

OBJETIVOS

- Incrementar la creatividad y la autonomía a través del juego.
- Fomentar la cooperación, el buen humor y la superación de retos conjuntos en la Unidad de convivencia, en familia.
- Desarrollar habilidades motoras, sociales y emocionales.
- Aumentar la consciencia, regulación y control del propio cuerpo y de las emociones.
- Trabajar los principios de convivencia acordados y adquirir compromisos y responsabilidades durante la sesión.

ORIENTACIONES PRÁCTICAS

- 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.
- Realizar este tipo de sesiones puede ser un reto. La paciencia y motivación extra serán necesarias.
- La duración de cada actividad podrá ser adaptada ya que en sesiones telemáticas puede que se cansen antes.


MATERIAL

Almohadas, cojines, 10 pares de calcetines hechos una bola, mantas, materiales para pintarse la cara, complementos para disfraz de indio/a (opcional), una mochilita o bolsa "para recolectar verduras" y "La caja de los superpoderes".

INICIO



a) "¿Cómo vengo?" : ¿Como qué comida te sientes hoy? ¿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

CUENTO MOTOR "LA AVENTURA INDIA"



En la siguiente sesión se plantea una práctica de juego motor a realizar en la unidad de convivencia, en la familia, desde casa o adaptándola a otros espacios. La propuesta consisten en sumergirles en un cuento en movimiento, imaginando que son indios e indias siendo los y las protagonistas de la historia. Una persona guiará el juego, narrará el cuento y los y las participantes actuarán como protagonistas.

Los cuentos motores son **cuentos contados y jugados**. Los niños y niñas son los protagonistas del cuento, y por tanto los actores y actrices en el momento de su narración. La esencia de los cuentos motores es el movimiento y es una herramienta para la educación integral de los niños y niñas entre 6-10 años. Por supuesto será necesario adaptar los diferentes cuentos motores en función de la edad, el grupo y las condiciones del entorno.

Material: almohadas, cojines, 10 pares de calcetines hechos una bola, mantas, materiales para pintarse la cara, complementos para disfraz de indio/a (opcional), una mochilita o bolsa "para recolectar verduras".

Inicio: el grupo de participantes se sentará en círculo. Quien guía el juego, en este caso la persona sabia de la tribu (persona adulta para empezar que puede ser sustituida por algún/a participante una vez que conozcan el juego), sumergirá al grupo en la aventura, en el cuento motor:

"Somos una tribu india norteamericana, los Sioux de la familia Dakota y vivimos en tipis (parecidos a tiendas de campaña). Soy las personas más sabia de la tribu y vosotros y vosotras los niños y niñas más valientes de la tribu.

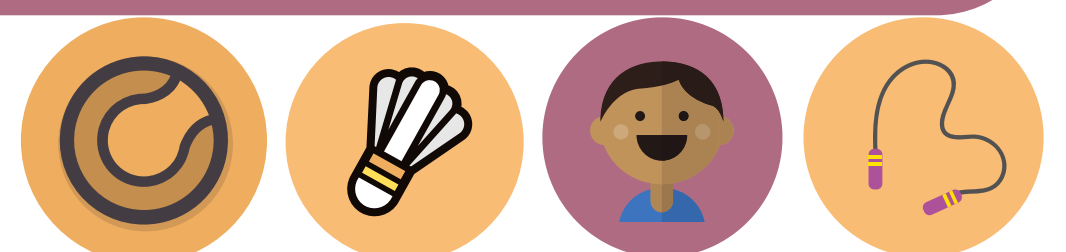
Nos saludamos levantando la mano y diciendo JAU! A ver, probemos. Cuando grite Jau! me contestáis gritando Jau!

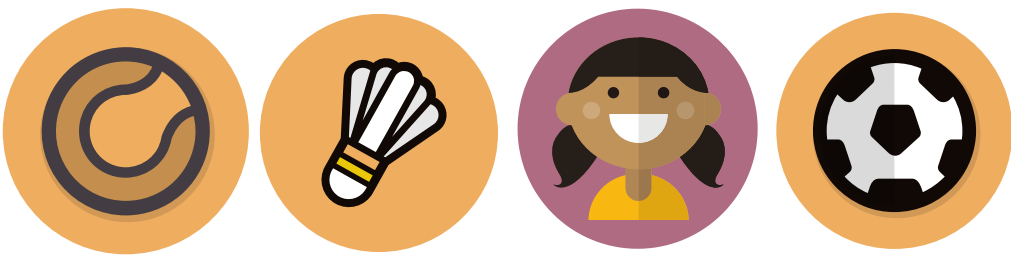
Nos hemos quedado sin comida, así que vamos a ir en busca de alguna verdura y cazaremos algún animal para poder tener comida para la tribu en las próximas semanas. Sois niños y niñas valientes y necesitamos vuestra ayuda.

Tenemos que subir a un monte, cazar un bisonte que hemos visto allí, y recoger las verduras y frutas que encontremos por el camino. El camino no será fácil ya que tendremos que atravesar un gran río y pasar la noche en el monte. Volveremos a la mañana siguiente, utilizando las canoas que tenemos junto al río. ¿Os atrevéis a venir conmigo para conseguir comida? ¿Os animáis a vivir esta aventura?"

Pintando las caras: decorar el rostro pintándolo con colores y disfrazarse en la medida de lo posible.

La danza india: darán vueltas en círculo moviendo brazos y piernas cantando esta canción: "¡Somos indias!, ¡somos indios! y este es nuestro canto! ¡abbbbaaaaabbbbaaaa! abbbbaabbbbaaaa!!!" girar esto acercando y alejando la mano de la boca...





Desarrollo:

"Tendrán que subir el monte **río arriba**" y no podrán tocar el "agua" (el suelo) ya que hay cocodrilos. Creando un circuito en casa, el objetivo consistirá en no tocar el suelo utilizando sillas, mesas, almohada, cojines... desplazándose por encima de esos objetos como si estuvieran moviéndose "de una piedra a otra sin tocar el agua", pisando sobre diferentes materiales hasta llegar a una habitación.

Recogiendo verduras: hemos subido al monte y recogeremos "las verduras" (pares de calcetines hechos una bola) que encontremos, algunos estarán ligeramente escondidos.

Caza: tras recoger las verduras cazaremos un bisonte para alimentarnos. Para ello, necesitaremos la cooperación de cada participante ya que es necesario alcanzar al bisonte con 6 "flechas". Esas "flechas" podrán ser pares de calcetines o bolas de papel. Y el bisonte será representado por globos pegados en la pared o algo similar. Las indias e indios lanzarán "las flechas" una a una y el bisonte habrá sido cazado cuando cada participante lo haya "alcanzado" 6 veces con los calcetines o las pelotas de papel.

Noche en el monte: ha anochecido así que pasaremos la noche en el monte (apagaremos la luz). Debido a que en este monte habitan animales salvajes las indias e indios permanecerán en silencio para que no les escuchen. Quien facilita el juego representará el papel de animal salvaje. Por tanto, mientras el grupo de indios/as está en silencio aparecerá el animal salvaje y deberán estar sin hablar, aguantando la risa, hasta que se vayan los animales.

Bajando del monte: a la mañana siguiente, llevándose toda las verduras recogidas reharán el circuito y bajarán por el monte.

Río abajo en canoa: cada participante se sentará en línea en el pasillo como si estuviesen dentro de una canoa. Empezarán a remar a la vez. "¡Cuidado, un árbol!", tendrán que avanzar con cuidado ya que de vez en cuando se encontrarán con largas ramas de árboles así que deberán agacharse para sortearlos y mantener la atención. También hay pirañas, así que cuando vean acercarse alguna levantarán los pies para evitarlas.

De vuelta al campamento: consturirán otro circuito para volver al campamento.

Final: han conseguido llegar de vuelta al campamento con la comida y están felices. Han organizado una fiesta en el campamento para celebrar la valentía de estos/as niños/as indios/as. Se sentarán en círculo para agradecer y celebrar la valentía mostrada por las niñas y niños indios y lo celebrarán moviéndose y bailando la canción del inicio.

Duración: 30-35 mins.

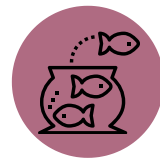
Variantes: utilizando diferentes tipos de circuitos o cambiando la historia por una aventura de exploradores/as, investigadores/as...

TU LUGAR FAVORITO - MICROPRÁCTICA 4 - 2 mins



Cuando escuches "¡Tu lugar favorito!", te pararas en el espacio, cerrarás los ojos, respirarás y viajarás al sitio que te guste. ¿Cuá es?, ¿el monte?, ¿la playa?, ¿una pradera verde?, ¿un río?... ¿cómo es? ¿Qué tiempo hace? Imagínate que caminas por ese lugar... puede que toques el agua... o que te sientes en la hierba... ¿qué sientes?, ¿está fría el agua?, ¿está mojada la hierba?, ¿qué estás viendo?, para terminar respira profundamente y al soltar el aire abre los ojos poco a poco.

EL JUEGO DEL MINUTO



Material: no es necesario.

Inicio: cada participante se colocará con los ojos cerrados.

Objetivo: manteniendo la atención y concentración tendrán que calcular cuándo habrá transcurrido un minuto de manera lo más precisa posible. Ganará quien lo adivine con precisión o quien se quede más cerca.

Desarrollo: la persona que facilita el juego cronometrará un minuto y cada participante contará y calculará en silencio con los ojos cerrados el paso de ese minuto exacto y levantarán la mano cuando piensen que haya pasado.

Final: tras el paso del minutor cuando se determine quien se ha acercado más en el cálculo.

Duración: 3 mins.

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.

