad de improvisación y diles que propongan un refrán orientador. Cada subgrupo deberá definir, en secreto, cómo dramatizarlo. Tendrán entre 10 y 15 minutos para preparar el ejercicio. Luego, mostrarán su dramatización mientras los/as demás participantes observan. Finalmente, todos/as comentarán la experiencia orientados/as por los contenidos expuestos. Algunos de los refranes propuestos pueden ser:

- dime con quién andas y te diré quién eres;
- al que a buen árbol se arrima, buena sombra le cobija;
- más vale solo que mal acompañado;
- no digas de esta agua no beberé;
- pueblo pequeño, infierno grande;
- escoba nueva barre bien;
- el que mucho abarca poco aprieta;
- no hay mal que dure cien años.

Escenas de película

¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la creatividad y el trabajo en equipo.

¿Cuánto tiempo lleva? 20-30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y objetos (los que estén al alcance).



Llama cuatro voluntarios/as a que pasen al frente y creen una escena simple. Por ejemplo, tres personas están sentadas en la mesa comiendo, una cuarta entra, abraza a una persona, una quinta entra y saca del cuarto a la persona que el cuarto abrazó, todos/as corren hacia la puerta y salen del cuarto, la cuarta persona que entró se queda en la mesa comiendo.

Pídeles que hagan la escena y que la dividan en seis y ocho “fotografías”. Mientras esta parte del grupo hace esto, el resto cierra los ojos. Los/las que realizaron la escena presentan una fotografía ante los espectadores, que abren y cierran rápidamente los ojos a tu señal. El subgrupo presenta una segunda escena, los espectadores abren y cierran los ojos con la señal. Y así sucesivamente con todas.

Una vez hecho este primer ejercicio, pide a otro subgrupo que pase al frente y haga lo mismo con una escena sobre su vida cotidiana o sobre un tema

que necesiten trabajar. Acláralas que no todos/as tienen que actuar en la “película”, que también necesitan público.

Teatro imagen |



¿Qué busca este juego? Despertar la imaginación, la creatividad, la reflexión y el trabajo en equipo.

¿Cuánto tiempo lleva? 20-30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Pídeles a los/las integrantes del grupo, como si fueran escultores, que esculpan un grupo de estatuas, es decir, imágenes formadas por los cuerpos y objetos encontrados en el espacio, que revelen visualmente un pensamiento colectivo o una opinión generalizada sobre un tema dado. Uno tras otro, los subgrupos muestran las imágenes creadas. Esa será la imagen “real”.

A medida que van mostrando las imágenes, plantéale a un/a integrante de la imagen o a un/a observador/a cómo resolvería esa situación. Este deberá proponer un cambio para la imagen primera. Invítales también a que monten la “imagen causa” o “imagen ideal” respecto de esa situación, y planteen con imágenes cuáles serían las “imágenes de transición” para llegar allí.

Esta dinámica de reflexión colectiva a partir de imágenes se desarrollará hasta tanto se logre medianamente un acuerdo entre todos/as.



¿Cómo nos fue? Preguntas guías para evaluar

- 💡 ¿El grupo se dispuso a crear con libertad?
- 💡 ¿Cómo se evidenciaron los liderazgos en los subgrupos?
- 💡 ¿Hubo comunicación y real trabajo en equipo?
- 💡 Si se presentaron conflictos, ¿cómo los manejaron o transformaron?
- 💡 ¿Qué tipo de materiales creativos surgieron?, ¿sobre qué temas?



El teatro como estrategia nos da buenos resultados porque permite participar hasta los niños más calladosSM.



Conocemos habilidades, despertamos creatividad. Nuestros niños más felices. Ese es nuestro idealSM.





Esto nos da a entender que no hay barreras para los problemas que se presentan en el aula. Hay que ser estratégico y creativo ⁸⁸.

Jugando también se aprende ⁸⁸.





JUEGOS COOPERATIVOS PARA PROMOVER
LA TRANSFORMACIÓN DE CONFLICTOS

JUEGOS COOPERATIVOS PARA PROMOVER LA TRANSFORMACIÓN DE CONFLICTOS

Esta última serie de juegos hace énfasis especial en aquellos que promueven el trabajo en equipo y la cooperación. Por ser una construcción social y, en consecuencia, un reflejo del momento histórico, los juegos son el primer ensayo para incorporarnos a una sociedad como la nuestra, que nos exige cumplir ciertos roles, ganar y competir. En la soledad del juego de video o en el partido de la cuadra del barrio, la máxima es derrotar al “enemigo”, ganar puntajes, lograr el récord, ser el mejor. Y entonces pareciera que la diversión se garantiza mientras haya ganadores y perdedores. Mientras se logre el objetivo, sin importar cómo ni a costa de qué o quiénes.

¿Dónde queda, entonces, el placer del juego por el juego mismo?, ¿el juego como pretexto para encontrarnos? Como respuesta a estas preguntas surge la alternativa de los juegos cooperativos, en los cuales la diversión y el sentido de jugar son el encuentro mismo, el trabajo en equipo y la búsqueda de objetivos comunes. Nadie gana, nadie pierde. Todos/as ponen, todos/as juegan, todos/as disfrutan, todos/as aprenden.

ALGUNAS PISTAS PARA TENER EN CUENTA...

-  En esta última selección el enfoque está en la búsqueda de la cooperación para contrarrestar la competencia presente en la mayoría de los juegos y deportes. Por lo tanto, implican tiempo, paciencia y una convicción del docente de que cambiar las prácticas que inducen a competir (aunque sea por unos minutos) no es fácil y puede producir en los/as estudiantes desmotivación.
-  La mayoría de estos juegos funcionan mejor al aire libre porque involucran a todo el grupo al mismo tiempo.
-  En el momento en que surjan conflictos o gestos de violencia, debes parar, animar a la reflexión y, si lo consideras viable, practicar el juego en otra sesión. El trabajo cooperativo, la escucha y el cuidado de los/as demás son los más grandes desafíos en nuestros tiempos.

Buscando la cola

¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.



Pídele al grupo que forme una fila, uno/a detrás del/la otro/a, la mano izquierda sobre el hombro izquierdo del/la compañero/a que esté adelante y la mano derecha agarra el pie derecho (de quien está enfrente). Cuando todos/as estén en esta posición, la persona que encabeza la columna debe tratar de agarrarse de quien está al final. Es necesario que todos/as los/as estudiantes colaboren para que se pueda lograr. Todo/as tienen que saltar en un solo pie y al mismo ritmo. La idea es formar un círculo, todos/as agarrados/as del hombro izquierdo y del pie derecho.

Las olas del mar

¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.



El grupo está en círculo. Cada quien toma con sus manos las muñecas de los/as compañeros/as de tal forma que se puedan sostener. Asígnales intercaladamente la letra A y B. A la señal de A, este subgrupo lleva su peso hacia adelante sin levantar los pies del piso y como si fueran una “tabla”: es decir, sin arquear el tronco. Como reacción, los B dejan caer suavemente el peso hacia atrás, generándose de esta manera un contrapeso de dos fuerzas.

Acompañen el suave balanceo con la respiración: inhalan y al exhalar lleven el peso hacia adelante o hacia atrás, según la letra asignada. Cuando el grupo haya logrado hacer el balanceo, indícale que al oír la letra A este subgrupo lleve su peso hacia atrás y los/as de la B hacia adelante.

Finalmente, pídeles que hagan el balanceo sin hablar, escuchándose, como si fueran olas del mar. Nadie dirige. El grupo se escucha y logra encontrar un ritmo colectivo.

Dejarse caer como pelota



¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Todo el grupo está en círculo, tomados de las muñecas de los/as compañeros/as de al lado. Diles que, uno a uno, cada quien va a entrar al círculo y se va a mover como una “pluma” para dejarse llevar a los brazos de algunos/as compañeros/as, quienes, a su vez, le impulsarán. Quien se deja caer no es abandonado. Confía y se deja llevar por el impulso que le dan sus compañeros. Invítalos a vivir la experiencia de “dejarse rebotar como pelota”.

Alimenta tus ideas

Te proponemos una conversación sobre lo que significa el lenguaje no verbal, sobre la autonomía que tiene cada quien con respecto a su cuerpo y sobre la responsabilidad de cuidar el cuerpo de los demás.

El nudo |

¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.



¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Divide el grupo en subgrupos de no más de 12 estudiantes. La indicación es que todos/as se den la mano, pero no con los/as compañeros/as que tengan al lado, y que una vez todos estén agarrados/as de las manos, traten de deshacer el enredo sin soltarse.

El lago encantado |

¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 5 años en adelante.



¿Qué necesitas? Un espacio amplio, tiza o cinta de enmascarar, cuatro o cinco aros (hula-hulas) o, en su defecto, cabuya, “tripa de pollo” o lana.

Con tiza o cinta de enmascarar delimita un espacio en el suelo que será el lago encantado. Sus dimensiones dependerán del número de estudiantes. Dentro del lago coloca aros (hula-hulas) o dibuja círculos. Aclárales que a partir del momento en que ya esté listo todo, el espacio delimitado con tiza es un lago encantado que nadie puede pisar: si alguien cae en él, se le congela el corazón. Solo pueden pisar en el interior de los aros, que son piedras que sobresalen en la superficie del lago.

Si alguien cae al lago, queda congelado y no puede moverse hasta que otro jugador le rescate. Para ello debe deshelar el corazón del compañero encantado dándole un beso o un fuerte abrazo. El objetivo del grupo es procurar que no haya jugadores encantados.

Variaciones

Siameses. Los/as estudiantes forman parejas unidos/as por sus manos. Ahora, además de no poder pisar en el lago, deben evitar que sus manos se separen.

Flores venenosas. Picas colocadas sobre un ladrillo y situadas dentro de algunos de los aros pueden simular flores venenosas que nadie puede tocar.

Sillas musicales



¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, sillas (tantas como jugadoras/es haya menos una) y música.

Ubica las sillas formando un círculo con el respaldo hacia el centro. Los/as estudiantes se sitúan de pie por fuera de dicho círculo. Ponles música alegre. Mientras suena, todos/as se mueven a su ritmo dando vueltas alrededor del círculo de sillas, siempre en el mismo sentido. Cuando la música deje de oírse, todos/as buscan una silla en la que subirse.

El objetivo del grupo es que nadie toque el suelo. Si lo consigue, quita una silla, y se reinicia el juego. Lógicamente, varias personas pueden compartir una misma silla. ¿En cuántas sillas es capaz de meterse el grupo?

Variación

Retira todas aquellas sillas que hayan quedado vacías. En caso de que todas estén ocupadas, el grupo decide qué silla quitar.

La rueda en rodillas

¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.



¿Cuánto tiempo lleva? 20-30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 9 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo.

Todo el grupo se para en un círculo, hombro a hombro. Giran hacia la izquierda y quedan unos/as detrás de otros/as. Debe ser un círculo bien apretado, para lo que puedes sugerirles que den un paso hacia el centro. Ahora, poco a poco, los/as participantes se van sentando en las rodillas de la persona que está detrás. Cuando todos/as se sienten, habrán formado un “círculo sentado”. Si el grupo lo logra fácilmente, diles que intenten caminar sentados y con las manos levantadas.

Si quieres probar otra versión, diles que se inclinen hacia atrás. Una vez estén sentados, deben acostarse hacia atrás. Crea un ambiente en el cual el grupo esté dispuesto a probarlo. Si no lo logran la primera vez, vuelvan a intentarlo. Cuando lo hayan logrado y permanecido un rato en la posición, pídeles que, despacio y ayudándose mutuamente, se vayan poniendo de pies.

La serpiente de cristal

¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 20-30 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio y tranquilo (preferiblemente al aire libre).



Pídeles que se pongan de pie en dos o más filas con las manos sobre los hombros del/la compañero/a que tengan enfrente. Con los ojos cerrados, cada quien usa sus manos para examinar la nuca, el cuello y los hombros de su compañero/a. Esta es la serpiente de cristal entera. Quien está en la cabeza tiene los ojos abiertos durante esta primera fase y conduce al reptil con movimientos serpentinos, mientras que los/as demás, con los ojos cerrados, se ocupan del examen señalado.

A tu señal, la serpiente se rompe en pedazos y todos/as caminan por la sala con los ojos siempre cerrados. A una nueva señal tuya deben buscar sus posiciones detrás de la persona que tenían enfrente cuando la serpiente se rompió. Esto puede llevar tiempo. Quizás pueda ser útil vendar los ojos de los/as participantes. Deben estar en silencio y cuidar de sí y de los/as demás. Insiste en que no hay prisa y en que la serpiente solo se podrá

seguir moviendo cuando todos/as estén. Luego de que vuelvan a unirse, quien estaba de cabeza pasa a la cola y la nueva cabeza empieza a guiar. Repítalo el número de veces que consideres, dependiendo de la motivación y disposición del grupo.

Con sonidos, sensaciones, juegos y canciones la clase armonizamos y a los estudiantes motivamos.



Enseñar a través del juego es una pedagogía muy buena para los estudiantes. Se aprende con alegría, se aprende con amor. Cuando se aprende con alegría, se aprende bien.



Lápiz en la botella



¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio, una madeja de lana (grande), un cordón o pedazo de cabuya de 50 cm, una botella vacía y un lápiz.

Pídele al grupo que se ubiquen en círculo. Tienes en tu mano la madeja de lana. Deben crear una telaraña, para lo que puedes mostrar cómo empezarla y pedirle a alguno/a del grupo que lo repita. El primero toma en uno de sus dedos (índice de la mano derecha, por ejemplo) la punta de la lana y, acto seguido, lanza la madeja a otro/a. Este/a repite la acción: sujeta en uno de sus dedos la lana, de tal manera que quede tensada, y lanza a otro/a compañero/a la madeja; así se va armando una telaraña tensa.

Sugiereles que lancen la madeja o la bola de lana a alguien que se encuentre al frente o diagonal (no al lado) y solo si hacen contacto visual previamente (sin hablar), para evitar que la madeja se caiga.

Una vez armada la telaraña, amarra en el centro un pedacito de cordón (o de la misma lana) de 50 cm, del cual debes atar un lápiz. Debajo coloca una botella vacía. El objetivo grupal es meter el lápiz dentro de la botella. La coordinación de todo el grupo es necesaria para lograrlo.

Casa y habitante

¿**Qué busca este juego?** Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.



¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 7 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y tranquilo, un instrumento.

Pídeles que se dividan en subgrupos de tres (A, B, C). A y B serán una casa: con sus brazos extendidos y sus manos tomadas formarán un techo en el que habitará C, quien se pondrá debajo. Di “**cambio de casa**” y, con un instrumento, marca una pequeña fracción de tiempo para que todos los dúos “casa” se intercambien sin separarse de las manos y busquen un nuevo habitante. Cuando digas “**cambio de habitante**”, los habitan-

tes saldrán en busca de una nueva casa donde cobijarse. Las casas deben permanecer en su lugar. Cuando digas “**alegría**”, los tríos se desarmarán y el grupo camina velozmente por el espacio hasta que deje de sonar el instrumento. En ese momento pueden formar nuevas casas con nuevos habitantes.

Variación

Cambios con distintos estados de ánimo: feliz, triste, con miedo, con pereza, con enojo, bailando, etc.

El péndulo

¿**Qué busca este juego?** Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 12 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y tranquilo.



Pídele al grupo que forme tríos. Dos estudiantes se paran frente a frente y el tercero en el centro, de tal manera que este quede frente a uno/a y dándole la espalda a otro/a. Deben alinearse. Quien está en el centro cierra los ojos, se relaja, sus brazos a los lados, las piernas estiradas, y se deja caer como una “guadua movida por el viento” sin despegar los pies del piso. Sus compañeros/as le reciben con las manos, con todo el cuerpo preparado para contener el peso y producirle la confianza de que no le dejarán caer. Le balancean de lado a lado hasta que decida parar. Cambian de rol en silencio.

Variación

Igual que lo anterior, solo que esta vez los grupos serán más numerosos (entre cinco y ocho integrantes). Por turnos pasan al centro las “guaduas” o el péndulo. El resto del grupo debe permanecer muy cerca para no dejar espacios y recibirle con las manos, y le empuja suavemente apoyando el peso con todo el cuerpo.

La alfombra rodante



¿Qué busca este juego? Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.

¿Cuánto tiempo lleva? 15-20 min.

¿Para qué edades es apropiado? 12 años en adelante.

¿Qué necesitas? Un espacio amplio (preferiblemente al aire libre), donde haya pasto.

Forman subgrupos de 10 estudiantes. Todos/as se acuestan bocabajo, lo más cerca posible y en fila, hombro con hombro. Uno/a de los/as integrantes de cada subgrupo se queda de pie y se acuesta bocarriba, de forma transversal, sobre la cintura de los/as que están acostados/as. Entonces, todos/as, al mismo tiempo, comienzan a dar vueltas hacia la misma dirección. Mientras van dando vueltas, la persona que está arriba permanece inmóvil y es transportada a lo largo de la fila hasta el otro lado. Haz hincapié en el autocuidado y el cuidado de los/as demás.

La orquesta cooperativa

¿**Qué busca este juego?** Despertar la cooperación, la escucha y la confianza.



¿**Cuánto tiempo lleva?** 15-20 min.

¿**Para qué edades es apropiado?** 7 años en adelante.

¿**Qué necesitas?** Un espacio amplio y tranquilo.

Todo el grupo está sentado en círculo con las piernas extendidas hacia el centro. Cada persona va a pensar en dos sonidos o ritmos que pueda hacer. Un sonido corresponde al pie derecho y el otro al pie izquierdo. Uno/a de los/as asistentes se ubica en el centro y oficia de “director de orquesta”. Va a tocar los pies de los/las compañeros/as y a escuchar el sonido de cada uno. Con este “teclado” de pies hará combinaciones de sonidos.

¿Cómo nos fue? Preguntas guías para evaluar



- 💡 ¿Cómo se evidenciaron los liderazgos en los grupos?
- 💡 ¿Hubo comunicación y real trabajo en equipo?
- 💡 Si se presentaron conflictos, ¿cómo los manejaron o transformaron?
- 💡 ¿Cómo resolvieron espontáneamente los problemas o conflictos?
- 💡 ¿Lograste motivar al grupo a seguir intentándolo?
- 💡 ¿Qué expresiones se escucharon durante el juego?



El buen maestro conoce a sus estudiantes, se da cuenta de que cada uno aprende a su propio ritmo.



Saliedo de la rutina y de la clase magistral, el proceso se enriquece con la obra teatral.



Qué herramienta poderosa la que me has hecho mirar. Mueve, salta, ríe, llora. Que aprender sea gozar.



El trabajo colaborativo es indispensable. Con el trabajo colaborativo les enseñamos a los niños a no ser individualistas. A veces al niño no le importa el problema de los demás: si aprendió bien y si no también. Pero con este trabajo colaborativo el estudiante se preocupa por su compañero. El niño aprende a aportar en las dificultades que tiene el compañero SS.



Digo yo que cuando uno reconoce al otro, y lo respeta, si lo hace por sí mismo, entonces ahí podemos empezar a hablar de paz ^{SS}.

Si hay un sueño, existe un camino. Busquémoslo ^{SS}.

Tenemos que planear clases donde nosotros podamos reconocer las necesidades especiales de aprendizaje de los niños. Tenemos que reconocer la diversidad que tenemos en cada aula de clase y, a partir de ahí, hacer clases inclusivas ^{SS}.



 Este, nuestro territorio,
siempre anhela la paz, nues-
tros niños están ansiosos y
nosotros mucho más ^{SS}.



Querido maestro, querido compañero.

Tú que tienes en tus manos la gran labor de enseñar,
siempre entrégalo todo y no dejes nada al azar.

Tú transmites amor, transmites ternura, brinda más
cariño y más conocimientos.

Sin importar los terribles vientos. Recuerda que así
contribuyes a la paz ^{SS}.



*Para mis alumnos.
Cuánto aprendí. Hoy quiero seguir.*

No en mí, sino en ti ☺.



Anexo

Música para acompañar las actividades

Algunos de los juegos que están en esta cartilla pueden ser acompañados con música. Es importante que la selección que hagas sea cuidadosa y que no desvíe la atención del grupo. Te recomendamos, en general, que las músicas seleccionadas no sean conocidas, que sean preferiblemente instrumentales y que se utilicen cuando realmente haya necesidad.

Expresión corporal y sensopercepción

Electroplano, Jaime Torres

<https://www.youtube.com/watch?v=ISII5ZdMNWc&list=PLTJ2H-v7rLai7ZwhIK2Z5R0ermZelkRdbx>

Les triplettes de Belleville

https://www.youtube.com/watch?v=Gvoggqq5Pv0&list=PLU4p_ynZ6GcCC-i1-oMD3ylWu6z9DYSM&index=6

Música africana relajante moderna chill out lenta suave -

Ritmos africanos con tambores ambiental

https://www.youtube.com/watch?v=j-_cTnToDCQ

Toumani Diabaté & Ballaké Sissoko

<https://www.youtube.com/watch?v=hnTDuahaXwg>

Kalimba

https://www.youtube.com/watch?v=mI2vxET4e_A

Caminatas de activación y expresión corporal

Afrocubism

<https://www.youtube.com/watch?v=dldKppY1Lj0>

Les triplettes de Belleville (rock)

https://www.youtube.com/watch?v=nFa96dBT9VE&index=12&list=PLU4p_ynZ6GcCC-i1-oMD3yIWu6z9DYSM

Tryo

<https://www.youtube.com/watch?v=kCQRRy3H-YU&list=PLE1Q-jn62qqVrUNUC2GfLDBAD9bh7uZ3J3&index=3>

Champeta africana

https://www.youtube.com/watch?v=5sKL7_gfGF0
https://www.youtube.com/watch?v=f8IZnTgQWu0&index=2&list=RD5sKL7_gfGF0

Les triplettes de Belleville

https://www.youtube.com/watch?v=ACXK3g9hpRE&list=PLU4p_ynZ6GctCC-i1-oMD3yIWu6z9DYSM

Tryo

<https://www.youtube.com/watch?v=TZmYzM-vIgY&list=PLE1Q-jn62qqVrUNUC2GfLDBAD9bh7uZ3J3>

Orquesta Filarmónica de Bogotá - Prende la vela (instrumental)

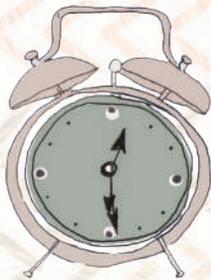
<https://www.youtube.com/watch?v=TJmbp7HuWNA>

Cuban instrumental music salsa

<https://www.youtube.com/watch?v=GqCXG9a2qi8&list=RDR-mWfTEUzRko&index=2>

Fuentes bibliográficas

- Brown, G. (1987). Qué tal si jugamos. Acción Ecuménica. Programa Familia-Escuela-Comunidad de Fe y Alegría. Caracas.
- Astrosky, D. (2013). Pedagogía teatral. Una mirada posible. Reflexiones técnicas para un abordaje formativo del actor. Buenos Aires: T Ediciones.
- Astrosky, D. y Holovatuck, J. (2001). Manual de juegos y ejercicios teatrales. Hacia una pedagogía de lo teatral. Argentina.
- Kleutgens, I. y Ospina, A. (2014). Cajita viajera de teatro-pedagogía. AGEH, CJL-SCP.
- García-Huidobro, V. (1996). Manual de pedagogía teatral. Santiago de Chile: Editorial Los Andes.





Secretaría de Educación
Departamental del Chocó

