

JUEGOS DE DISTENSIÓN

EL MERCADO DE CHINÍ-CHINÓ

Se sienta a los participantes en círculo. El animador dice: "imaginaos que estamos en el mercado de chiní-chinó, que es un mercado chino, en el cual se pueden comprar unas cosas y otras no, por ejemplo yo compraría una cama". Entonces los participantes van diciendo cosas que quieren comprar. Si las palabras llevan "i" u "o" no las pueden comprar, y si no llevan, sí las pueden comprar. Los participantes deben descubrir por qué pueden comprar las cosas.

EL INQUILINO

DEFINICIÓN

Se trata de que una persona que está sola consiga entrar a formar parte de apartamentos formados por tríos.

OBJETIVOS

Pasar un rato divertido, con un ejercicio de movimiento.

PARTICIPANTES

Grupo, clase, ... a partir de 8 años.

CONSIGNAS DE PARTIDA

El juego tiene que desarrollarse con rapidez.

DESARROLLO

Todos/as se colocan por tríos formando apartamentos. Para ello una persona se coloca frente a otra agarrándose de las manos, y la tercera se meterá en medio, rodeada por los brazos de las anteriores. La que está en el interior será el inquilino y las que están a sus lados serán la pared izquierda y derecha respectivamente. La persona que queda sin apartamento (si el grupo es múltiplo de 3, el animador/a, y si hay dos sin apartamento, jugarán como una sola), para buscar sitio, puede decir una de estas cosas: pared derecha, pared izquierda, inquilino, casa o terremoto. En los tres primeros casos, las personas que están haciendo el rol nombrado tienen que cambiar de apartamento, momento que debe aprovechar la que no tiene sitio para ocupar uno. En el caso de que diga casa serán las dos paredes y si dice terremoto, serán todos/as los que tienen que cambiar y formarse nuevos apartamentos. Continúa el juego la persona/as que quedó sin sitio.

CAZA ABRAZADORES

Definición

abrazarse por parejas cambiando a otro compañero o compañera distinto del anterior.

Objetivos

mejorar la relación entre todos los compañeros de la clase o grupo, niños y niñas. Mejorar la autoestima.

Participantes

grupo, clase, ... A partir de 6 hasta 10 años.

Material

conos o telas, espacio al aire libre o gimnasio.

Consignas de partida

los caza abrazadores solo pueden tocar a los compañeros cuando no tienen pareja y deben tocarles en la espalda.

Desarrollo

los alumnos se distribuyen libremente por el espacio y a la señal del profesor han de abrazarse por parejas. Cada vez que el profesor dice cambio de pareja han de abrazarse a otro compañero o compañera distinto del anterior para favorecer la relación entre todos. Para dinamizar el juego hay que designar dos voluntarios que llevan un objeto en la mano (cono flexible) que son los caza abrazadores, es decir tienen que cazar ,tocar a un compañero mientras este busca desesperadamente un abrazo, cuando está abrazado ya no se le puede cazar.

TIBURONES Y SALVAVIDAS

DEFINICIÓN

Esta actividad es una de las favoritas usadas por los niños en los juegos cooperativos

de la iniciativa Jugar para la Paz (

Usando el paracaídas en el suelo hay un tiburón debajo tratando de llevarse a los que

están sentados con pies debajo en él. El salvavidas los trata de salvar.

OBJETIVOS

Diversión entre grupos de distintas culturas para promover la realidad de que todos somos parecidos. El jugar papeles de ayuda o de conseguir socios (tiburones) y así promover la amistad.

PARTICIPANTES

Grupo, clase, ... a partir de 6 años hasta adulto.

MATERIAL

Paracaídas y espacio suficiente para ponerlo en el piso limpio o en césped. Hay paracaídas de distintos tamaños así que la cantidad de personas dependen de cuantas

personas estén alrededor. Se puede reducir el tamaño enrollándolo si es un grupo más pequeño.

CONSIGNAS

La importancia de tener cuidado al estar debajo del paracaídas y no lastimarse.

DESARROLLO

Se identifica alguien que sea el tiburón y otro/a que sea salvavidas (más de uno de

cada uno si es un grupo grande). El grupo se sienta en el piso con los pies extendidos debajo del paracaídas y haciendo olas moviendo la tela para arriba y abajo (sin mirar abajo). El tiburón esta debajo y empieza a arrastrarlos a algunos hacia adentro para convertirlos en otros tiburones con el/ella. Ellos piden ayuda para que el salvavidas los ayude a rescatarlos. El salvavidas corre dando vueltas al paracaídas tratando de salvarlos (agarrándolos de los brazos para que no se los lleve por debajo el tiburón). Sigue el juego hasta que ya no quedan personas fuera del paracaídas. Se puede repetir, puesto de que siempre hay otros que quieren ser tiburones o salvavidas.

EVALUACIÓN

Primero se pregunta si se divirtieron. También se puede hablar del papel de la ayuda que se da entre personas en situaciones peligrosas.

IGLÚ

Definición

formar con el paracaídas un iglú de los esquimales donde los alumnos entraran.

Objetivos

cooperación

participantes

grupo, clase, ... A partir de 8 años. Menos de 30 por paracaídas.

Material

un paracaídas.

Desarrollo

todos sujetan el paracaídas por la cinta que bordea el paracaídas con las dos manos. A la señal del profesor: ¡arriba!, todos levantan los brazos y a la señal de abajo todos los bajan a la vez simultáneamente.

Cuando este proceso previo se conoce y domina bien se pasa al siguiente que consiste elevar el paracaídas para después descender hasta el suelo y formar una gran burbuja de aire sujetando con manos y rodillas los bordes del paracaídas procurando que el aire no se escape.

Después de este proceso el siguiente seria meter todos la cabeza dentro del paracaídas

de manera que el aire no se escape y que todos nos veamos las caras, se puede jugar

a soplar o a gritar muy fuerte. El siguiente paso seria entrar todos dentro del paracaídas y sentarse sujetando los bordes al sentarse en el suelo. Esto se consigue de

la siguiente forma, cuando todos levantan el paracaídas hacia arriba dan un paso hacia

delante y a su vez bajan el paracaídas por detrás de la espalda sin soltarlo y situarlo

debajo del culete para después sentarse con las piernas dobladas.

TENIS

DEFINICIÓN

Igual que en el tenis, pero los paracaídas hacen de raquetas.

OBJETIVOS

Principalmente, favorece la coordinación.

PARTICIPANTES

Exceptuando edades comprendidas entre los 13 y los 17 años, es válido para todas las edades.

El número de participantes depende de los equipos para agarrar los paracaídas.

MATERIAL

Dos paracaídas, un balón y una red. Espacio amplio.