

sesión 4

EL JUEGO DE LA OCA

OBJETIVOS

- Seguir adaptándose a este tipo de sesiones, online, en casa, en la naturaleza, con vídeos, etc. y recordando e interiorizando las normas.
- Disfrutar jugando y relacionándose. Mantener y seguir desarrollando las relaciones con el equipo y con el/la educador/a.
- Fomentar el desarrollo motor, emocional, social y mental jugando, moviéndose, disfrutando.
- Observar el estado emocional de las niñas y niños y responder a sus necesidades.

ORIENTACIONES PRÁCTICAS



- Realizar este tipo de sesiones online, en la naturaleza... puede ser un reto. La paciencia y motivación extra serán necesarias.
- La mirada del adulto tiene una gran influencia en los/as niños/as. Como monitores/as somos también educadores/as y ejemplos que siguen. Por tanto, es importante prestar atención para identificar las capacidades y necesidades de cada participante, evitando etiquetas, críticas y prejuicios hacia ellos/as.
- La actitud y el comportamiento de la persona adulta que facilita la sesión es clave al acompañar la gestión de los conflictos y emociones que puedan surgir.
- La duración de cada actividad podrá ser adaptada en función de las necesidades del grupo, teniendo en cuenta que en sesiones telemáticas puede que les cueste más mantener la atención y tiendan a dispersarse.

MATERIAL

Materiales necesarios para jugar al juego de la Oca (dados y tableros en pdf a continuación). "La caja de los superpoderes".

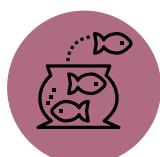
INICIO



- a) **“¿Cómo vengo?”** : ¿Qué insecto elegirías para expresar cómo te sientes? ¿Por qué? 3 mins.
- b) **La caja de los superpoderes** : recordar cómo utilizarla. Se elegirá un superpoder de la caja que será valioso para gestionar las propias emociones así como para la resolución de conflictos. 2 mins. (ver el vídeo para más detalles)

DESARROLLO

EL JUEGO DE LA OCA Y LOS RETOS



Material: un dado virtual o si la actividad es presencial dados y tablero físicos.

Inicio: cada participante se situará de manera que pueda observar el tablero.

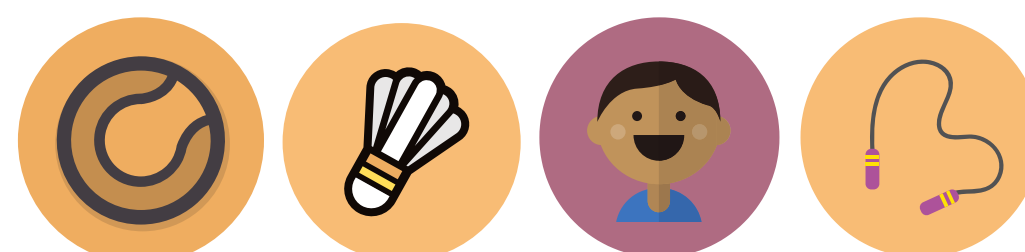
Objetivo: cada participante deberá llegar a la meta superando diferentes retos.

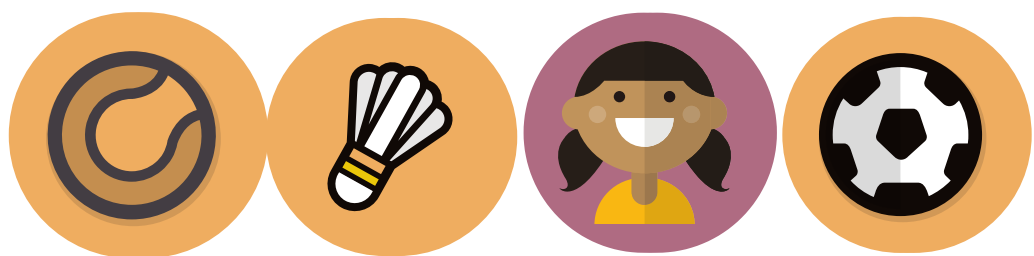
Desarrollo: tira el dado y ¡a jugar!

Jugarán al juego de la oca superando cada reto y avanzando también con ayuda del dado.

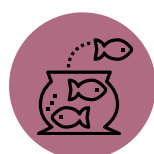
Cada número hace referencia a un reto a superar:

- 1.-Baila una canción.
- 2-Siéntate y levántate 5 veces de una silla.
- 3-Vete a otra habitación, tumbate en la cama, levántate y vuelve lo más rápido posible.
- 4-Salta a la pata coja 10 veces con cada pierna.
- 5-Baila una canción.
- 6-Da 50 pasos por casa.
- 7-Abre y cierra los brazos y las piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando “¡oca!”.
- 8-Imita a un animal haciendo mímica sin ruido para que el resto adivine qué animal es.
- 9-Salta 10 veces con la cuerda.
- 10-Desplázate por el suelo 3 metros como si fueras una serpiente.
- 11-Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve.





EL JUEGO DE LA OCA Y LOS RETOS



- 12.-Representa una película con mímica para que el resto adivine cuál es.
 - 13.- Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda.
 - 14.-Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces.
 - 15.-Salta hacia atrás 5 veces con la cuerda.
 - 16.-Siéntate y levántate 5 veces de una silla,
 - 17.- Vete a otra habitación, tumbate en la cama y vuelve.
 - 18.-Salta 10 veces a la pata coja con una pierna y con la otra.
 - 19.-Abre y cierra brazos y piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando "¡oca!".
 - 20.-Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda.
 - 21.-"Corre" sin moverte del sitio durante 15 segundos o sube tus rodillas rápidamente, haciendo skipping durante 15 segs
 - 22.-Imita a un animal haciendo mímica sin ruido para que el resto adivine qué animal es.
 - 23.-¡Has caído en el pozo! Tendrás que volver al inicio. Te toca empezar de nuevo.
 - 24.-Dale un abrazo a alguien que tengas cerca. Si estás sólo/a dátelo a ti.
 - 25-Baila una canción.
 - 26-Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda.
 - 27.-Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve.
 - 28.-"Corre" sin moverte del sitio durante 15 segundos o sube tus rodillas rápidamente, haciendo skipping durante 15 seg.
 - 29.-Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces.
 - 30.-Representa una película con mímica para que el resto adivine cuál es.
 - 31.-Da 50 pasos por casa a la pata coja, 25 con la pierna izquierda y 25 con la derecha.
 - 32.-¡Has caído en el pozo! Tendrás que volver al inicio. Te toca empezar de nuevo.
 - 33.-Dale un abrazo a alguien que tengas cerca. Si estás sólo/a dátelo a ti.
 - 34.-Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces.
 - 35.-Desplázate por el suelo 3 metros como si fueras una serpiente.
- META: ¡Has llegado! ¡Zorionak! Para celebrarlo y terminar riete a carcajadas haciendo el máximo ruido posible, lo más alto posible.

Final: cuando llegan a la meta.

Variantes: cambiando los retos. Añadiendo material. Realizando los retos educativos que propongan los y las niñas. Añadiendo música y movimiento, proponiendo dinámicas de expresión corporal.

Duración: 20-40 mins.

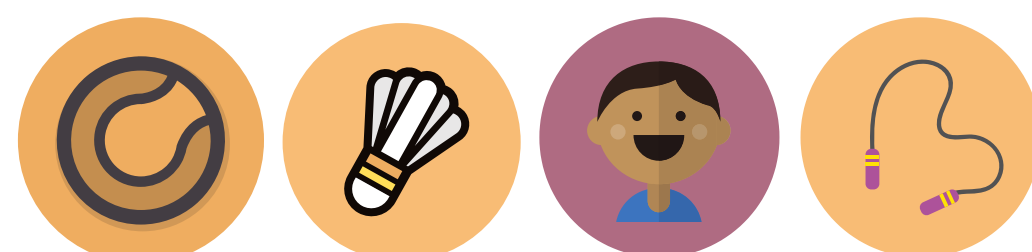
LA NUBE - MICROPRÁCTICA 6

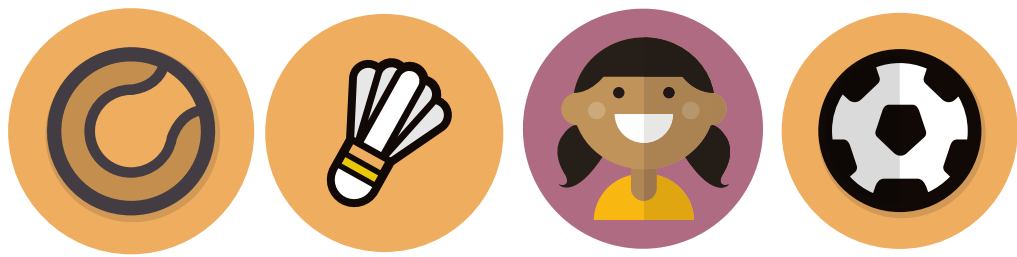


Cuando escuches la palabra "¡Nube!", te pararás en el lugar donde estés con los ojos cerrados. Respirarás e imaginarás que eres una nube. Te mueves por el cielo, ¿qué forma tienes?, ¿cómo te mueves?, viaja como si fueras una nube con tu imaginación.

DESPEDIDA

¿Qué te ha gustado? ¿Cómo te has sentido a lo largo de la sesión? ¿Has disfrutado? La educador/a compartirá el feedback fomentando el refuerzo positivo, valorando lo que ha funcionado, los aprendizajes, ciertas actitudes, etc.



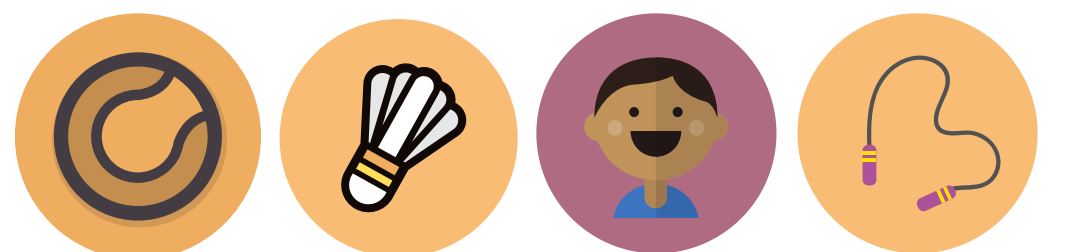
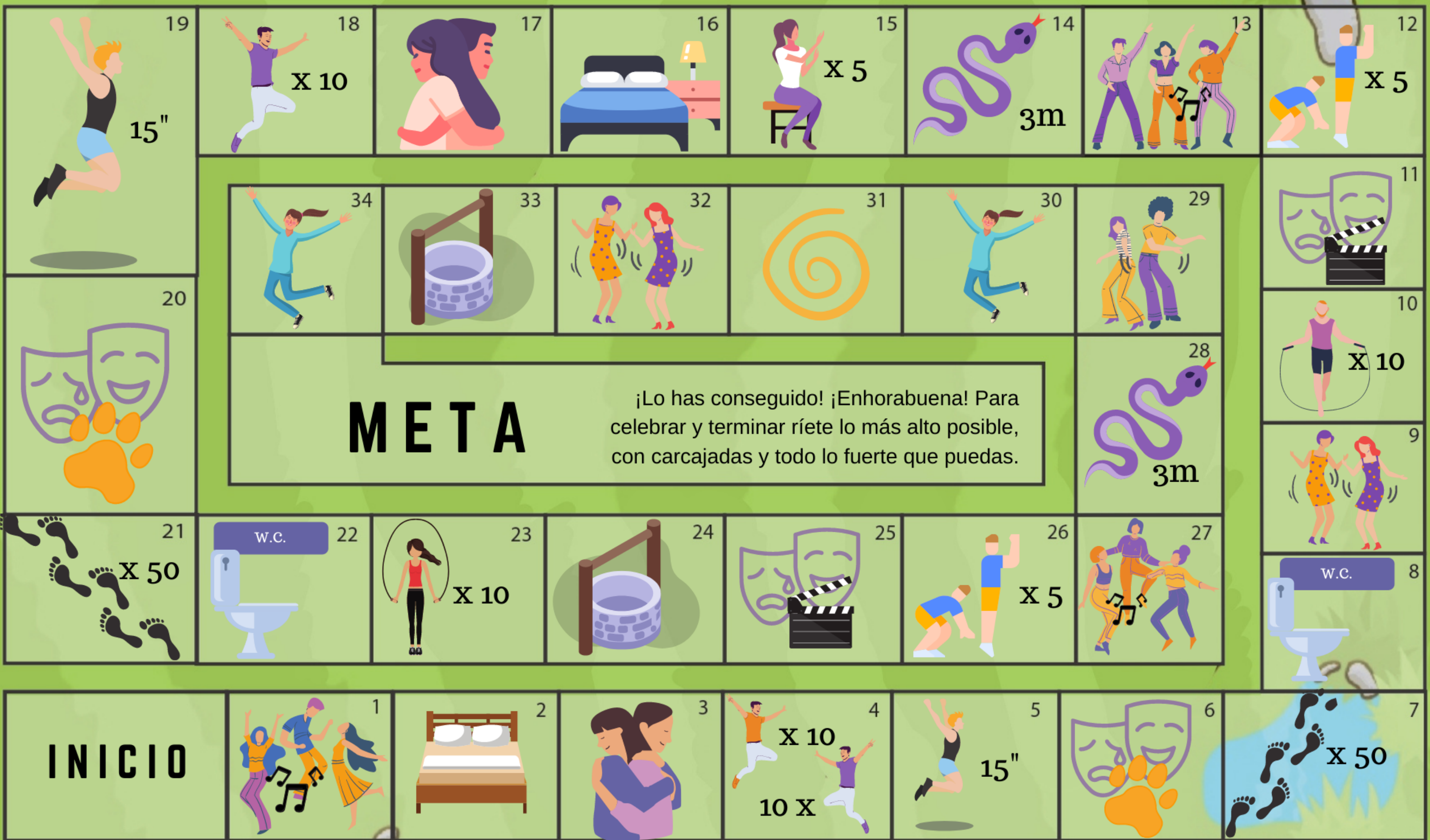


Gipuzkoako
Foru Aldundia
Kultura, Lanbideak, Gasteia
eta Kirol Departamentua



ETORKIZUNA
ORAIN

EL JUEGO DE LA OCA Y LOS RETOS



①

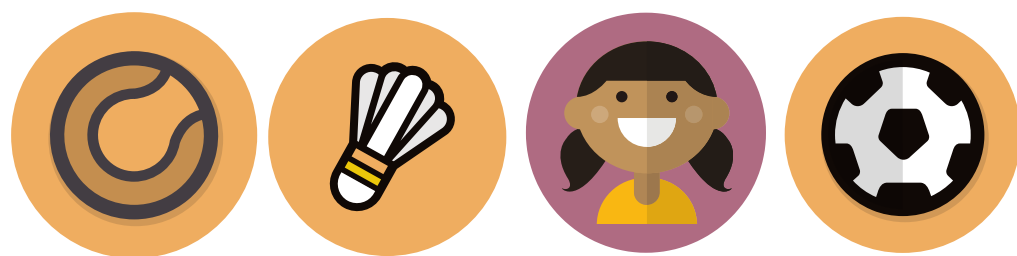
INICIO

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15

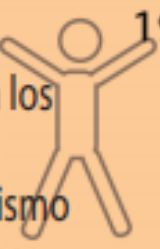

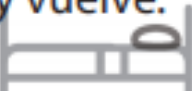


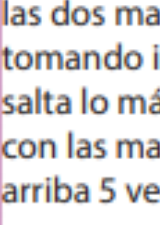

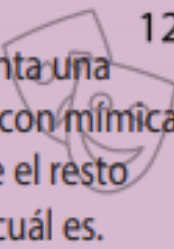
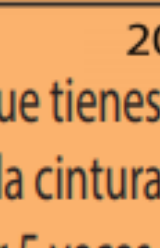
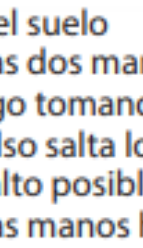
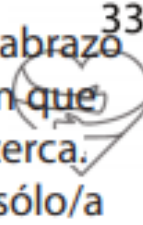

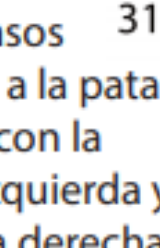
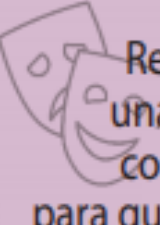



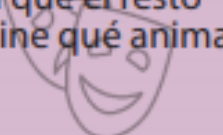



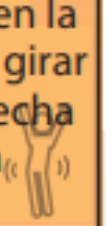





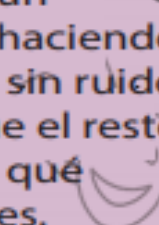




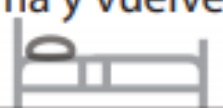


16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34

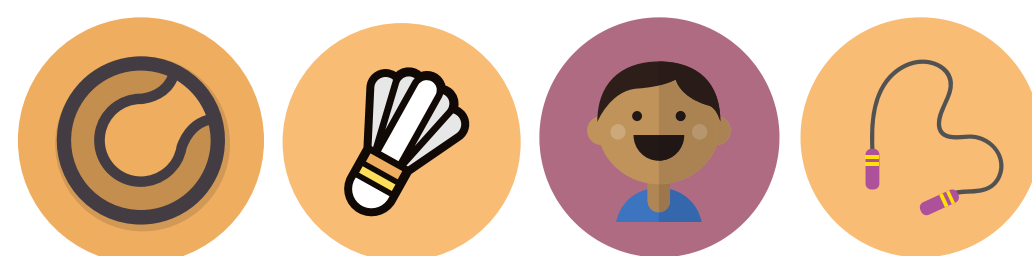
META

¡Lo has conseguido! ¡Enhorabuena! Para celebrar y terminar riéte lo más alto posible, con carcajadas y todo lo fuerte que puedas.



EL JUEGO DE LA OCA Y LOS RETOS

19 Abre y cierra los brazos y las piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando "¡OCA!". 	18 Salta 10 veces a la pata coja con una pierna y con la otra. 	17 Vete a otra habitación, tumbate en la cama y vuelve. 	16 Siéntate y levántate 5 veces de una silla. 	15 Salta hacia atrás 5 veces con la cuerda. 	14 Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces. 	13 Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda. 	12 Representa una película con mímica para que el resto adivine cuál es. 
20 Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces a la derecha y otras 5 hacia la izquierda. 	34 Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces. 	33 Dale un abrazo a alguien que tengas cerca. Si estás sólo/a dátelo a ti. 	32 ¡Has caído en el pozo! Tendrás que volver al inicio. Te toca empezar de nuevo. 	31 Da 50 pasos por casa a la pata coja, 25 con la pierna izquierda y 25 con la derecha. 	30 Representa una película con mímica para que el resto adivine cuál es. 	29 Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces. 	11 Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve. 
21 "Corre" sin moverte del sitio durante 15 segundos o sube tus rodillas rápidamente, durante 15 seg. 	22 Imita a un animal haciendo mímica sin ruido para que el resto adivine qué animal es. 	23 ¡Has caído en el pozo! Tendrás que volver al inicio. Te toca empezar de nuevo. 	24 Dale un abrazo a alguien que tengas cerca. Si estás sólo/a dátelo a ti. 	25 Baila una canción. 	26 Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda. 	28 "Corre" sin moverte del sitio durante 15 segundos o sube tus rodillas rápidamente, durante 15 seg. 	10 Desplázate por el suelo 3 metros como si fueras una serpiente. 
<div>35 Desplázate por el suelo 3 metros como si fueras una serpiente </div> <div>META ¡Lo has conseguido! ¡Enhorabuena! Para celebrar y terminar riéte lo más alto posible, con carcajadas y todo lo fuerte que puedas.</div>							
27 Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve. 	9 Salta 10 veces con la cuerda. 	8 Imita a un animal haciendo mímica sin ruido para que el resto adivine qué animal es. 	7 Abre y cierra los brazos y las piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando "¡OCA!". 	6 Da 50 pasos por casa. 	5 Baila una canción. 	4 Salta a la pata coja 10 veces con cada pierna. 	3 Vete a otra habitación, tumbate en la cama y vuelve. 
2 Siéntate y levántate 5 veces de una silla. 	1 Baila una canción. 	INICIO					



EL JUEGO DE LA OCA Y LOS RETOS

<p>19</p> <p>Abre y cierra los brazos y las piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando "¡OCA!"</p>	<p>18</p> <p>Salta 10 veces a la pata coja con una pierna y con la otra.</p>	<p>17</p> <p>Vete a otra habitación, tumbate en la cama y vuelve.</p>	<p>16</p> <p>Siéntate y levántate 5 veces de una silla</p>	<p>15</p> <p>Salta hacia atrás 5 veces con la cuerda.</p>	<p>14</p> <p>Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces.</p>	<p>13</p> <p>Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda.</p>	<p>12</p> <p>Representa una película con mímica para que el resto adivine cuál es.</p>
<p>20</p> <p>Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces a la derecha y otras 5 hacia la izquierda.</p>	<p>34</p> <p>Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces.</p>	<p>33</p> <p>Dale un abrazo a alguien que tengas cerca. Si estás sólo/a dátelo a ti.</p>	<p>32</p> <p>¡Has caído en el pozo! Tendrás que volver al inicio. Te toca empezar de nuevo.</p>	<p>31</p> <p>Da 50 pasos por casa a la pata coja, 25 con la pierna izquierda y 25 con la derecha.</p>	<p>30</p> <p>Representa una película con mímica para que el resto adivine cuál es.</p>	<p>29</p> <p>Toca el suelo con las dos manos y luego tomando impulso salta lo más alto posible con las manos hacia arriba 5 veces.</p>	<p>11</p> <p>Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve.</p>
<p>21</p> <p>"Corre" sin moverte del sitio durante 15 segundos o sube tus rodillas rápidamente, durante 15 seg.</p>	<p>22</p> <p>Imita a un animal haciendo mímica sin ruido para que el resto adivine qué animal es.</p>	<p>23</p> <p>¡Has caído en el pozo! Tendrás que volver al inicio. Te toca empezar de nuevo.</p>	<p>24</p> <p>Dale un abrazo a alguien que tengas cerca. Si estás sólo/a dátelo a ti.</p>	<p>25</p> <p>Baila una canción.</p>	<p>26</p> <p>Imagina que tienes un aro en la cintura. Hazlo girar 5 veces la derecha y otras 5 hacia la izquierda.</p>	<p>27</p> <p>Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve.</p>	<p>8</p> <p>Imita a un animal haciendo mímica sin ruido para que el resto adivine qué animal es.</p>
<p>28</p> <p>"Corre" sin moverte del sitio durante 15 segundos o sube tus rodillas rápidamente, durante 15 seg.</p>	<p>28</p> <p>¡Lo has conseguido! ¡Enhorabuena! Para celebrar y terminar riete lo más alto posible, con carcajadas y todo lo fuerte que puedas.</p>	<p>27</p> <p>Vete hasta el baño a cuatro patas y vuelve.</p>	<p>7</p> <p>Abre y cierra los brazos y las piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando "¡OCA!"</p>	<p>6</p> <p>Da 50 pasos por casa.</p>	<p>5</p> <p>Baila una canción.</p>	<p>4</p> <p>Salta a la pata coja 10 veces con cada pierna.</p>	<p>3</p> <p>Vete a otra habitación, tumbate en la cama y vuelve.</p>
<p>1</p> <p>Baila una canción.</p>	<p>2</p> <p>Siéntate y levántate 5 veces de una silla</p>	<p>3</p> <p>Vete a otra habitación, tumbate en la cama y vuelve.</p>	<p>4</p> <p>Salta a la pata coja 10 veces con cada pierna.</p>	<p>5</p> <p>Baila una canción.</p>	<p>6</p> <p>Da 50 pasos por casa.</p>	<p>7</p> <p>Abre y cierra los brazos y las piernas al mismo tiempo 7 veces y al cerrar las piernas da una palmada por encima de tu cabeza gritando "¡OCA!"</p>	<p>INICIO</p>