

# ¿A qué Jugamos Hoy?

Tipos de juegos y muchas sugerencias para jugar unos con otros  
en forma solidaria y divertida



## ÍNDICE

EL Juego y las Edades

¿Quién Necesita Juegos sin Perdedores?

4 Secretos para Jugar Pág. 5

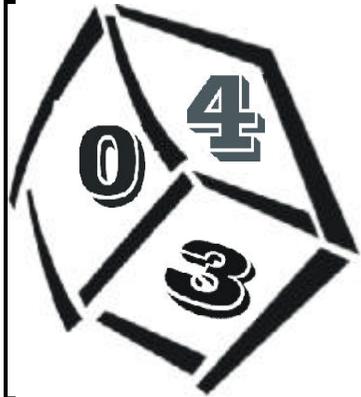
Juegos de Presentación

Juegos de Comunicación

Juegos de integración y confianza Pág. 15 - 20



## EL JUEGO Y LAS EDADES



Es algo aventurado limitar estrictamente la tendencia de niños y jóvenes, según su edad, a diferentes formas de juegos y actividades. La experiencia muestra cómo la edad cronológica determina sólo de manera muy general las formas de jugar de niños, jóvenes y adultos, si consideramos que los cambios en el comportamiento, hábitos y costumbres, son muy acelerados en los primeros años de vida y se entretienen a medida que la edad avanza.



De todas formas podemos tomar como base la determinación de los siguientes intereses lúdicos según la edad, a modo de orientación para nuestro trabajo con los gurises y las gurisas siempre teniendo en cuenta las características especiales de cada niño, niña o grupo. Veamos esos intereses de acuerdo a las edades.

Primeros meses de vida: apetencia por elementos para morder, escuchar o mirar; descubrimiento de nuevas sensaciones (muñecos, sonajeros, mordillos, figuras móviles).

Un año de vida: junto con las posibilidades de movilizarse por cuenta propia aparece cierta habilidad de manipulación (cubos, pelotas, y pequeños objetos que le permiten ejercicios más finos de aprehensión).



La novedad de andar en forma vertical, trae también aparejada la satisfacción por elementos que se arrastran (carritos, etc.) o empujan. También empiezan a utilizar el cuerpo en su totalidad, para introducirse en grandes cajas, sentarse en elementos móviles de gran tamaño, trepar, bailar.

El manipuleo se ha afianzado y les agrada llevar rodando una pelota, tomarla, recogerla, lanzarla, etc.

2 años de vida: su imaginación y creatividad les da la posibilidad de modelar con arena, intentar dibujos y pinturas, jugar con agilidad en el agua, encastrar cubos y formas, pintar con los dedos, modelar plastilina o barro, desarmar y armar cosas. Trepan, se balancean y disfrutan de alternar con otros niños e imitar acciones cotidianas de los adultos (lavar, barrer, cocinar, hablar por teléfono, etc.).

3 años: Se desarrolla el gusto por los rompecabezas, objetos de traslado mediante empuje (carros), tracción (autitos de juguete) o pedales (triciclos, bicis). Aparece mayor afición por los juegos mecánicos (hamaca, sube-y-baja, tobogán, etc.) y también por recortar y pegar. Hay interés y gusto por versos y canciones infantiles, adivinanzas y acertijos. Comienza a manifestarse al final de esta edad el gusto por la observación de los adultos cuando trabajan, hacen compras o pasean. En el juego con otros niños son capaces de esperar su turno al ir entrando progresivamente en la socialización, equilibrándola con la independencia.

4 años: continúan afianzando su gusto por imitar situaciones de la vida real. Comienza a interesarse por el cuidado de las plantas y los animales domésticos. Juegan con cuerdas y les gusta escribir en paredes, pizarrones, etc., ejercitándose también en el mundo de los números.

Las historias fantásticas comienzan a apasionarles, así como a dar rienda suelta a su propia fantasía. Adquieren cierta madurez psicomotriz y se van tornando “explosivos” a poco que se da en la clave de su motivación. Tal vez por sentirse seguros en su movilidad y desplazamiento, les gusta más los juegos de equilibrio y vértigo.

5 años: les gusta participar en las decisiones sobre sus actividades (a dónde va a pasear, con quién va a estar). Pueden iniciarse en la ejecución de instrumentos musicales o cualquier material que permita trabajar con sonidos. En sus juguetes móviles, procuran introducir complicaciones riesgosas a la dinámica habitual.

Les gusta trepar, saltar, deslizarse y rodar. En cuanto a los juegos grupales, todavía no tienen la capacidad de adaptarse a reglas estrictas. Por el contrario, buscan siempre participar en lo que ellos mismos deciden, por eso a veces discuten y pelean, luchan siempre por adaptarse a la realidad.

6 años: A esta edad les interesa los juegos de habilidad manual (aros, tiros de puntería, etc.) y les gusta las láminas y figuras para analizarlas. Fantasean mucho. Juegan a las carreras, saltos, persecuciones y escondidas. A veces se arriesgan desmedidamente, buscando su propia superación. Suben, se balancean y se lanzan sin reparar antes en la caída. A veces, su exigente actividad o hiperactividad los lleva a desligarse de los otros niños de su misma edad, peleando. Esto es también porque a esta edad se afianzan las diferencias entre niños y niñas: los varones tienden más a enfocarse en la pelota y las niñas en saltar a la cuerda o jugar a las muñecas. Muy importante: por más que se socialicen, todavía no adquieren en profundidad el sentido de equipo, porque es más fuerte el sentido de valorización de su individualidad.

7 años: en esta edad, acostumbra a aparecer una etapa de aquietamiento y reflexión. Se captan más las relaciones entre niños. Suele seguirse a una figura líder. Comienza a aparecer el sentido de equipo. Las actividades deportivas individuales (bicicleta, patines, skate) se hacen más fuertes. Son más perseverantes para lograr lo que desean; luchan y se estabilizan progresivamente.



8 años: corporalmente, ya adquirieron un alto nivel de equilibrio y coordinación en su evolución física. Se vuelven valientes y audaces, participan y se interesan mucho en todo tipo de pruebas de habilidad y destreza. Ya son capaces de aceptar las reglas establecidas, y hasta las respetan y defienden.

Es un momento especial para introducir el hábito de la lectura; disfrutan mucho leer historias y que se las lean tanto solos como en grupo. En sus juegos imitan a los violentos (policías, héroes, robots, etc.).

Les gusta coleccionar cualquier cosa, así como la naturaleza y sus criaturas.



9 - 10: Ciencia, técnica, exploración y aventuras son temas que los apasionan. Avanzan a grandes pasos hacia la madurez y desarrollan agudamente el sentido de la disciplina y la justicia. Les gusta las danzas y los bailes más formalizados, así como las manualidades más finas.

También disfrutan de compartir fiestas y actividades organizadas en las que todos son responsables e invitados a la vez. Tienen gran adecuación al aprendizaje motriz; se considera la edad apropiada para afianzar las destrezas. Aparece un vivo interés por los deportes. El juego en equipo predomina ya sobre el juego individual, por eso es un buen momento para introducir juegos pre-deportivos.

**11 - 12 años:** se acentúan las diferencias entre niño y niña. En sus comportamientos sociales se modifican totalmente las relaciones entre unos y otras. Existe cierto distanciamiento intencional entre ellos y pelean con frecuencia; el niño tiende a ser más impulsivo, la niña es más bien tranquila y reflexiva. El niño se vuelca más hacia mejorar su rendimiento físico en todas las actividades que se le propongan; la niña, en cambio, se preocupa más por la utilización de sus actitudes y aptitudes corporales.



**13 - 14 años:** esta etapa de transición a la adolescencia es muy variable individualmente, cada uno tiene una personalidad muy especial y además es bastante inestable. Están muy condicionados por el sentimiento de lo que el adolescente es (ya no un niño), pero les falta que su entorno se los reconozca. Mucha predilección por los bailes y reuniones juveniles donde pueden sentirse mucho más seguros y menos expuestos a las intervenciones de los adultos y de otras bandas de jóvenes. Les gusta las actividades que les exige superación física, la competencia con otros y consigo mismo. Se afianzan las posibilidades de participación en equipos deportivos.

**15 - 17 años:** las apetencias recreativas alcanzaron un cierto nivel de seriedad. Buscan la exaltación de cualidades o capacidades físicas y/o estéticas y explotar al máximo su rendimiento en todo lo que hacen. Hay a esta edad gran inclinación por las formas rítmicas bailadas, sobre todo de "lo último", lo que está de moda. A veces, aparecen situaciones difíciles en el relacionamiento entre chicos y chicas. Pueden ser muy efectivos los juegos sociales mixtos, los formadores de parejas y los compartidos.

**18 años y más:** a partir de aquí encontramos una gran variación de ansias y expectativas en los seres humanos que los motivan a buscar situaciones interactivas, afianzando el vínculo permanente de "amigos fáciles", es decir de relaciones amistosas que complementen aquellas más estrechas y comprometidas, y que le permitan explorar personalidades y modos de relacionarse distintos a los que tienen más cerca. Estas situaciones surgen de actividades tales como reuniones sociales, coparticipación en tareas comun itarias, viajes largos, integración en grupos estables (escuela, trabajo, equipo deportivo, organización social, etc.).

Todas estas situaciones y deseos particulares contribuyen a satisfacer la profunda necesidad colectiva de RECREARSE.

(Texto compuesto a partir del Libro de J. C. Cutrera, titulado: «Recreación: fundamentos, didáctica, recursos»)



## ¿QUIÉN NECESITA JUEGOS SIN PERDEDORES?

Una alternativa positiva a los juegos competitivos: los juegos cooperativos. ¿Qué es lo diferente de estos juegos? Son juegos donde aceptarse, cooperar y compartir pueden provocar que los gurises, las familias y las comunidades se unan en el espíritu del juego cooperativo. Fueron creados, seleccionados y perfeccionados para que los niños y niñas puedan divertirse a la vez que aprenden cosas positivas sobre sí mismos, sobre los otros y sobre cómo deberían actuar en el mundo.

La principal diferencia es que en los juegos cooperativos todos cooperan... todos ganan... y nadie pierde. Los niños y niñas juegan mejor unos con otros que unos contra otros. Estos juegos eliminan el miedo a fallar y el miedo al fracaso. También reafirman la confianza en sí mismos como personas aceptables y dignas. En la mayor parte de los juegos (tradicinales o innovadores) esta reafirmación se deja a la casualidad o se concede a un solo ganador. En los juegos cooperativos esta reafirmación va implícita en los juegos mismos.

La belleza de estos juegos estriba, en parte, en su versatilidad y adaptabilidad. La mayoría de las veces requieren de poco o ningún material y se pueden usar con toda clase de personas y en gran variedad de lugares. Las reglas no necesitan seguirse al pie de la letra; podemos inventar nuestros propios detalles, no necesitamos situaciones preestablecidas ni períodos de tiempo predeterminados. Estas cosas realmente no tienen importancia, lo que importa es la idea de fondo en estos juegos.

Se necesita paciencia para enseñar esta “nueva” forma de jugar, especialmente si los participantes nunca han jugado de forma cooperativa. Sin embargo, con los cambios adecuados, la supervisión necesaria, exposiciones repetidas y la participación constructiva de los jugadores en los cambios cooperativos, podemos confiar en que los juegos despegarán claramente de forma positiva. Una vez que los gurises y gurisas realicen esta transición y comiencen a jugar cooperativamente, la preocupación por las reglas y la competencia entre subgrupos y entre chicos y chicas tenderá a disminuir. Los jugadores comienzan a preocuparse más por “arbitrar” su propio comportamiento y el bien de los otros compañeros.



## 4 SECRETOS PARA JUGAR

### Cooperación, Aceptación, Participación y Diversión

#### ¿Por qué cooperación?

La cooperación está directamente relacionada con la comunicación, la cohesión, la confianza y el desarrollo de las destrezas para una interacción social positiva. A través de las aventuras cooperativas, los niños y niñas aprenden a compartir, a relacionarse con los otros, a preocuparse por los sentimientos de los demás y a trabajar para superarse progresivamente. Los jugadores deben ayudarse colaborando como un conjunto -cada jugador es una parte necesaria del conjunto y tiene algo con lo que contribuir- y no dejar a nadie fuera de la actividad, sentado, esperando una oportunidad para jugar. El hecho de que trabajen juntos para un fin común, mejor que unos contra otros, convierte rápidamente las respuestas destructivas en constructivas: los jugadores sienten que son una parte aceptada del juego y de ese modo se sienten totalmente involucrados. El resultado es una sensación de ganar, y no de perder.

#### ¿Por qué aceptación?

Los sentimientos de aceptación están directamente relacionados con una autoestima elevada y una alegría total -igual que el rechazo está directamente relacionado con una disminución de la autoestima-. En los juegos cooperativos cada uno tiene un papel lleno de significado en el juego, una vez que ella o él elige participar. Cada uno es también, al menos parcialmente, responsable del logro del triunfo o resultado satisfactorio del juego.

#### ¿Por qué participación?

La participación está directamente relacionada con un sentimiento de pertenencia, con una sensación de contribuir a la actividad y de que ésta es algo satisfactorio. Ser echado, eliminado o ignorado es percibido claramente como una forma de rechazo. Los niños y niñas quieren ser parte de la acción, no apartados de ella. Este deseo de participación una verdaderamente, a no ser -está claro- que “esperen” ser humillados o rechazados.



#### ¿Por qué diversión?

Nunca deberíamos perder de vista que la razón principal de que los niños y niñas jueguen es ante todo divertirse. Sin un sentido de diversión, de alegría, se puede experimentar un juego triste. En las aventuras cooperativas el elemento de diversión es potenciado para que los niños y niñas puedan jugar libremente con otros para divertirse, sin temor al fallo o al rechazo y sin ninguna necesidad de destruir. Compartir aumenta la experiencia de diversión.

Extraído de “Juegos y deportes cooperativos: desafíos divertidos sin competición”, de Terry Orlick“.

## JUEGOS DE PRESENTACIÓN

### PELOTA CALIENTE

Consiste en auto presentarse indicando, además del nombre, algunos datos básicos por medio de una pelota que se va pasando entre los participantes del grupo.

En círculos, sentados o de pie, el animador/a explica que la persona que reciba el objeto tiene que darse a conocer diciendo: su nombre, su barrio, su canción preferida, etc.

La presentación debe realizarse rápidamente... para no quemarse, porque la pelota que circula en el grupo está... muy caliente.

Inmediatamente terminada la presentación se lanza la pelota a otra persona que continúa el juego hasta que todos hayan sido presentados.

Material: pelota u otro objeto a pasar.

Objetivos: Aprender los nombres e iniciar un pequeño conocimiento del grupo.

Edades: a partir de 5 años.



### LA BOMBA

Consiste en lanzar y recoger una pelota, disco u otro objeto diciendo el nombre de una persona del grupo que tendrá que recogerlo antes de que caiga al suelo.

El juego tiene que desarrollarse en forma rápida. Los jugadores/as están de pie en círculo, menos uno/a, que está en el centro con el objeto a lanzar. La persona del centro lanza el objeto al aire al tiempo que dice un nombre, volviendo al círculo.

La persona nombrada debe tomarlo antes de que caiga al suelo y a su vez lanzarlo diciendo otro nombre.

El juego continúa hasta que todos han sido presentados.

Los jugadores/as no pueden entrar dentro del círculo mientras no sean nombrados.

Material: pelota, disco u objeto a tirar.

Objetivos: Aprender los nombres y estimular la precisión en los envíos.

### BALONES PRESENTADORES

Se trata de ir pasando balones a los que acompaña una pregunta. Dispuestos en círculo, el animador/a asigna una pregunta a cada balón.

Materiales: tres pelotas de diferentes colores.

Objetivos: Aprender los nombres y algunos datos mínimos de las/os participantes.

Edades: a partir de 8 años.

## CULIPANDEO

Se trata de hacer rodar una pelota por el suelo, alrededor del círculo impulsándola sólo con la cola. En ese círculo el animador/a lanza una primera pelota después de decir su nombre así: "Fulano Culipandea", "Mengano" la recibe y sigue el movimiento, pasándola a la persona que se encuentra al otro lado diciendo "Mengano Culipandea".

Mientras tanto el coordinador/a puede ir introduciendo otras pelotas en ambas direcciones, dando por terminado el juego después de un rato.

Cada vez que uno reciba la pelota deberá lanzarla nuevamente, siempre después de decir su nombre.

Una variante: el animador/ra pone en juego una segunda pelota, lanzándosela a alguien de quien dice su nombre. Este jugador se la envía a otra persona de la que tiene que decir su nombre. Enseguida se introduce una tercera pelota. Al lanzarla habrá que decir alguna actividad que le gusta desarrollar a quien la ha enviado.

Se pueden introducir otras pelotas con otras consignas.

Materiales: Pelotas pequeñas, de tenis o similares.

Objetivos: Aprender los nombres de una forma divertida y dinámica.



## OBJETO IMAGINARIO

Se trata de presentarse lanzando y gesticulando objetos imaginarios.

Arranca el juego con todos/as los participantes en círculo, una persona comienza gesticulando con las manos para explicar el objeto imaginario que va a pasar o a lanzar a... (nombre de la persona a quién se envía). Se puede decir verbalmente cuál es el objeto que se pasa o sin decirlo y que sea el grupo quien tenga que adivinarlo.

La persona receptora debe realizar la recogida en función del objeto que le pasan y proseguir el juego. La persona que recibe un objeto puede transformarlo en otro antes de enviarlo de nuevo.

Así cada participante recibe un objeto (con todos los gestos) y lo convierte en otro (con todos los gestos).

El juego continúa hasta que todos/as hayan participado.

Objetivos: Aprender los nombres, estimular la creatividad, ejercitar el lenguaje gestual.

Edades: a partir de 6 años.



## PIÑAS DE NOMBRES

Este es un buen juego de presentación para grupos numerosos.

Todos/as van paseando por la sala hasta que el animador/a dice un número. Al mencionar un número, los participantes deberán encontrarse con los jugadores que tengan su mismo número para así, armar un grupo.

Al juntarse, cada participante deberá decir su nombre rápidamente.

Después los grupos formados se separan y se sigue paseando hasta que se grite un nuevo número.

Variante: Cada participante tendrá en sus manos una cantidad de cartelitos con su nombre escrito. Estos cartelitos serán tantos como participantes en el juego.

Cada vez que se junten en grupos al grito del animador/a deberán mencionar una característica que los defina mientras le da un cartelito con su nombre a los participantes del grupo. Por ejemplo “soy Juana la charlatana”.

Una vez intercambiados todos los cartelitos de nombres, los participantes en ronda, deberán ir presentando al resto partiendo de la base de nombres que recolectaron en el entrevero.

Objetivo: Aprender los nombres de forma dinámica.



## PALMAS

Se trata de decir el nombre propio y el de otra persona, llevando el ritmo marcado.

Colocados en círculo, el animador/a marca el ritmo: un golpe con las palmas de las manos o sobre las piernas; una palmada y un salto; mano derecha por encima del hombro y con el pulgar mirando hacia atrás, o este mismo movimiento con la mano izquierda.

Al tiempo que indica que, al llevar la derecha hacia atrás hay que decir el nombre de uno mismo/a y al llevar la izquierda el de otra persona del grupo.

Todo el grupo tiene que hacer los mismos movimientos llevando el ritmo.

La persona nombrada dice su nombre y el de otra persona.

El siguiente habrá de repetir los nombres anteriores antes de decir el suyo. Así sucesivamente hasta ser presentados todos/as algunas veces sin perder el ritmo.

Se pueden hacer variantes, cambiando el ritmo, haciéndolo también con los pies estando sentados.

Objetivos: Aprender los nombres, desarrollar el sentido del ritmo.

Edades: a partir de 5 años.



## APOSENTO

Consiste en una auto presentación a través de un intercambio de dos personas indicándole (el que se presenta a la segunda persona) la forma de desplazarse.

Sentados/as en círculos, colocamos una silla más que cantidad de participantes.

Comienza el juego y la persona que está a la izquierda de la silla vacía se presenta de la siguiente forma: "Soy... y quiero que mi aposento sea ocupado por... (nombra a otra persona del grupo)".

A continuación se indica cómo quiere que venga: "bailando, saltando en una pata, imitando a un pájaro, etc. ( La persona nombrada puede requerir la ayuda de las personas sentadas a ambos lados de la silla para poder desplazarse de la forma pedida hasta la silla vacía)

Continúa el juego la persona situada a la izquierda de la silla vacía. El juego tiene que desarrollarse rápidamente.

Material: sillas.

Objetivos: Aprender los nombres, desarrollar la creatividad.



## GENTE A GENTE

Se trata de presentarse al ritmo de la música.

Se divide el grupo en dos partes iguales formando dos círculos concéntricos.

Las personas del círculo interior miran hacia fuera y las del círculo exterior hacia adentro. Tendrán que quedar por tanto formando parejas frente a frente.

Se puede poner música mientras cada pareja se presenta, se saluda con las manos y dice su nombre: "hola, soy...".

Después de presentarse, los de adentro dicen "Gente a gente" que es la señal para que el círculo de afuera cambie de lugar hacia la izquierda.

El juego continúa con la misma dinámica, hasta dar la vuelta completa y el animador/a puede ir cambiando el ritmo de la música, así como el gesto del saludo: Ahora con la cabeza, con el codo, rodilla con rodilla, etc.

Este es un buen juego de presentación para grupos numerosos.

Objetivos: Aprender los nombres y permitir un primer contacto.

Edades: a partir de 8 años



## JUEGOS DE COMUNICACIÓN

Son juegos que buscan estimular la interacción entre los/as participantes e intentan romper la unidireccionalidad de la comunicación verbal en el grupo en la que normalmente se establecen roles muy determinados.

Estos juegos pretenden favorecer la escucha activa en la comunicación verbal y a la vez, estimular la comunicación no-verbal a través de la expresión gestual, el contacto físico o el valor de la mirada.

El juego es entonces el vehículo adecuado para generar un nuevo espacio en el grupo, ya que los juegos rompen los estereotipos de comunicación, favoreciendo relaciones más cercanas y abiertas.

Los juegos de comunicación tienen su propio valor según el proceso del grupo, el conocimiento previo entre los/as participantes y el ambiente.

La dinámica de la comunicación siempre es distinta y, por tanto, la realización de los juegos en diferentes momentos puede aportar al grupo numerosas experiencias enriquecedoras.

La evaluación de los juegos de comunicación es especialmente interesante de realizar ya que no se trata de evaluar la "precisión" de la comunicación, gesto, etc., sino de dejar un espacio para la expresión de sentimientos y descubrimientos.

Por ello es por demás importante que la misma se realice por parejas o subgrupos.

## ESPEJOS



Se trata de mirar lo mejor posible los gestos y movimientos de la persona que está delante.

Los participantes se sitúan en dos filas distantes entre sí, enfrentadas. Antes de empezar se les pide que deberán evitar las risas y guardar silencio.

Los participantes de una fila comienzan haciendo una serie de gestos que deberán ser copiados, como en un espejo, simultáneamente por sus parejas de la otra fila.

El animador/a iniciará el juego dando la señal de comienzo y de fin.

Al terminar, las/los participantes permanecen un rato en su sitio observándose.

Al final, evaluamos cómo vivimos el juego y qué dificultades encontramos y, si el grupo así lo quiere, se puede comenzar nuevamente, esta vez, intercambiando los lugares.

Objetivo: desarrollar la concentración y la comunicación no-verbal.

Edades: a partir de los 7 años.

## EL TELEGRAMA



Consiste en transmitir un mensaje por todo el grupo a través de las manos. Los/as participantes se colocan en círculo, tomados de las manos y con los ojos cerrados. Una persona pasa un mensaje a su compañera mediante su mano (por ejemplo: dos apretones-pausa-un apretón, etc.), expresándoles un sentimiento.

El mensaje ha de recorrer todo el grupo, hasta que llega a la persona que se encuentra al lado de la que ha comenzado.

Después de que el mensaje ha recorrido todo el círculo, la última persona lo describe verbalmente. Así sucesivamente, con nuevos participantes y nuevos mensajes.

Evaluación: puede hacerse valorando lo que se ha querido expresar, lo que el grupo ha ido transmitiendo y la expresión verbal de la última persona. A partir de ahí se puede comenzar un diálogo sobre las posibilidades de la comunicación no-verbal en general y en el grupo.

Objetivos: Favorecer la expresión de sentimientos a través del tacto y su vivencia por todo el grupo.  
Edades: a partir de los 8 años.

## EL ZOO

Se trata de que cada jugador encuentre a su pareja en la oscuridad, mediante la emisión de un sonido, lo más rápidamente posible.

A cada participante se le da un papel (con el nombre de un animal escrito en él) y el juego consiste en que cada cual encuentre a su "par animal", utilizando como único medio la emisión del sonido característico del animal.

Nota: con las/os más pequeños hay que procurar no hacerlo por parejas, sino por grupos de animales; para hacerlo más rápido y evitar el peligro de que queden niños sin participar.

Materiales: papeles con nombre de animales (dos por animal).  
Objetivo: favorecer la sensibilidad y escucha.



## ENCUENTROS

Se trata de comunicar sentimientos a través de gestos, sin decir palabra.

Se indica una serie de consignas como las que siguen:

- a) por grupos de 2 o 4 (2 observadores para 4) poner en práctica diversas maneras de dar la mano: distraído, agresivo, dulce, tierno,...
- b) pequeños grupos de un máximo de 10 a 15 personas se encuentran sentadas en ronda; durante 1 o 2 minutos cada uno reflexiona sobre el sentimiento que quiere comunicar (solamente a una persona). Luego, en silencio, la primera puede levantarse y después de estar sentada frente a la persona elegida, expresarle el sentimiento únicamente con la mirada y con un apretón de manos. Después vuelve a su sitio, los otros/as han observado e intentan sentir lo que pasa. Cuando la primera ha vuelto a su sitio, otra le sigue, hasta que, en silencio, cada uno se haya comunicado (excepto las/os que no quieran).

Al final, cada persona explicará lo que ha intentado comunicar a la otra y lo que ha sentido de ella, explicará también lo que ha recibido cuando otra ha venido a ella y lo que ello le ha producido.

Se puede terminar con la expresión individual de lo que más nos ha impresionado.

Se analizará después la importancia de lo “no dicho”; de lo que “se siente” más allá de las palabras; de la importancia de todo ello en el ambiente general y de la posible modificación de éste.

Objetivo: favorecer la comunicación por medios no verbales.

Edades: a partir de los 12 años.

## LA ESCUCHA

Consiste en intentar repetir lo que un compañero dice, lo más fielmente posible.

Se comienza proponiendo al grupo un tema de tipo “A favor o en contra de...” o “Qué piensas de...”.

Luego se divide a los/as participantes en parejas, preferentemente no afines.

Cada participante, de cada grupo, tiene 10 minutos para contar al grupo de la manera más fiel posible, las ideas de su compañero/a.

Después los papeles se invierten.

La evaluación, al final, tratará sobre los sentimientos tenidos al escuchar al otro/a, la fidelidad de lo explicado después, la ayuda que ha supuesto para la comprensión mutua y sus aplicaciones en la vida diaria.

Finalmente, se puede añadir algún observador/a por grupo y volver a hacer el juego con otro tema en grupos de 4.

Objetivo: favorecer una actitud de escucha y comprensión

Edades: a partir de los 12 años.





## EL MICRÓFONO MÁGICO

Se trata de pasar un objeto de mano en mano, únicamente a través del cual se puede hablar.

Los participantes se sientan en círculos, el objeto que hace de micrófono se pasa de una persona a otra.

Además los participantes deben decidir por sí mismos, como pasar el objeto sin hacerlo. Se puede compartir el micrófono (cooperación).

Objetivos: animar a los miembros del grupo más tímidos a hablar. Favorecer la cooperación en el uso de la palabra, la escucha, etc., en situaciones de “diálogo de sordos”...

### Evaluación

¿Te animaste a hablar por el hecho de que te pasaran el micrófono? ¿Cómo sentiste no poder hablar en algunos momentos al no tener el micrófono?

Variante: se puede utilizar para contar cuentos de forma cooperativa.

Edades: a partir de los 7 años.



## JUEGO DE LOS CONTRARIOS

Se trata de establecer comunicación entre grupos en base a las consignas del animador/a.

El grupo se divide en dos, con igual número de componentes. Se colocan en dos filas, de forma que cada persona tenga en frente a otra del subgrupo contrario, separadas unos 3 metros entre sí.

El animador/a planteará la vía de comunicación, según cuatro pautas y de forma sucesiva durante un tiempo dado (2 - 5 minutos).

Aquí hay algunas pautas a modo de ejemplo:

Hablar con una persona del grupo contrario; comunicarnos con la mirada con alguien del otro grupo; tomar contacto con alguien del grupo de enfrente mediante gestos; conversar entre ambos subgrupos (como subgrupos).

Evaluación: primero por parejas, luego en el grupo se empieza dejando expresar a quien lo desee, cómo se ha sentido a lo largo del juego.

Se puede plantear luego la dificultad de seguir las pautas del animador, por ejemplo: ¿cómo se ha vivido la distancia?

Objetivos: experimentar las dificultades y posibilidades de comunicarse por diversos medios. Lograr una comunicación verbal y no-verbal a nivel personal y de grupo.



## BARÓMETRO DE VALORES

Las/os participantes deben pronunciarse a favor o en contra de una proposición, que conlleva un juicio de valor.

El animador/a presenta las reglas del juego y determina los lugares correspondientes a las diferentes posibilidades.

A cada frase las/os participantes han de situarse en el espacio (a favor o en contra), así como dar las razones de su situación. Una vez escuchadas razones de ambos lados, se abre la posibilidad de cambiar de posición, así como de hacer una propuesta de referéndum (una nueva frase, que sin salirse del contexto de la inicial pueda conseguir un mayor consenso).

No está habilitada la posición neutral, cada cual debe pronunciarse tomando las afirmaciones tal como se comprenden, no se puede pedir ningún tipo de explicación. Cuando lo crea conveniente el animador/a, puede pedir que la gente vuelva al centro y enuncie otra frase.

Materiales: carteles grandes “A favor”, “En contra”.



### Evaluación

¿Fue difícil tomar posición ante las frases? ¿Afecta algo el tener que posicionarse físicamente? ¿Qué aprendimos con respecto a los valores de los otros/as, y de los propios?. A medida que escuchábamos otras razones, ¿qué cambios se producían? ¿Es posible hacerse amigo de una persona que tiene valores diferentes a los nuestros? Nota: este ejercicio puede llevar más de una hora si se deja que se desarrolle completamente (reformulación de la frase, escucha activa y evaluación final), lo que es importante para que la experiencia resulte bien.

Objetivos: permitir a las personas participantes tomar conciencia más claramente de lo que les une y de lo que les distingue. Permitir, a favor de un reparto equilibrado, practicar un ejercicio de escucha activa. Favorecer la flexibilidad de posiciones y la búsqueda del consenso.

Edades: a partir de los 12 años.

## Juegos de integración y confianza

### Pintura colectiva

Colocamos en la pared una o más cartulinas blancas, según la cantidad de participantes (calculamos 15 por cartulina).

Previamente, marcamos por detrás cada parte con un número o letra que nos permita después reconstruir la pintura. Se propone y acuerda un tema base, y todos deberán dibujar en la cartulina colaborando para que no queden espacios vacíos. Es conveniente utilizar sólo marcadores negros, o bien lápices de escribir.

Una vez que todos terminaron su dibujo, quitamos la lámina de la pared y la cortamos en tantas porciones como participantes haya, entregando una a cada uno. Ahora todos deberán pintar la parte recibida, interpretando cada uno a su gusto el pedazo de dibujo con los colores que quiera, sin dejar nada en blanco.

Es importante que nadie estará habilitado a combinarse para seleccionar los colores, ni a modificar el dibujo original; sólo deben pintar.

### Escondida cooperativa

La clásica escondida, pero el encontrado se une de la mano al que busca y lo ayuda a descubrir a los demás escondidos, que a su vez se van juntando.

Tienen que ponerse de acuerdo para buscar y correr hacia el mismo lado; cuanto más cooperan más éxito tienen. También se puede jugar al revés: todos juntos de la mano buscan al “niño perdido”, que puede estar tras una puerta o debajo de un banco, etcétera.

Objetivos: distensión, cooperación.  
Edades: 3 a 7 años.

Cuando hayan entregado todas las partes, armamos el friso guiándonos por la marca en la parte posterior.

Pegamos los pedazos en su lugar correspondiente con cinta adhesiva, hasta completar el trabajo.

Así, tenemos un colorido mural producto de una creación colectiva en la que cada uno puede encontrar también la expresión individual.

Objetivos: expresión, creatividad, trabajo colectivo.  
Materiales: cartulinas, lápices y cinta.



### Ponerle la cola al burro

Con un poco de inventiva, podemos adaptar este juego tradicional a una modalidad cooperativa.

En vez de competir entre sí, los demás niños ayudan a orientar al que tiene los ojos vendados mediante gritos para que logre ponerle la cola al burro.

Otra variante es que cada uno tenga una parte del cuerpo del burro (una pata, una oreja) y a su turno deba ayudar a formarlo también con la orientación de sus compañeros. No olvidarse de marearlos un poco después de ponerles la venda, es más divertido.

Objetivos: distensión, cooperación.  
Edades: 3 a 7 años.

## Abrazos musicales y Compañeros

La música suena mientras los niños saltan y corren libremente por el lugar. Cuando la música se detiene, cada uno debe dar un abrazo a otro compañero (ninguno debe quedar sin abrazar), y luego siguen bailando y saltando con la música, hasta que se detiene nuevamente y entonces deben abrazarse de a tres. Según avanza el juego se abrazan más niños, hasta que al final todos se juntan en un gran abrazo musical cooperativo.

También, podemos jugar sin música. Los niños se desplazan libremente por el lugar hasta que al grito de "icompañeros!" deben juntarse de a dos por las manos e inmediatamente quedan congelados. Esto lo repetimos varias veces, y después podemos variar la consigna, por ejemplo que -en vez de congelarse- los compañeros se hagan el espejo uno al otro por un rato, o que se cuenten un secreto, etcétera.

Objetivos: confianza, cooperación.  
Edades: 3 a 7 años.

## Imanes

Los jugadores se colocan frente a frente en parejas con los brazos extendidos hasta que las palmas de sus manos se quedan pegadas.

Después, cierran los ojos y dan tres vueltas sobre sí mismos para después volver a juntarse las manos sin mirar. ¿Podrán?

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 7 a 12 años.



## Dibujar una canción

Un jugador del grupo elige un papel de entre varios en los que el coordinador/a ha escrito el título de canciones conocidas. Entonces, sin hablar, debe dibujar pistas de esa canción en un papelógrafo. El resto de los niños deben tratar de adivinar de qué canción se trata y decirlo... cantándola todos juntos, por supuesto. El juego puede ser adaptado con otras consignas como personajes, países, etc.

Materiales: papelógrafo o pizarrón.

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 7 a 12 años.



## Cuco

Es una variante del Asesino que juegan los grandes. Los gurises caminan por el salón con los ojos cerrados.

El coordinador/a le susurra al oído de uno de ellos: "cuco". Cuando encuentran a alguien lo toman de la mano y le preguntan ¿cuco?

Si ambos se preguntan es porque no han dado con el cuco y siguen de largo, pero si uno no contesta es el cuco y entonces el otro se convierte también en cuco y juega de la mano con aquél.

El juego termina cuando todos los jugadores son cucos.

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 7 a 12 años.

## La bolsita descongelada

Este es un juego activo de cooperación. Todos los niños caminan por el lugar a su propio ritmo, sosteniendo cada uno una bolsita con piedritas en la cabeza. Se les puede pedir que cambien la velocidad del paso, que caminen para atrás, para los costados, y así. Pero si la bolsita cae de la cabeza, el niño queda congelado.

Otro niño debe entonces recogerla y ponerla de nuevo en la cabeza de su compañero sin perder su propia bolsita. El objeto del juego es ayudar al grupo para mantener a todos descongelados. Al final, el animador/a puede hacerles preguntas: ¿cuántas veces ayudaste?, ¿cuántas te ayudaron?

Objetivo: acción, integración, cooperación.

Edades: 6, 7 y 8 años. Para niños de 5 podemos simplificarlo dejando que sostengan con la mano la bolsita en la cabeza cuando ayudan a otro.



## Llevá la vela

En este juego hay que llevar una vela encendida lo más rápido posible y sin que se apague por un recorrido prefijado.

Los jugadores se pasan la vela por relevos.

Favorece mucho a integrar a los niños que no pueden correr tan rápido como otros, en tanto requiere más habilidad que velocidad. Material: una vela.

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 7 a 12 años.

## Sil las cooperativas

El super conocido juego de las sillas, pero en vez de que desaparezca una silla cada vez que para la música y cada uno deba salvarse por su cuenta, ahora hay que lograr que todos entren en las sillas que queda, compartiendolas.



Así, nadie pierde ni queda excluido del juego porque perdió la silla, y todos ganan cuanto más cooperan: la música no empieza de nuevo hasta que estén todos sentados (no importa que sólo quede una silla, tendrán que buscar la forma de compartirla entre todos).

Este juego, para mayor seguridad, también puede jugarse con papel de diario en el piso.

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 3 a 7 años.

## Los amigos del borracho y el Péndulo

En grupos de tres, uno camina libremente por el lugar y los otros lo siguen de cerca en fila, imitando su manera de andar. Inesperadamente, el que va adelante (el borracho), se cae para atrás, y sus amigos deberán estar atentos para sostenerlo. Se repite cambiando el lugar.

Después, los amigos se pasan el borracho uno al otro, como péndulo.

Objetivos: confianza, introducir a las ideas cooperativas.  
Edades: 7 en adelante.

## Gusano gigante

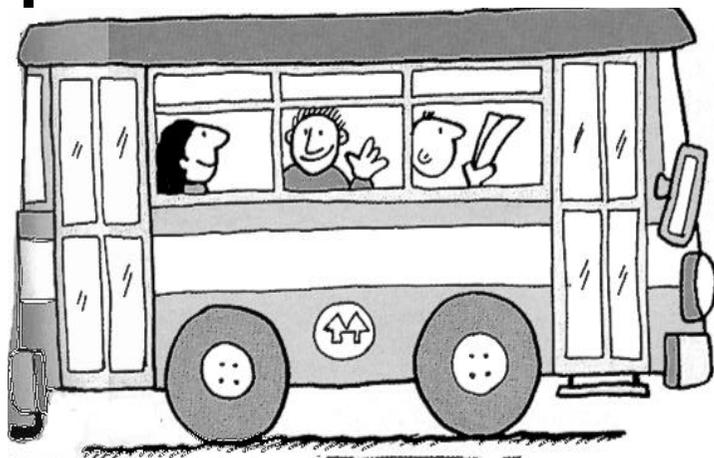
Con una tela grande o una sábana vieja podemos hacer un gran gusano.

Todos los niños deben organizarse uno atrás del otro debajo de la tela y, poniéndose de acuerdo, lograr que el gran gusano camine (todos para el mismo lado).

Ojo que pueden aparecer obstáculos en su camino, como una montaña (un colchón por encima de un banco) o un túnel (pasaje por debajo de una mesa o entre las piernas de un adulto).

También podemos crear una “tortuga gigante” con un grupo de siete u ocho niños y un colchón por caparazón.

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 3 a 7 años.



## Sacudir la víbora

Tenemos dos grupos: sacudidores y pisoteadores.

Los sacudidores tienen una cuerda larga tomada de uno solo de los cabos, la hacen serpentear por el piso corriendo por el lugar.

Los pisoteadores intentan pisar la cuerda arrancándola así de las manos de los sacudidores.

Cuando un pisoteador ha logrado su objetivo, la levanta y se convierte en sacudidor, y el sacudidor en pisoteador.

Materiales: varias cuerdas o cinta de nylon.  
Objetivos: acción por la cooperación.  
Edades: 7 a 12 años.



## 17-Casabó, 524- Tres Ombúes

Todos bien apretaditos, tienen que conseguir pararse sobre una tira de cartón o papel de diario que hay en el piso, o en un banco largo. No puede quedar nadie afuera (pasando que hay lugar).

Una vez que lo consiguieron, tienen que ordenarse según la consigna del animador/a. Por ejemplo por altura, por fecha de nacimiento, por iniciales, o lo que se te ocurra, pero sin salir de la tira de papel o del banco.

Así que hay que ponerse de acuerdo y ayudarse a pasar, y que nadie se caiga del bondi!

Objetivos: integración, cooperación.  
Edades: 7 en adelante.

## La torre



El objetivo es que todos participen para construir una torre, con cajas de cartón o el material que tengas a mano.

Los gurises corren libremente por el lugar hasta que el animador/a dice: "¡Torre!", y entonces todos toman una caja del montón común y la apilan en el centro del espacio formando una torre.

Luego siguen corriendo hasta escuchar la próxima señal y vuelven a colocar cada uno su caja, no importa que tan alta sea la torre (tendrán que ayudarse).

El juego termina cuando ya no quedan más cajas por apilar, y sin que se caiga la torre!

Materiales: cajas de cartón o lo que sea.  
Objetivos: integración, cooperación.

## Cuidame el globo

Los juegos de relevos también pueden tener su versión cooperativa. En filas de cuatro o cinco jugadores el primero de cada fila sostiene un globo entre sus piernas y debe pasárselo al de atrás sin tomarlo con las manos, y éste a su vez se lo pasa entre las piernas al que está detrás, hasta que el globo llega al final.

El último de la fila, siempre con el globo entre sus piernas, debe correr al principio de la fila de al lado, y así comenzar el relevo de nuevo.

El objetivo es que las filas vayan avanzando hasta llegar (todas) hasta una pared o límite prefijado. La idea es que todos colaboren y jueguen en todas las filas (no compiten entre sí).

Objetivos: integración, cooperación.

## Mancha: pancho, hielo y garrapata

Corriendo por todo el lugar hay uno o algunos manchadores.

Si me manchan, me convierto en pancho y me acuesto en el piso hasta que... otro compañero me pasa la mostaza (caminando con piernas extendidas a lo largo de mi cuerpo) y así me libera.

También puede ser que cuando me manchen me congele y entonces otro pueda liberarme pasando por entre mis piernas. En la mancha garrapata, a su vez, sólo estoy a salvo de ser manchado cuando me abrazo a otro compañero, después a dos, a tres, y así hasta que el juego sea divertido.

Objetivos: introducir a las ideas de cooperación.

## Mancha por equipos

Es la tradicional mancha que juegan los adolescentes, en dos equipos, a uno y otro lado de la cancha.

Pero en vez de ganar un equipo, el juego se trata de manchar a los del otro lado para que -una vez manchado- el jugador se incorpore al equipo contrario, así nadie pierde y no queda excluido del juego.

El objetivo es que todos los jugadores terminen del mismo lado de la cancha.

Es ideal para grupos pequeños (como de cinco jugadores por equipo), por lo que puede ser necesario hacer varias canchas o partidos.

Materiales: pelotas y una tiza o cuerda para marcar la cancha.  
Objetivos: integración, cooperación.



## Guerra de canciones

En dos equipos, empieza cualquiera cantando una estrofa de una canción conocida. Rápidamente, el otro equipo debe ponerse de acuerdo para cantar otra que empiece por la misma letra que terminó la del equipo anterior.

Luego, el primer equipo le responde de la misma manera. No vale repetir canciones ni pensar mucho.

Está bueno porque nadie pierde y el juego no tiene fin... hasta que lo decidan los jugadores.

Objetivos: expresión, integración, cooperación.

## Este es mi amigo

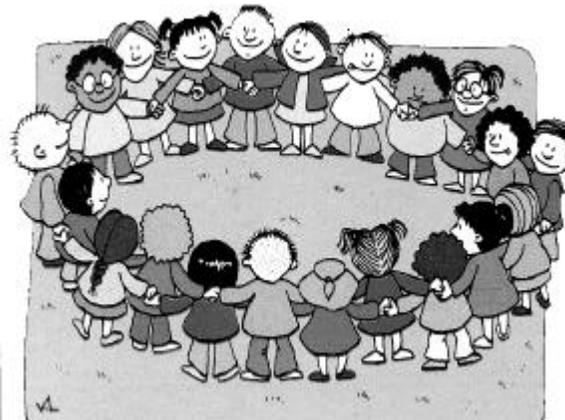
Podemos usar este juego para conocer el nombre de los niños y ayudarles a conocerse entre ellos.

En círculo con las manos unidas, cada uno debe presentar a su compañero de la izquierda diciendo: "Este es mi amigo... Juan" y levantando su mano.

Su amigo presenta a su compañero de la izquierda de la misma forma hasta que todos quedan con las manos levantadas.

Si los niños son muy pequeños puede ser algo complicado porque probablemente nunca presentaron a nadie, pero con paciencia lo logran.

Objetivos: presentación cooperativa.  
Edades: 3 a 7 años.



## Puntuación al revés

Finalmente, podemos imaginar infinitas variantes para crear juegos cooperativos e inclusive semicooperativos sobre la base de los juegos deportivos tradicionales.

Si pensamos especialmente en el caso de los adolescentes, donde probablemente encontremos mayores resistencias a incorporar estos conceptos, podemos plantearles un sistema de puntuación al revés, por el cual cada vez que un equipo anota un tanto o hace un gol, éste se le cuenta al equipo contrario.

A su vez, el jugador que anota puede cambiar de cuadro, para mayor confusión de todos... ¿quién gana?, ¿quién pierde?

Materiales: imaginación y creatividad.  
Objetivos: cooperación, comunicación, aceptación, participación, diversión.

## Tronco-móvil

Una serie de troncos (seis o siete jugadores) se tumban en el suelo boca abajo.

Otro jugador se acuesta sobre ellos de forma perpendicular, y los troncos comienzan a moverse girando su cuerpo todos juntos hacia el mismo lado.

El jugador que está arriba es transportado hasta una pared o hasta que el grupo decida, y entonces se convierte él en tronco rodante y se sube el primer jugador del otro lado de la fila.

Es importante cuidar que no haya mucha diferencia de peso y tamaño entre los troncos del mismo tronco-móvil.

Objetivos: introducir a las ideas de cooperación.  
Edades: 7 a 12 años.