

MANUAL INTERACTIVO (PROYECTO “INCLUSIVE BREAK”)



ÍNDICE

MANUAL INTERACTIVO (PROYECTO “INCLUSIVE BREAK”).....	1
INTRODUCCIÓN.....	4
METODOLOGÍA.....	5
✓ SUGERENCIA DE PLAN DE METODOLOGÍA.....	6
TALLERES.....	8
✓ TALLER 1: “¡VAMOS A CONOCERNOS!”.....	8
✓ TALLER 2: “¡CONECTEMOS! 1”.....	10
✓ TALLER 3: “¡CONECTEMOS! 2”.....	13
✓ TALLER 4: “¡VAMOS A PASARLO BIEN! 1”.....	15
✓ TALLER 5: “¡VAMOS A PASARLO BIEN! 2”.....	18
✓ TALLER 6: “EXPERIENCIAS CON DESCANSOS ACTIVOS”.....	20
✓ TALLER 7: “PELOTA AL AIRE”.....	22
✓ TALLER 8: “EDUCAR PARA EQUILIBRAR CON TUTORÍAS ENTRE IGUALES”.....	25
✓ TALLER 9: “BUENA COMUNICACIÓN”.....	27
✓ TALLER 10: “EL CAMPO MINADO DE LA CONFIANZA”....	30
✓ TALLER 11: “APRENDIENDO SOBRE LA MARCHA”.....	32
✓ TALLER 12: “JUEGA CON NOSOTROS/AS”.....	35
✓ TALLER 13: “TEATRO DE IMPROVISACIÓN”.....	38
✓ TALLER 14: “ATRÁPAME, SI PUEDES”.....	40
✓ TALLER 15: “PONTE EN MIS ZAPATOS”.....	42

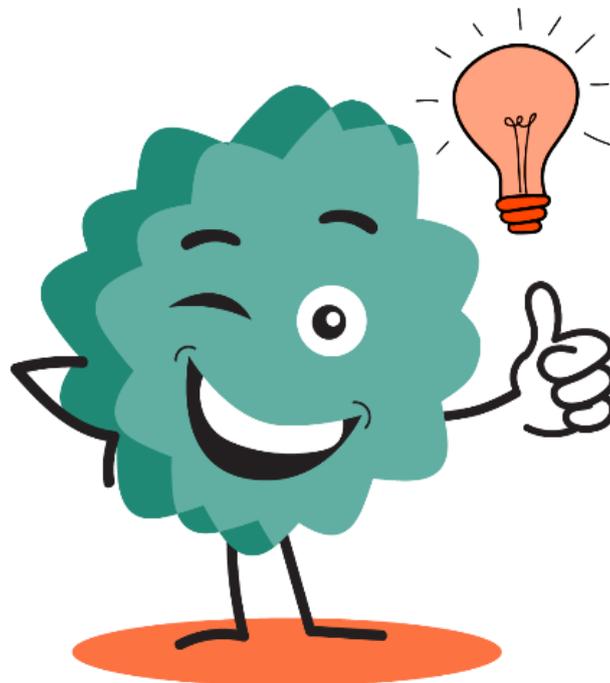
✓ TALLER 16: “¿QUIÉN SE ESCONDE?”	45
✓ TALLER 17: “JUEGOS DE MOVIMIENTO”	47
✓ TALLER 18: “JUEGA EN LA ARENA”	50
✓ TALLER 19: “UN NUEVO JUEGO DE BALONCESTO”	54
✓ TALLER 20: “NO MIRES”	56
✓ TALLER 21: “ESCUCHA LA MÚSICA”	58
✓ TALLER 22: “CAMINO A LA INCLUSIÓN”	60
✓ TALLER 23: “¡MÁS RÁPIDO!”	62
✓ TALLER 24: “JUEGOS COOPERATIVOS”	64
✓ TALLER 25: “ATAQUE A LA EXCLUSIÓN”	66
✓ TALLER 26: “CONOCERME, CONOCERNOS”	69
✓ TALLER 27: “P DE PERFECTO”	71
✓ TALLER 28: “LA RETROALIMENTACIÓN”	72
✓ TALLER 29: “¡SÉ LA ESTRELLA!”	74
✓ TALLER 30: “MI NOMBRE Y YO”	75
✓ TALLER EXTRA: “RECICLA, COLABORA Y RESPETA LA NATURALEZA”	77
CONCLUSIONES SOBRE LA METODOLOGÍA.....	79
✓ IMPACTO EN LOS/AS ESTUDIANTES.....	79
RECOMENDACIONES PARA EDUCADORES/AS.....	84

INTRODUCCIÓN

Este documento es el principal resultado del **proyecto “Inclusive Break”**.

Se trata de un **manual interactivo** donde encontrarás:

- La **metodología diseñada**, que consiste en **30 talleres** para los recreos escolares.
- Las **conclusiones extraídas** tras probar los mencionados talleres (que se llevaron a cabo en 3 escuelas diferentes de España, Italia y Rumanía).
- Algunas **recomendaciones y consideraciones a tener en cuenta** para que los/as educadores/as apliquen la metodología en sus propios contextos.



METODOLOGÍA

La **metodología** fue **diseñada por el consorcio** del proyecto y sus trabajadores/as: profesores/as, facilitadores/as, trabajadores/as sociales y otros/as profesionales de la educación.

Se desarrollaron **31 talleres**, de los cuales 30 componen el plan metodológico y el otro es un taller extra.

Los talleres dividen en **4 categorías**:

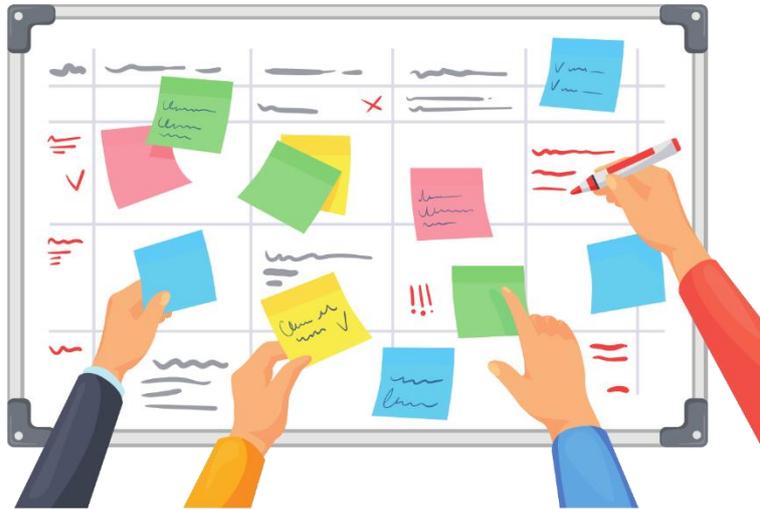
- 
- **Rompehielos.**
 - **Deportes y actividades al aire libre.**
 - **Juegos tradicionales e inclusivos.**
 - **Evaluación.**

Se diseñó un **plan** donde se ordenan los talleres para que el proceso tenga sentido, según el tipo de actividades incluidas en dichos talleres.

Sin embargo, esto es sólo una **sugerencia** porque la metodología debe **adaptarse al contexto y al grupo destinatario**.

Se pueden adaptar **la selección, el número y el orden de las actividades**, siempre teniendo en cuenta que el objetivo es **promover la inclusión** de todos/as los/as niños y niñas en los centros educativos.

✓ SUGERENCIA DE PLAN DE METODOLOGÍA



1. Fase de “Rompehielos”:

- Taller “¡Vamos a conocernos!”
- Taller “¡Conectemos! 1”.
- Taller “¡Conectemos! 2”.
- Taller “¡Vamos a pasarlo bien! 1”.
- Taller “¡Vamos a pasarlo bien! 2”.

2. Fase de “Juegos”:

- Taller “Experiencias con descansos activos”.
- Taller “Pelota al aire”.
- Taller “Educar para equilibrar con tutorías entre iguales”.
- Taller “Buena comunicación”.
- Taller “El campo minado de la confianza”.
- Taller “Aprendiendo sobre la marcha”.
- Taller “Juega con nosotros/as”.
- Taller “Teatro de improvisación”.

- Taller “Atrápame, si puedes”.
- Taller “Ponte en mis zapatos”.
- Taller “¿Quién se esconde?”
- Taller “Juegos de movimiento”.
- Taller “Juega en la arena”.
- Taller “Un nuevo juego de baloncesto”.
- Taller “No mires”.
- Taller “Escucha la música”.
- Taller “Camino a la inclusión”.
- Taller “¡Más rápido!”
- Taller “Juegos cooperativos”.
- Taller “Ataque a la exclusión”.

3. Fase de “Evaluación”:

- Taller “Conocerme, conocernos”
- Taller “P de Perfecto”.
- Taller “La retroalimentación”.
- Taller “¡Sé la estrella!”
- Taller “Mi nombre y yo”.

4. Taller extra: “Recicla, colabora y respeta la naturaleza”.

TALLERES

✓ TALLER 1: “¡VAMOS A CONOCERNOS!”

Los **objetivos** de este taller son 2: **conocer los nombres** de los/as participantes y **obtener información** sobre todos/as los/as participantes.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Vamos a conocernos!”](#)

Este taller comprende **2 actividades**: “La tela de araña” y “¿Recuerdas mi nombre?”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“La tela de araña”), el/la facilitador/a usa un ovillo de hilo.

Él/Ella empieza diciendo su nombre y una cosa sobre sí mismo/a (por ejemplo, su color favorito).

Luego, lanza la pelota a un/a participante y se queda con el hilo.

La persona que atrape el ovillo hará lo mismo.

El juego continúa hasta que todos/as hayan dicho su nombre y una característica.

Entonces, los/as participantes vuelven hacia atrás, recogiendo el hilo, pero esta vez tienen que decir el nombre de la persona a la que lanzan el ovillo.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Se puede usar una pelota, en lugar de un ovillo de hilo.
- Los/as participantes pueden decir sólo sus nombres.
- Si es necesario, esta actividad se puede hacer de forma escrita, en lugar de hablada.

Para llevar a cabo la **actividad 2** (“¿Recuerdas mi nombre?”), el grupo se divide en 2 equipos.

Cada equipo forma una fila, quedando los/as participantes frente a frente; entre ellos/as, habrá una manta o sábana.



Por turnos, un/a participante de cada equipo permanece delante de la manta; cuando ésta se quite, debe decir el nombre de la otra persona lo más rápido posible.

Gana el/la participante que diga el nombre del/la otro/a más rápido.

La persona que pierde pasa al equipo contrario.

Adaptaciones de la actividad 2:

- Puede haber tarjetas con los nombres.
- Esta actividad puede hacerse sin tiempo determinado.

✓ TALLER 2: “¡CONECTEMOS! 1”

Los **objetivos** de este taller son 2: **interactuar con niños/as** con quienes no suelen jugar e **incluir a todos/as los/as niños/as** del grupo.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Conectemos! 1”](#)

Este taller comprende **2 actividades**: “Empareja las cartas” y “Miembros de la familia”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“Empareja las cartas”), el/la facilitador/a elige frases o citas cortas muy conocidas, las divide por la mitad y escribe cada una en un papel.

Por ejemplo, puede escribir “Feliz” en un papel y “Cumpleaños” en otro.

El número de frases divididas debe coincidir con el número de participantes.

Los trozos de papel se doblan y se ponen dentro de un sombrero.

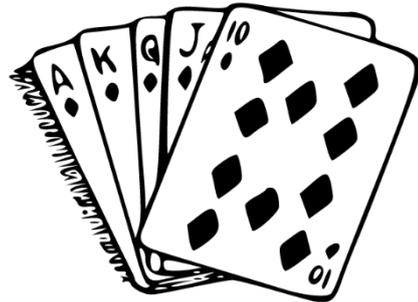
Cada participante coge un trozo de papel del sombrero e intenta encontrar al miembro del grupo que tenga la otra mitad de la frase que coincida con la suya propia.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Los/as niños/as pueden encontrar a la pareja diciendo en voz alta lo que está escrito en su papel.
- En lugar de frases o palabras escritas, se puede usar un dibujo partido por la mitad (como los puzles).
- Esta actividad se puede hacer con un tiempo determinado o sin tiempo.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Miembros de la familia”)**, el/la facilitador/a prepara unas tarjetas de familias con apellidos inventados que guarden relación.

Por ejemplo, puede usar distintas profesiones (“Madre agricultora”, “Hermana hortelana” y “Hermano granjero”) o nombres de diferentes animales o frutas.



Cada familia debe tener 4 o 5 miembros.

El/La facilitador/a entrega a cada participante una tarjeta y les pide que se paseen por la sala.

Cuando el/la facilitador/a diga “¡Reunión familiar!”, todos/as deben intentar formar un “grupo familiar” lo antes posible.

Adaptaciones de la actividad 2:

- Los/as niños/as pueden describir lo que aparece en su tarjeta y los miembros intentan reconocerlo y relacionarlo.
- Las tarjetas pueden contener dibujos, en lugar de texto.
- Esta actividad puede hacerse sin tiempo determinado.

✓ TALLER 3: “¡CONECTEMOS! 2”

Los **objetivos** de este taller son 2: **interactuar con niños/as** con quienes no suelen jugar y **desarrollar la expresividad no verbal**.

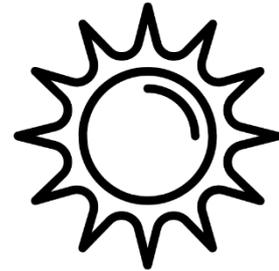


Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Conectemos! 2”](#)

Este taller comprende **2 actividades**: “El Sol brilla sobre ...” y “Encuentra a tu pareja”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“El Sol brilla sobre ...”), los/as participantes se sientan o se ponen de pie formando un círculo cerrado con una persona en el centro.

La persona del centro dice “El Sol brilla sobre ...” y nombra un color o una prenda de vestir que posean algunos miembros del grupo.



Por ejemplo, “El Sol brilla sobre quienes visten de azul” o “El Sol brilla sobre quienes tienen los ojos marrones”.

Los/as participantes que tengan ese atributo deben cambiar de lugar entre sí.

La persona del centro intentará ocupar 1 de sus lugares mientras se mueven, de modo que quede otro/a participante sin sitio y pase al medio.

La nueva persona del centro dice “El Sol brilla sobre ...” y nombra un atributo diferente.

Adaptaciones de la actividad 1:

- En lugar de cambiar de sitio, los/as niños/as con el atributo específico pueden sentarse.
- Sólo el/la facilitador/a dice los atributos.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Encuentra a tu pareja”)**, el/la facilitador/a prepara tarjetas de animales.

Es necesario que haya 2 tarjetas iguales de cada animal.

Cada participante coge una tarjeta y ve qué animal ha sacado.

Cuando el/la facilitador/a diga “¡Encuentra a tu pareja!”, los/as niños/as se moverán, haciendo el sonido del animal que les ha tocado o imitándolo, hasta que se encuentren.

Adaptaciones de la actividad 2: Las tarjetas pueden ser dibujos o tener la escritura Braille.

✓ TALLER 4: “¡VAMOS A PASARLO BIEN! 1”

Los **objetivos** de este taller son:

- **Interactuar** con todos/as los/as niños/as.
- Aprender a **formular las preguntas adecuadas**.
- **Prestar atención** y ser rápido/a.
- Desarrollar la **resiliencia** y la **tolerancia a la frustración**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Vamos a pasarlo bien! 1”](#)

Este taller comprende **3 actividades**: “¿Quién soy?”, “La corriente eléctrica” y “La isla”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“¿Quién soy?”), el/la facilitador/a pega el nombre de un animal o un dibujo en la espalda de cada participante, para que no lo vean.

A continuación, él o ella pide a los/as participantes que se paseen por la sala, haciéndose preguntas sobre su animal.

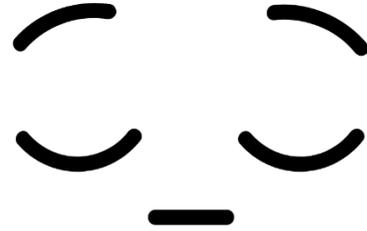
Las preguntas sólo pueden responderse con “sí” o “no”: por ejemplo, “¿Soy mamífero?”, “¿Tengo pelo?”.

El juego continúa hasta que todos/as averigüen quiénes son.

Adaptaciones de la actividad 1: Las tarjetas pueden ser dibujos o tener la escritura Braille.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“La corriente eléctrica”)**, los/as participantes se dividen en 2 equipos, colocados frente a frente en 2 filas.

Los/as participantes se cogen de la mano y todos/as tienen los ojos cerrados.



Al final de las filas hay un pañuelo, que será el premio.

El/La facilitador/a coge de la mano al primer niño/a de la fila y le da la "corriente eléctrica", apretando la mano del/la primer/a niño/a de cada fila.

Los/as niños/as deben seguir dando el impulso, apretando las manos de sus compañeros/as, hasta llegar al/la último/a niño/a.

Este/a último/a abre los ojos y coge el pañuelo: eso significa que su equipo gana.

El/La último/a niño/a de la fila se convierte en el/la primero/a.

La **actividad 3 (“La isla”)** es **opcional**.

Para llevar a cabo esta **actividad 3**, los/as participantes se reúnen por parejas, que tendrán un trozo de papel grande (tamaño A2): ese papel grande representa su isla.

La pareja de participantes permanece en el papel y el/la facilitador/a dice que la isla se hunde poco a poco.

El papel se doblará y tendrán que permanecer en el nuevo papel, más pequeño.

Los/as participantes continúan hasta que el/la facilitador/a decide el final.

Adaptaciones de la actividad 3: Si es necesario, se pueden usar papeles más grandes.

✓ TALLER 5: “¡VAMOS A PASARLO BIEN! 2”

Los **objetivos** de este taller son 2: **conocer mejor a los/as participantes** y **conectar** con todos/as ellos/as.



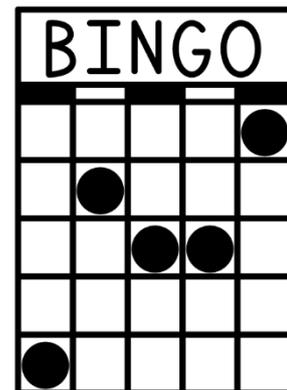
Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Vamos a pasarlo bien! 2”](#)

Este taller comprende **3 actividades**: “El juego del Bingo”, “Papel y pajitas” y “Crea una forma geométrica”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“El juego del Bingo”), cada participante tiene un papel con distintas frases.

Por ejemplo, “Tengo los ojos azules”, “Me gustan los macarrones”, etc.

Los/as participantes caminan por el grupo para buscar a una persona que tenga una de esas características y escriben el nombre de esos/as compañeros/as.



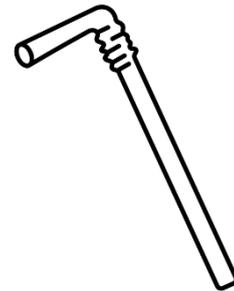
Cuando alguien complete el papel, dice “Bingo”.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Si es necesario, puede utilizarse escritura en Braille.
- La persona puede decir la pregunta en voz alta y quien se identifique con ella escribe el nombre en el papel.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Papel y pajitas”)**, los/as participantes se dividen en equipos. Cada equipo forma una fila y pone un trozo de papel al principio de su fila.

Cada miembro del equipo tiene una pajita o caña para beber: cuando empieza el juego, la primera persona debe coger el trozo de papel chupando la pajita.



A continuación, esa persona tiene que pasar el papel al siguiente miembro del equipo, usando el mismo método.

Si el papel se cae, vuelve a la primera persona y toda la secuencia debe empezar de nuevo.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Crea una forma geométrica”)**, los/as participantes tienen los ojos vendados y sujetan una cuerda con las 2 manos.

El/La facilitador/a les dice que creen una forma geométrica con esa cuerda.

Los/as participantes deben crear dicha forma geométrica, usando la comunicación.



✓ TALLER 6: “EXPERIENCIAS CON DESCANSOS ACTIVOS”

Los **objetivos** de este taller son 2: **conocer mejor a los/as participantes** y **conectar** con todos/as ellos/as.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Experiencias con descansos activos”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Experiencias con descansos activos**”.

Para llevar a cabo esta actividad, los/as niños/as forman parejas en las que uno/a es el/la Robot y otro/a es su comandante: el/la robot está de espaldas al/la comandante y recibe órdenes mediante toques.

Después, el/la facilitador/a dibuja en la pizarra una encrucijada con las siguientes direcciones: arriba, abajo, derecha e izquierda.

Con los brazos extendidos en paralelo, los/as alumnos/as deben señalar en la misma dirección que indique el/la facilitador/a; al mismo tiempo, los/as participantes pronuncian la dirección a coro.

Por último, las parejas de niños/as se desplazan despacio por la sala y, cuando oigan las siguientes palabras clave, deben hacer el movimiento correcto:

- **“Sol”**: los/as niños/as se alegran, se cogen del brazo y bailan.

- **“Frío”**: los/as 2 niños/as se acurrucan y se frotan para entrar en calor.
- **“Lluvia”**: un/a niño/a construye un refugio para la lluvia y el/la otro/a se refugia debajo.
- **“Viento”**: un/a niño/a construye un refugio contra el viento y el/la otro/a se refugia detrás.



Adaptaciones de la actividad:

- El/La robot puede tener los ojos cerrados o abiertos.
- Los/as alumnos/as deben hacer lo contrario de lo que indica el profesor (por ejemplo, intercambiar la derecha con la izquierda y/o la parte de abajo con la de arriba).
- Cambiar de pareja durante el juego.
- Dejar que los/as niños/as sean quienes dicen las palabras clave.
- Introducir nuevas palabras y gestos (por ejemplo, relámpago, trueno, etc.).

✓ TALLER 7: “PELOTA AL AIRE”

Los **objetivos** de este taller son 2: **crear confianza y coordinación,** y **crear identidad de grupo.**



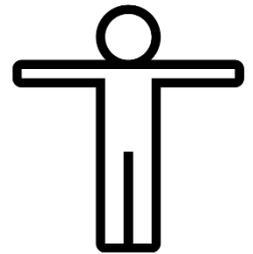
Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Pelota al aire”](#).

Este taller comprende **3 actividades:** “¡Bomba!”, “Pelota caliente” y “Pies quietos”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“¡Bomba!”)**, los/as niños/as se colocan en círculo y uno/a se pone en el centro, con los ojos cerrados.

Los/as alumnos/as del círculo se pasan la pelota entre ellos/as, siempre a la persona de su derecha, mientras quien está en el centro cuenta mentalmente:

- Al llegar a 10, levanta un brazo.
- Al llegar a 20, levanta ambos brazos, en cruz.
- Al llegar a 30, levanta un brazo hacia el cielo.
- Al llegar a 40, levanta ambos brazos hacia el cielo.
- Al llegar a 50, da una palmada y dice “¡Bomba!”.



La persona que tenga la pelota en ese momento es quien se sitúa en el centro del círculo.

Adaptaciones de la actividad 1: Si alguien no puede mover los brazos, puede verbalizar los avisos.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Pelota caliente”)**, el/la facilitador/a prepara tantos balones como participantes haya y marca una línea que divida la sala por la mitad.

Cuando suene el silbato, todos/as los miembros de cada equipo deben correr para intentar coger 1 de los balones del centro.



Los/as jugadores/as que tengan un balón intentarán “quemar” (esto es, golpear con el balón) a los miembros del equipo contrario para dejarles fuera de juego.

Al acercarse al balón, hay que intentar cogerlo antes de que toque alguna parte del cuerpo.

Si el balón se atrapa en un saque de banda del adversario, un/a compañero/a “quemado/a” puede ser elegido para volver al campo.

Si un/a jugador/a no esquiva el golpe, queda eliminado/a.

Gana el equipo que mantenga, al menos, a un miembro en el campo.

Adaptaciones de la actividad 2: Se puede reducir el campo de juego para acotar las distancias de lanzamiento del balón.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Pies quietos”)**, se forman grupos de 5 a 10 personas y se marca un espacio donde se colocan los/as participantes.

Alguien grita un nombre y la persona nombrada coge una pelota, mientras los demás huyen de él o ella: cuando atrape la pelota, grita “¡Pies quietos!”.

Entonces, todos/as deberán quedarse quietos/as y quien tenga la pelota dará 3 pasos y lanzará la pelota a otra persona:

- Al primer golpe, la persona queda herida.
- Al segundo, la persona queda herida muy grave.
- Al tercer golpe, la persona queda eliminada.

Adaptaciones de la actividad 3:

- Se puede jugar en parejas.
- Se puede hacer sin correr.

✓ TALLER 8: “EDUCAR PARA EQUILIBRAR CON TUTORÍAS ENTRE IGUALES”

El **objetivo** de este taller es desarrollar: el **equilibrio**, la **concentración**, el **control muscular** y la **creatividad para aprender**.



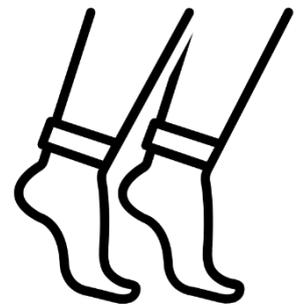
Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube](#) “[Educar para equilibrar con tutorías entre iguales](#)”.

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Educar para equilibrar con tutorías entre iguales**”.

Para llevar a cabo esta actividad, los/as niños/as se balancean sobre las puntas de los pies, uno/a frente a otro/a, extienden sus “**alas**” (esto es, sus brazos) hacia atrás y dicen las siguientes palabras: “Somos pájaros, queremos volar alto en el cielo”.

Los/as niños/as se sientan sobre los talones y se balancean sobre las puntas de los pies, uno/a junto al/la otro/a, sosteniendo sus brazos alrededor de sus cabezas y dicen las siguientes palabras:

“Somos ranas, nos oyes croar en el estanque”.



Los/as niños/as doblan la espalda, tocando sus pies con las manos, con los brazos y las piernas estirados, boca abajo; luego, doblan las rodillas, bajan la espalda y miran hacia arriba. Por último, levantan una pierna hacia arriba, giran la cabeza para mirar el pie en el aire y

dicen: “Soy un gato, me gusta estirar todos mis músculos y mira lo que puedo hacer”.

Después, por parejas, los/as niños/as, uno/a frente a otro/a, se mantienen en equilibrio sobre un pie, con el otro pie tocando la cara interna del muslo de la otra pierna.

Levantán los brazos por encima de la cabeza, tocándose los dedos, y dicen las siguientes palabras: “Soy un árbol y un amigo fiel, doy oxígeno para respirar y mucha sombra para refrescarse, así que cuidame, si quieres amar a la Tierra”.

Por último, por parejas, los niños/as, uno/a frente a otro/a, se equilibran sobre la pierna derecha, doblan la pierna hacia atrás y agarran el pie con la mano izquierda.

Con el brazo derecho estirado hacia delante, giran la mano hacia arriba y dicen: “Soy una flecha y lanzaré muchas palabras amables: lo siento, gracias, por favor, por favor... ¡pero qué bonitas obras, calientan el corazón!”.

✓ TALLER 9: “BUENA COMUNICACIÓN”

El **objetivo** de este taller es fomentar la **comunicación asertiva** y la **participación**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Buena comunicación”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “Teléfono escacharrado”, “Palabras encadenadas” y “Hablando con nuestras manos”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“Teléfono escacharrado”), un/a alumno/a transmite de forma rápida un mensaje al oído de otro/a.

Quien recibe el mensaje debe decirle rápidamente al/la siguiente alumno/a lo que ha entendido, y así sucesivamente, hasta llegar al/la último/a niño/a.

Este/a último/a dirá en voz alta lo que ha entendido y el/la primer/a alumno/a dirá también el mensaje real.

Lo divertido es que el mensaje inicial y el mensaje final no suelen tener nada que ver.



Adaptaciones de la actividad 1: Si hay niños/as con dificultades de habla o audición, el mensaje puede transmitirse más despacio y con

gestos. En ese caso, hay que procurar que sólo vea el mensaje la siguiente persona en turno.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Palabras encadenadas”)**, hay que formar palabras que empiecen por la última sílaba de la palabra dicha por el/la participante anterior.

Para hacer el juego más interesante, no está permitido repetir palabras: por tanto, los/as jugadores/as deben estar muy atentos/as y agudizar la memoria.

Cuando una persona no consiga decir una palabra en el tiempo establecido, queda eliminada.

Esto es así hasta que sólo quede un/a jugador/a, que será el/la ganador/a.

Adaptaciones de la actividad 2: Si hay participantes con dificultades para hablar, se pueden usar pizarras para escribir las palabras.



Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Hablando con nuestras manos”)**, los/as participantes se colocan por parejas y se tumban boca arriba, unidos/as por las cabezas y con las manos levantadas.

A continuación, los/as participantes dicen “Buenos días” con las manos.

Después, se les pregunta lo siguiente:

- ¿Cómo son las manos de tu amigo/a?
- ¿Qué sientes por ellas?

Luego, se les proponen más acciones con las manos: por ejemplo, dar las buenas noches, invitar a alguien a jugar, etc.

Por último, se les pide a los/as participantes que intenten comunicar un sentimiento mediante sus manos al/la compañero/a.

Por ejemplo, alegría, tristeza, cansancio, enfado, cariño, etc.

Después, lo comparten juntos/as y explican por qué han puesto las manos de una determinada forma.

Adaptaciones de la actividad 3: Si hay participantes con dificultades físicas, este juego se puede hacer agachando la cabeza para que sólo se vean las manos.

✓ TALLER 10: “EL CAMPO MINADO DE LA CONFIANZA”

Los **objetivos** de este taller son:

- **Crear equipos.**
- **Reforzar la confianza** entre los miembros del equipo.
- **Sensibilizar sobre las discapacidades** o deficiencias visuales.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “El campo minado de la confianza”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**El campo minado de la confianza**”.

Para llevar a cabo esta actividad, los/as alumnos/as tendrán los ojos vendados y cruzarán un “campo de minas”, guiados/as por un/a compañero/a.

El/La facilitador/a prepara el “campo de minas” con objetos que sirvan de obstáculos y delimita su inicio y final con elementos específicos.

Los/as participantes se dividen en equipos de 2 personas, como mínimo: una tendrá los ojos vendados y la otra será él/la guía.

Los/as participantes deben cruzar el campo de minas; si se equivocan, volverán a empezar el camino.



La persona con los ojos vendados no puede hablar ni ser tocada, sólo seguir las instrucciones habladas del/la compañero/a.

Después de la actividad, el/la facilitador/a pregunta a los/as participantes para que expresen las impresiones y sentimientos que han experimentado durante la actividad.

Algunos ejemplos de preguntas son:

- ¿Qué sentiste al ser guiado/a por tu compañero/a?
- ¿Qué tipo de sensaciones experimentaste al guiar a otra persona mientras ésta no veía nada?
- ¿Confías más en tu compañero/a?
- ¿Hasta qué punto ha sido complicado moverse entre obstáculos sin ver?

Adaptaciones de esta actividad:

- Si hay participantes con dificultades físicas, se puede dejar más espacio entre obstáculos.
- Puede haber un/a facilitador/a de apoyo que proporcione ayuda física a los/as compañeros/as sordos/as.
- Según el tipo de trastorno, se puede tocar al/la compañero/a que tenga los ojos vendados, guiarle alrededor de los obstáculos o hacer uso de herramientas de apoyo.

✓ TALLER 11: “APRENDIENDO SOBRE LA MARCHA”

El **objetivo** de este taller es estimular: la **concentración**, la **memoria**, la **escucha**, el **movimiento**, el **control corporal** y la **relajación**.



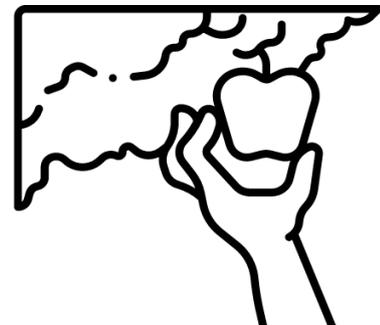
Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Aprendiendo sobre la marcha”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Aprendiendo sobre la marcha**”.

Para llevar a cabo esta actividad, los/as alumnos/as se levantan y se estiran, como si quisieran coger manzanas de una rama alta.

Luego, bajan los brazos y colocan la “manzana” en una cesta, cerca de sus pies.

La “recolección” se repite hasta llenar la cesta imaginaria (15-10 “manzanas”).



Durante el juego, se estiran las piernas y los pies.

El último estiramiento se mantiene más tiempo para sentir mejor la relajación al final.

Después, los/as participantes masajean la espalda de un/a compañero/a, haciendo lo siguiente:

- Cuando el/la facilitador/a dice “brilla el sol”, los/as niños/as colocan las manos sobre los omóplatos del/la compañero/a, hasta que se transmita el calor.
- Cuando el/la facilitador/a diga “llega una nube”, los/as niños/as retiran las manos, se enfría la espalda del/la compañero/a.
- Cuando el/la facilitador/a diga “llovizna ligera”, los/as niños/as golpean la espalda del/la compañero/a de forma ligera, con las yemas de los dedos.
- Cuando el/la facilitador/a diga “lluvia fuerte”, los/as niños/as golpean con cuidado la espalda del/la compañero/a, con los puños cerrados.
- Cuando el/la facilitador/a diga “aguacero”, los/as niños/as golpean más fuerte la espalda del/la compañero/a con la punta de los dedos.
- Cuando el/la facilitador/a diga “el agua se escurre”, los/as niños/as acarician desde los omóplatos hasta la parte baja de la espalda con las manos abiertas (repetir 5 veces).

Por último, los/as participantes se colocan uno/a detrás de otro/a, con los ojos en la espalda del/la compañero/a que tienen delante.



El/La facilitador/a da un mensaje al/la último/a jugador/a, que puede ser una palabra o un número.

El mensaje debe “telegrafarse en la fila”, es decir, que los/as participantes deben dibujarlo o escribirlo en la espalda del/la compañero/a que tengan delante.

Así, el mensaje se transmite hasta el final.

Los/as participantes no pueden hablar.

Cuando el mensaje llegue a la última persona, se comparará con el inicial (similar al juego del teléfono escacharrado).

Adaptaciones de esta actividad:

- Es aconsejable hacer pausas tras cada 20 minutos de trabajo para recuperar la concentración.
- Hay que asegurarse de que los/as alumnos/as tengan la ropa adecuada para hacer las actividades.
- Se recomienda abrir las ventanas, si es posible, para mejorar el aporte de oxígeno.

✓ TALLER 12: “JUEGA CON NOSOTROS/AS”

Los **objetivos** de este taller son 2: desarrollar la **atención**, la **coordinación**, la **agilidad** y los **reflejos**, y fomentar la **identidad individual** y de grupo.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Juega con nosotros/as”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “**Los submarinos**”, “**Las serpientes**” y “**La gallina y los pollitos**”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“**Los submarinos**”), hay que hacer equipos de 6 personas, aproximadamente.

Cada equipo es un “submarino”.

Cada equipo se sujeta por la cintura o por los hombros para formar una fila.

Todas las personas deben tener los ojos vendados para no ver; sólo la persona que esté al final de la fila puede ver.

Cada “submarino” debe caminar por el espacio, sin tocar a los otros equipos.

La persona al final de cada fila (o cada “submarino”), como es la única que puede ver, guía al resto del equipo sobre cómo moverse para no tocarse con los demás.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Si hay una persona con discapacidad auditiva, puede participar en el centro del “submarino”.
- Se puede jugar en silencio, sin usar la voz, sólo presionando determinados lados de la cintura (o de los hombros) para indicar la dirección.
- Si hay una persona usuaria de silla de ruedas, puede participar según su movilidad, características, etc., pudiendo situarse en cualquier punto.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Las serpientes”)**, hay que hacer 3 o 4 equipos de 6 a 8 personas cada uno, según el número de participantes.

Cada equipo forma una “serpiente” sujetándose unos/as a otros/as por la cintura o por los hombros.



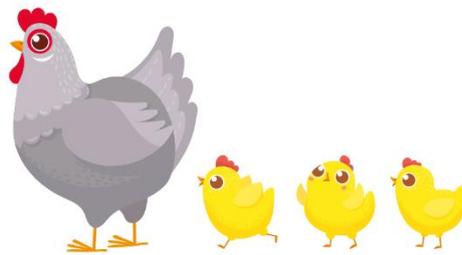
La primera persona de cada “serpiente” (la “cabeza”), intenta tocar al último miembro de otra serpiente (la “cola”), mientras también protege su propia cola.

Adaptaciones de la actividad 2:

- Si hay una persona con discapacidad auditiva o visual, puede participar en el medio de la serpiente.

- Si hay una persona con discapacidad visual, esta puede dirigir al grupo, pues las cabezas de las demás “serpientes” tendrán los ojos vendados.
- Si hay una persona usuaria de silla de ruedas, puede participar según su movilidad, características, etc., pudiendo situarse en cualquier punto.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“La gallina y los pollitos”)**, hay que hacer una fila de 8 a 10 alumnos/as.



Cada persona se agarra a la cintura o a los hombros del/la que tiene delante.

La primera persona de la fila es la “gallina” y el resto son los “pollitos”.

Habrà un/a participante que no forme parte de la fila porque será el “lobo” o la “loba”.

Este/a lobo/a intenta atrapar al último “pollito” de la fila y, para ello, solo tiene que tocarlo con la mano.

Ese último “pollito” tendrá que moverse de un lado a otro para evitar que le atrapen.

La fila no puede romperse, así que la “gallina” y los demás “pollitos” también deben moverse, sin soltarse.

Juntos/as, intentarán que el “lobo” o la “loba” no alcance al último “pollito”.

Adaptaciones de la actividad 3: Si hay una persona usuaria de silla de ruedas, puede participar según su movilidad, características, etc., pudiendo situarse en cualquier punto.

✓ TALLER 13: “TEATRO DE IMPROVISACIÓN”

Los **objetivos** de este taller son 2: promover la **confianza en uno/a mismo/a y en los demás**, y experimentar con diferentes **lenguajes expresivos**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Teatro de improvisación”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**La alfombra voladora**”.

Para llevar a cabo esta actividad, el/la facilitador/a presenta al grupo la idea de “volar” sobre una alfombra, explicando cómo funciona: cuando un grupo se sube a la alfombra y se cogen de la mano, la alfombra se alza en vuelo; a veces vuela despacio, a veces rápido y puede volar alto o bajo.

Los/as participantes pueden decirle a la alfombra que vaya al sitio que ellos/as deseen y, así, visitar todo tipo de lugares y países.



Para que la alfombra despegue, los/as participantes deben subirse, cogerse de la mano e imitar el seseo del viento.

Mientras “vuelan” en la alfombra, el/la facilitador/a invita a los/as participantes a indicar qué les gustaría ver por debajo.

Cuando lleguen al lugar soñado (que puede ser un lugar geográfico real o un estado de ánimo), el grupo se pone en escena y pasa un tiempo allí, antes de irse.

Tras cada visita, cuando estén listos/as para regresar, se colocarán de nuevo en la alfombra, se cogerán de la mano y el “vuelo” continuará.

Al final, los/as participantes volverán al lugar de partida, “volando” con la alfombra.

Estos/as deben hablar de forma breve sobre lo que ha pasado en el viaje.

Adaptaciones de esta actividad:

- La alfombra debe ser lo suficientemente grande como para que quepan los grupos de participantes.
- Los/as participantes pueden crear y decorar su propia alfombra voladora.
- El/La facilitador/a invita a los/as participantes a hablar sobre sus sueños y deseos, los que ya han cumplido y los que aún son aspiraciones.

✓ TALLER 14: “ATRÁPAME, SI PUEDES”

Los **objetivos** de este taller son 2: **trabajar en equipo** y **mover el cuerpo**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Atrápame, si puedes”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “**Stop**”, “**La araña**” y “**La cadena**”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Stop”)**, habrá una persona que persiga al resto de participantes.

Si los/as participantes no quieren ser capturados/as, deben decir “**Stop**”; esto ayuda a no ser capturados/as, pero no se pueden mover hasta que un/a compañero/a les salve.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Para salvar a un/a compañero/a, la persona puede tocarle un hombro, por ejemplo, o pasar por debajo de sus piernas, incluso decir una palabra específica.
- Se pueden poner distintos niveles, reduciendo en cada 1 el tiempo de inmovilidad (así serán eliminados/as, si no se salvan).

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“La araña”)** hay que dibujar una línea en el suelo.

Una persona se coloca de pie en esa línea, que será la “araña” e intentará atrapar a sus compañeros/as.

Los/as compañeros/as cruzan la línea cuando esa persona dice “¡Araña!”.

Quienes sean capturados/as se colocan en la línea e intentan dificultar que los/as demás compañeros/as crucen al otro lado.

Adaptaciones de la actividad 2:

- Se puede cambiar la distancia de la línea.
- Los/as compañeros/as pueden atravesar la línea de distintas formas: por ejemplo, saltando, bailando, a la pata coja, etc.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“La cadena”)**, habrá una persona que persiga al resto de participantes.

Sin embargo, los/as participantes no serán eliminados/as, sino que tendrán que unirse a quien les pilló, cogiéndose de las manos.

De esta forma, se creará una “cadena” para pillar al resto de compañeros/as.

✓ TALLER 15: “PONTE EN MIS ZAPATOS”

Los **objetivos** de este taller son 3:

- Sensibilizar sobre la **inclusión**.
- Comprender los **roles sociales**.
- Luchar contra la discriminación.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Ponte en mis zapatos”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Ponte en mis zapatos**”.

Para llevar a cabo esta actividad, cada jugador/a tiene un rol específico y una tarea relacionada con un tipo de discriminación.



Hay que elegir un tipo de partido (por ejemplo, de baloncesto o de fútbol).

Después, cada participante recibe una tarjeta con roles, por ejemplo: ser religioso/a, ser una chica, ser un chico, ser de un país europeo, ser de un país pobre o peligroso, no saber hablar la lengua materna del país, ser sordo/a, etc.

Hay que planificar la distribución de tareas, según los roles y prejuicios.

Algunos ejemplos son:

- Darle el papel de “ser una chica” a un chico, que debe jugar usando los prejuicios de su papel.
Por ejemplo, como existe el prejuicio de la debilidad de las chicas, puede jugar con mucha delicadeza, como si fuese muy débil.
Para ello, puede jugar con la mano no dominante.
- Quien tenga la tarjeta de “no tener una mano”, debe jugar sólo con una mano.
- Los/as jugadores/as deben comunicarse mediante signos con la persona que tenga la tarjeta de “ser sordo/a”.
Esta persona finge no escuchar ni entender nada que no sea mediante signos.
- Quien tenga la tarjeta de “no habla la lengua materna del país” sólo puede pasar la pelota a un miembro del equipo.
- La persona con la tarjeta de “ser religioso/a” no puede hacer un movimiento específico, como regatear.
- Quien sea “de un país pobre o peligroso” no puede marcar.

Tras el partido, el/la facilitador/a pide a los/as participantes que expresen sus impresiones y sentimientos durante la actividad.

Algunos ejemplos de preguntas son:

- ¿Creéis que habéis sentido discriminación durante el partido?
- ¿Cómo os habéis sentido al no poder jugar?

- ¿Cómo os habéis sentido viendo a tus compañeros/as jugar?

Adaptaciones de esta actividad:

- Se pueden adaptar los roles a las características de los/as estudiantes.
- Si una persona necesita apoyo físico, puede pedir ayuda a sus compañeros/as de equipo o a un/a facilitador/a.
- Hay que prestar atención al esfuerzo físico de los participantes con dificultades.

✓ TALLER 16: “¿QUIÉN SE ESCONDE?”

Los **objetivos** de este taller son 2: trabajar en la **cooperación** y fomentar el **trabajo en equipo**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¿Quién se esconde?”](#).

Este taller comprende **2 actividades**: “**Escondite del revés**” e “**Historia colaborativa**”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“**Escondite del revés**”), habrá una persona que se esconda mientras el resto de participantes cuentan hasta 50 segundos, con los ojos cerrados.

Pasados esos segundos, los/as participantes abren los ojos y buscan a la persona escondida.

Quienes encuentren a esa persona escondida, se unen y forman el “equipo escondido”.



El juego acaba cuando la última persona encuentra al equipo y también se esconde.

Adaptaciones de la **actividad 1**: Si hay participantes con dificultades físicas o sensoriales, el grupo se puede dividir en parejas.

Así, ninguna persona se queda sola, sin poder encontrar al resto del grupo.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Historia colaborativa”)**, los/as participantes se sientan en círculo para crear la historia.

Se establece un orden, un turno de palabra, y cada persona contribuye a la historia con una frase.

Hay 2 condiciones para participar: tener imaginación y que las frases tengan sentido.

El/La facilitador/a puede empezar la historia con una frase, un título o sólo mencionar un personaje.

Adaptaciones de la actividad 2: Si hay personas con dificultades auditivas, se puede escribir en lugar de hablar.

✓ TALLER 17: “JUEGOS DE MOVIMIENTO”

Los **objetivos** de este taller son:

- Actuar en **conjunto** de manera efectiva.
- Cooperar con el **grupo de iguales**.
- Desarrollar la **conciencia sobre uno/a mismo/a** y de su potencial.
- Desarrollar **confianza en uno/a mismo/a** y en los demás.
- Desarrollar la **atención** y la **concentración**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Juegos de movimiento”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “De mí para ti”, “Las nuevas sillas musicales” y “Demos palmas juntos/as”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“De mí para ti”)** hacen falta 2 pelotas blandas de distintos colores: por ejemplo, una pelota amarilla y otra roja.

Una persona tira la pelota amarilla, diciendo su nombre e invita a quien la reciba a hacer lo mismo.

Cuando todos/as hayan dicho su nombre, se lanza la pelota roja: quien la tire debe decir el nombre de la persona a la que se la pasa.

Las 2 pelotas se tiran al mismo tiempo y los/as jugadores/as deberán prestar atención al color de la pelota que reciban y que lancen para saber si tienen que decir su propio nombre u otro.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Las nuevas sillas musicales”)** se colocan tantas sillas como participantes haya, en círculo.

Se pone música de fondo y los/as participantes se dispersan y bailan dentro del círculo.



Cuando el/la facilitador/a pare la música, los/as participantes tienen que sentarse.

Luego, la música se pone de nuevo y el/la facilitador/a quita una silla del círculo.

Cuando el/la facilitador/a pare otra vez la música, los/as participantes deben sentarse.

Nadie se elimina: quienes no encuentren una silla se sentarán en el regazo de un/a compañero/a.

El juego continúa y, cada vez que se pone la música, el/la facilitador/a quita una silla.

Al final, el grupo entero se sienta en una fila de personas que están sentadas en las rodillas de otros/as.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Demos palmas juntos/as”)** los/as participantes se colocan en círculo.

El/La facilitador/a improvisa un ritmo dando palmas, primero delante del pecho, luego entre las piernas y después delante del pecho otra vez.

Todo el mundo repite el mismo ritmo.

Tras unos minutos, el ritmo se asocia a la frase “Nombre llama a nombre”: quien sea llamado/a hará lo mismo con otro miembro del grupo, hasta que se haya llamado a todos/as los/as participantes.

Es importante que los/as participantes entren al mismo ritmo.

✓ TALLER 18: “JUEGA EN LA ARENA”

Los **objetivos** de este taller son 2: fomentar la **concentración** y promover la **coordinación del grupo** y la integración.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Juega en la arena”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “Las chapas”, “El círculo” y “Gran 3 en raya”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Las chapas”)** se dibuja un recorrido en el suelo o en un trozo de cartón.

Cada jugador/a debe mover su chapa por el recorrido con los dedos, desde el principio hasta el final, alternando entre todos/as los/as participantes.

Si alguien se sale del recorrido, en el siguiente turno vuelve a tirar desde donde estaba antes (o desde el principio).

La chapa que llegue primero al final gana.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Si hay personas con dificultades para mover los dedos, se puede usar una pajita para soplar y un objeto que pese menos que la chapa.

- Si hay personas que no pueden agacharse o tumbarse, hay que buscar otro lugar para el recorrido (por ejemplo, una mesa o una plataforma).

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“El círculo”)** se dibuja un círculo de medio metro de diámetro, aproximadamente, y una línea de referencia para disparar, lejos del círculo.



Dentro del círculo, se colocan las canicas que cada persona quiera apostar.

Por turnos, los/as jugadores/as intentan sacar canicas del círculo para quedarselas.

Si alguien falla, debe esperar al siguiente turno.

El juego termina cuando no quedan canicas en el círculo.

Adaptaciones de la actividad 2:

- Se puede dividir el grupo en subgrupos de 5-6 personas que tengan su propio círculo. En cada uno habrá una persona recogiendo las canicas.

- Si hay personas con dificultad para sentarse en el suelo o agacharse, se puede usar una mesa (en lugar de jugar en el suelo).
- Si hay personas con dificultades visuales, estas pueden tirar las canicas siguiendo las indicaciones de un/a compañero/a que actúe como guía.

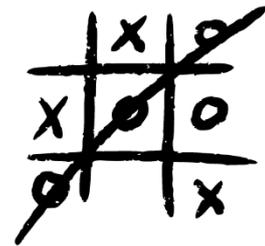
Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Gran 3 en raya”)** se dibuja un tablero de 3x3 en el suelo, numerado del 1 al 9.

Los cuadrados/espacios deben ser lo suficientemente grandes para garantizar una distancia entre jugadores/as de un metro, aproximadamente.

Los/as jugadores/as se dividen en 2 equipos de 3 participantes (con posibilidad de que haya una persona más para dirigir los movimientos de los demás): la X y la O.

Por orden, una persona de un equipo ocupa un cuadrado/espacio.

Después, una persona del otro equipo ocupa otro cuadrado/espacio, y se sigue así hasta formar una línea (es decir, para hacer las 3 en raya).



Los/as participantes colocarán sus brazos en forma de X o de O, dependiendo del equipo al que pertenezcan.

Los miembros del equipo que no estén participando pueden aconsejar a sus compañeros/as sobre el cuadrado/espacio donde colocarse.

Si el juego no termina (es decir, si no se hace ninguna línea) y todas las personas ya están dentro del tablero, siguiendo el orden en el que entraron, se deben mover y ocupar otro cuadrado.

Una variante es que el orden dentro del equipo puede cambiar.

Adaptaciones de la actividad 3:

- Si hay participantes con dificultad visual, estos/as pueden jugar siguiendo las indicaciones verbales de un/a compañero/a.
- Si hay personas con movilidad reducida, estas pueden participar moviéndose a su ritmo.

✓ TALLER 19: “UN NUEVO JUEGO DE BALONCESTO”

El **objetivo** de este taller es **promover la inclusión** mediante el **baloncesto**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Un nuevo juego de baloncesto”](#).

Este taller comprende **2 actividades**: “**Jugar desde el suelo**” y “**Crossball**”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Jugar desde el suelo”)** hay que ajustar 2 canastas a la altura más baja posible y dividir a los/as participantes en 2 equipos.

Los/as participantes de los 2 equipos se sientan en fila, uno/a detrás de otro/a, con un margen de espacio para desmarcarse.

Un/a jugador/a se pone en medio del espacio entre las canastas y tira la pelota a los/as 2 jugadores/as de la primera fila de ambos equipos.

Estos/as tiran la pelota sentados en frente de su canasta.

Por turnos, los/as demás jugadores/as se mueven hacia delante y es su turno de jugar y ganar puntos.

Los/as participantes tirarán la pelota de nuevo al jugador en el medio.

Adaptaciones de la actividad 1:

- Escribir las normas y los roles en posters con imágenes y símbolos puede ayudar a jugadores/as con problemas de desarrollo.
- Si es necesario, se pueden usar pelotas más blandas.
- Si hay personas que necesiten apoyo físico para jugar, un/a participante puede ayudarlas.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Crossball”)** los/as participantes se colocan en círculo, estando 2 de ellos/as de rodillas frente a la canasta.

Los/as jugadores/as que estén en el borde más cercano a la canasta pasan la pelota a los/as participantes que tengan al lado, quienes se lo pasarán a los/as siguientes.



Habrà un lanzamiento cruzado cuando la pelota llegue al lado contrario al que empezó.

Cuando esto suceda, los/as jugadores/as (los/as primeros/as en haber comenzado a pasar el balón), se lo pasarán a las personas arrodilladas frente a la canasta.

Estas personas arrodilladas tirarán para encestar en la canasta.

Adaptaciones de la actividad 2: Si es necesario, se pueden usar pelotas más blandas.

✓ TALLER 20: “NO MIRES”

El **objetivo** de este taller es **aprender a ser empático/a** y a **trabajar en equipo**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “No mires”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “**Gallinita ciega**”, “**¿Qué película es?**” y “**Encuétralo**”.

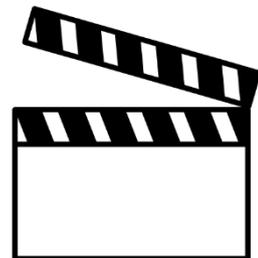
Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Gallinita ciega”)**, un/a participante debe tener los ojos cerrados o llevar un antifaz para no ver. Él o ella será la “Gallinita ciega”.

Los/as demás participantes se colocan delante de la “Gallinita”.

El/La participante que sea la “Gallinita” debe adivinar a quién tiene delante, solo tocando a esa persona.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“¿Qué película es?”)**, hay que hacer grupos de 4 o 5 participantes.

Cada grupo recibe tarjetas con películas que conocen.



Una persona de cada grupo debe expresar con gestos qué película es, mientras que sus compañeros/as deben adivinarla.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Encuétralo”)**, el/la facilitador/a debe colocar distintos objetos en el campo de juego.

Se hacen grupos de 3 o 4 personas.

Una persona de cada grupo se tapa los ojos.

Luego, esa persona debe encontrar los objetos colocados en el campo de juego, sólo siguiendo las instrucciones de sus compañeros/as de grupo.

✓ TALLER 21: “ESCUCHA LA MÚSICA”

El **objetivo** de este taller es **mejorar la movilidad** y la **estrategia**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Escucha la música”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “**Sigue el ritmo**”, “**Imitación**” y “**Esquinitas**”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Sigue el ritmo”)**, el/la facilitador/a toca el tambor y los/as participantes se mueven por el espacio al ritmo del tambor.

El/La facilitador/a podrá decir a los/as estudiantes que se muevan de diferentes formas (por ejemplo, que salten o que se arrastren).

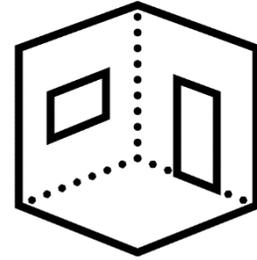
Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Imitación”)**, los/as participantes deben hacer un círculo.

Cada persona debe repetir el movimiento de un/a compañero/a y añadir uno propio.

Adaptaciones de la **actividad 2**: Los/as participantes pueden acompañar los movimientos con diferentes sonidos.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Esquinitas”)**, se hacen grupos de 5 participantes.

El/La facilitador/a marca 4 esquinas y cada persona debe colocarse en una, pero un/a participante no tendrá esquina.



Se reproduce música y los/as estudiantes deben cambiar de esquinas.

Cuando la música para, quien no tenga esquina debe colocarse en el medio de la sala.

✓ TALLER 22: “CAMINO A LA INCLUSIÓN”

Los **objetivos** de este taller son:

- Promover el **trabajo en equipo**.
- Fortalecer la **confianza, la tolerancia y el apoyo entre iguales**.
- Comprobar la **idea de “inclusión” que tiene el alumnado**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Camino a la inclusión”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Camino a la inclusión**”.

Esta actividad se puede realizar al aire libre o en una cancha deportiva, donde el/la facilitador/a coloque objetos repartidos por distintos sitios.

Los/as participantes se dividen en grupos de 2 o 3 personas para hacer una actividad física, mezclando alumnos/as con y sin necesidades especiales en cada grupo.

La actividad física puede ser creada por dichos/as participantes o también pueden aprovechar los objetos que tengan cerca, que funcionan como sugerencia.

Algunos ejemplos de actividad física pueden ser:

- Que uno de los miembros del grupo ayude al otro (u otros) a atravesar un aro o sortear un tipo de obstáculo.
También se pueden añadir objetos adicionales, como vendas o bufandas para taparle los ojos a la persona que cruce el aro o que sortee algún obstáculo.
- Que un miembro del grupo cree una coreografía (hasta usando para ello una pelota), escuchando la música de un CD, y luego ayude a su compañero/a o compañeros/as a hacer los mismos movimientos.

Al final, el/la facilitador/a pregunta a los/as participantes lo siguiente, para que expresen sus impresiones y sentimientos durante la actividad:

- ❖ ¿Cómo os han ayudado vuestros/as compañeros/as?
- ❖ ¿Cómo ha sido tener el apoyo de vuestros/as compañeros/as?
- ❖ ¿Cómo os habéis sentido ayudando a vuestros/as compañeros/as?
- ❖ ¿Cómo diríais que ha sido la cooperación con vuestros/as compañeros/as?

Adaptaciones de la actividad:

- Si hay personas con alguna dificultad física por la que necesitan unas herramientas de apoyo específicas, estas se pueden colocar como objetos de sugerencia. Así, se impulsa a todos/as a usar las mismas herramientas.

- Es posible no colocar objetos y dejar que los/as participantes sean libres de crear actividades.

✓ **TALLER 23: “¡MÁS RÁPIDO!”**

El **objetivo** de este taller es fomentar el **trabajo en equipo** y el desarrollo de **estrategias**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Más rápido!”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “Puntos”, “Pañuelo” y “Corre, corre, zapatilla”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Puntos”)**, hay que hacer 2 equipos y dibujar una línea en el suelo que los separe.

Los/as jugadores/as de ambos lados deben dar a los/as contrincantes con las pelotas para eliminarles.

Habrán diferentes combinaciones de reglas para probar o salvarse de la eliminación.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Pañuelo”)**, hay que hacer 2 equipos.

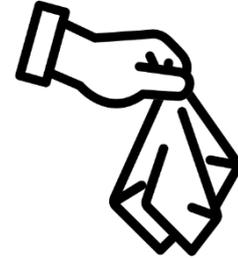
Cada participante tendrá un número específico.

Habrán una persona en el medio de los 2 grupos, que irá diciendo números al azar.

La persona de cada grupo que tenga ese número debe correr a coger el pañuelo y llevarlo hasta donde esté su equipo.

Adaptaciones de la actividad 2: Cada participante puede llegar al pañuelo de una forma diferente.

Por ejemplo, una persona puede ir saltando y otra persona con los ojos cerrados, entre otras.



Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Corre, corre, zapatilla”)**, los/as participantes se sientan en círculo, con los ojos cerrados.

Al ritmo de una canción (“A la zapatilla por detrás”), habrá una persona que se levante y que deje un objeto detrás de otro/a compañero/a.

Cuando este/a compañero/a abra los ojos y vea el objeto detrás de él/ella, correrá a pillar a la persona que le dejó ese objeto.

✓ TALLER 24: “JUEGOS COOPERATIVOS”

Los **objetivos** de este taller son:

- Promover el **trabajo en equipo**, la **coordinación** y la **cooperación**.
- Contribuir a la **integración de todas las personas**.
- Desarrollar la **capacidad de atención**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Juegos cooperativos”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “El nudo”, “El árbol y el viento” y “Levantada grupal”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“El nudo”)**, los/as participantes se colocan de pie en círculo, hombro con hombro, con los brazos cruzados.

Así colocados/as, todos/as los/as participantes cogen de la mano a la persona de su izquierda y de su derecha.

El juego consiste en deshacer después el cruce de brazos, sin soltar las manos de los/as compañeros/as.

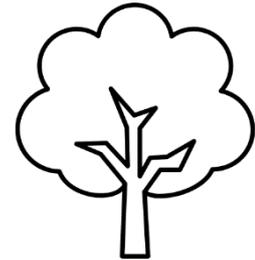
Así, al final, los/as participantes formarán un círculo donde todos/as miren hacia el centro.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“El árbol y el viento”)**, los/as participantes forman un círculo de 5 a 7 personas.

Una persona está en el centro del círculo y se queda rígida, como si fuese un árbol.

Esta persona se deja caer, como si cayera un árbol a causa del viento, pero sin mover los pies de un punto fijo en el suelo.

Los/as participantes que forman el círculo no deben dejar caer a esta persona que hace de “árbol”: deben atraparla con suavidad y empujarla hacia el resto de participantes del círculo.



Todos los/as participantes deben tener la oportunidad de estar en el medio del círculo, de ser ese “árbol”.

Es recomendable que esta persona que haga de “árbol” tenga los ojos cerrados.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Levantada grupal”)**, los/as participantes se agachan y forman un círculo, mirando hacia fuera, cogidos codo con codo.

La actividad consiste en levantarse todos/as a la vez, de forma simultánea, sin apoyar las manos en el suelo.

✓ TALLER 25: “ATAQUE A LA EXCLUSIÓN”

Los **objetivos** de este taller son 2: promover la **cooperación** y la **confianza** entre los miembros del equipo, y luchar contra el acoso escolar, la discriminación, la exclusión y la intolerancia.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Ataque a la exclusión”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Ataca a la exclusión**”.

En esta actividad, los/as participantes atacarán o saltarán físicamente sobre objetos que representen la exclusión y la intolerancia.

Primero, el/la facilitador/a prepara el material y decide desde qué distancia los/as participantes van a tirar la pelota.

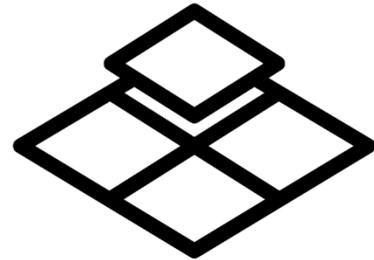
Cada persona escribe de forma anónima en un post-it lo que cree que puede hacer a alguien sentirse excluido/a: por ejemplo, los comentarios sobre el físico, el acoso escolar, venir de otro país, tener una discapacidad, etc.

Estos post-its se pueden poner en objetos a los que atacar/disparar (como, por ejemplo, conos) o se pueden pegar en el suelo para saltarles encima.

Luego, el/la facilitador/a divide a los/as participantes en grupos.

Los/as participantes usarán una pelota para golpear a los elementos que representan lo que escribieron. Cada vez que lo consigan, ganarán puntos.

Después, los/as participantes saltarán sobre los post-its pegados al suelo, que forman un camino que llega al final: la inclusión. Cada vez que lo consigan, ganarán puntos.



Al final, el/la facilitador/a cuenta los puntos y nombra al equipo ganador, explicando cómo ha dado los puntos.

El/La facilitador/a pregunta a los/as participantes lo siguiente, a fin de que estos/as expliquen sus impresiones y sentimientos durante la actividad:

- ❖ ¿Qué habéis sentido al luchar contra lo que hace a las personas sentirse mal?
- ❖ ¿Cómo ha sido la cooperación con vuestros compañeros/as de grupo?

Adaptaciones de la actividad:

- Si hay personas con discapacidad física, se pueden colocar los post-its del suelo más cerca o dejar más espacio entre ellos.
- Si hay personas usuarias de sillas de ruedas, se puede proponer “disparar” con la pelota a los objetos o pasar por

encima de los post-its del suelo con todas las ruedas (o solo con una rueda).

- Los/as participantes con discapacidad pueden tener el apoyo de un/a compañero/a.
- Si hay personas con una discapacidad de percepción o de comportamiento, se puede colocar el camino cerca de una pared, ofreciendo una sensación de seguridad y orientación al crear un camino claro y visible.

✓ TALLER 26: “CONOCERME, CONOCERNOS”

Los **objetivos** de este taller son 2: aumentar la **conciencia de uno/a mismo/a** (cualidades y rasgos a mejorar) y **conocer a los demás**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Conocerme, conocernos”](#).

Este taller comprende **2 actividades**: “**Actuación musical**” y “**Evaluación en colores**”.

Para llevar a cabo la **actividad 1 (“Actuación musical”)**, hay que dividir a los/as participantes en grupos 4.

Se entrega a cada grupo de forma aleatoria una línea melódica, preparada previamente por el/la facilitador/a.

Los/as participantes deben inventarse un estribillo para esa línea melódica, incluyendo en la letra información sobre ellos/as (como presentándose).

Al final, cada grupo le pondrá nombre a su “banda de música” y presentará su canción a los demás participantes.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Evaluación en colores”)**, cada participante recibe un papel de diferentes colores (por ejemplo, amarillo y rosa).

Cada persona debe pensar y escribir una cualidad positiva y un rasgo a mejorar para un/a compañero/a (sin poner el nombre de este/a).

Por ejemplo, pueden escribir las cualidades en el papel rosa y los rasgos a mejorar en el papel amarillo.



El/La facilitador/a recoge todos los papeles de todos los colores y los mezcla en una caja.

Una por una, cada persona cogerá un papel de la caja y lo leerá en voz alta.

Todos/as los/as participantes (incluido/a quien lea) levantan la mano, si consideran que es una de sus cualidades o de sus rasgos a mejorar, y lo apuntan en una lista.

Cuando se acaben los papeles de la caja y todos/as los/as participantes tengan su lista, deben hacer un dibujo de sí mismos/as.

Ese dibujo debe incluir su nombre, un símbolo y todas las palabras de la lista.

Los dibujos de todos/as los/as participantes se colocan como en una exposición.

Al final, el/la facilitador/a pregunta a los/as participantes sobre la importancia de la autoevaluación, de observar a los demás, y de las cualidades y rasgos a mejorar.

✓ TALLER 27: “P DE PERFECTO”

El **objetivo** de este taller es aumentar la concienciación de que **los errores son normales** y forman parte de la vida.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “P de Perfecto”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**P de Perfecto**”.

En esta actividad, cada participante lanza una moneda al aire.

Si sale cara, el/la participante avanzará una casilla en el tablero.

Si sale cruz, avanzará 2 casillas.

Cada participante sacará una carta del color de la casilla del tablero donde esté y responderá a la pregunta de esa carta.

El/La facilitador/a añade al final una reflexión sobre los errores y la actitud sin prejuicios sobre nosotros/as mismos/as.

Adaptaciones de la actividad:

- El tablero y los contenidos de las cartas se pueden adaptar, según el contexto cultural y la dinámica del grupo.
- El/La facilitador/a puede hacer más o menos cartas, según el número de jugadores/as y el tiempo disponible para hacer la actividad.

✓ TALLER 28: “LA RETROALIMENTACIÓN”

El **objetivo** de este taller es desarrollar las **competencias para hacer comentarios constructivos** a los/as compañeros/as.

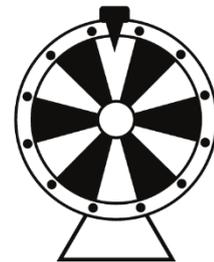


Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “La retroalimentación”](#).

Este taller comprende **2 actividades**: “La rueda de la retroalimentación” y “Gira la ruleta”.

Para llevar a cabo la **actividad 1** (“La rueda de la retroalimentación”), el/la facilitador/a elabora una rueda y escribe en ella los nombres de los/as participantes.

El/La facilitador/a explica a los/as participantes qué es la retroalimentación y cómo darla a los demás, incluyendo aspectos positivos y cosas a mejorar (o cosas que no gustan).



Cada participante gira la rueda y da retroalimentación sobre la persona que le haya tocado, incluyendo 2 aspectos:

- Lo que le haya gustado hoy de esa persona.
- Lo que cree que esa persona debe mejorar hoy.

Es importante que el/la facilitador/a enseñe a los/as participantes a no decir “pero” entre el comentario positivo y el negativo.

Para llevar a cabo la **actividad 2 (“Gira la rueda”)**, el/la facilitador/a da la vuelta a la rueda de la actividad anterior y escribe en ella algunas frases para que los/as participantes reflexionen sobre sí mismos/as.

Cada participante gira la rueda y responde a la pregunta.

Algunos ejemplos de frases son:

- ❖ Soy bueno/a en...
- ❖ De mí mismo/a me gusta...
- ❖ De mí mismo/a no me gusta...
- ❖ Me siento apreciado/a por...
- ❖ Me gusta que...
- ❖ No me gusta que...

✓ TALLER 29: “¡SÉ LA ESTRELLA!”

Los **objetivos** de este taller son 2: mejorar las **habilidades para hablar en público** y **aumentar la zona de confort respecto a ser evaluado/a por los demás** al hablar en público.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “¡Sé la estrella!”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**El telediario**”.

En esta actividad, el/la facilitador/a explica el concepto de programa de noticias (o telediario) a los/as participantes.

Para ello, él o ella puede hacer analogías con algún programa de noticias que sea popular en el país.

Los/as participantes se dividen en pequeños grupos.

En cada grupo, un/a participante será el presentador o presentadora del telediario.

Dicho/a presentador/a tendrá como invitada a otra persona del grupo, que será “el/la experto/a” de un tema.

El resto de participantes serán los/as oyentes.

Los/as presentadores/as entrevistarán a los/as expertos/as sobre el tema durante 5 minutos; después, se cambiarán los papeles.

Los/as oyentes también pueden preguntar cosas a los/as expertos/as.

✓ TALLER 30: “MI NOMBRE Y YO”

Los **objetivos** de este taller son 2: mejorar las **habilidades para pedir retroalimentación** a los demás y desarrollar las **competencias emocionales para recibir la retroalimentación** de los demás.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Mi nombre y yo”](#).

Este taller solo tiene **una actividad**, llamada “**Mi nombre y yo**”.

En esta actividad, el/la facilitador/a pide a los/as participantes que dibujen su nombre de forma creativa en un folio, con cada letra al principio de una línea.

Los/as participantes piden a sus compañeros/as (uno/a por letra) que les digan un rasgo positivo que empiece por cada una de las letras de su nombre.

Al final, cada persona tendrá un folio con la siguiente estructura (esto es un ejemplo):

- M: metódica.
- A: artística.
- R: realista.
- I: inteligente.
- A: ambiciosa.



Adaptaciones de esta actividad: Los/as participantes pueden tener el folio pegado a la espalda con celo, caminar por la sala y que sus compañeros/as le paren y escriban sobre una letra aleatoria de su nombre.

Cuando tengan el nombre completo, pueden despegarse el papel y verlo.

✓ TALLER EXTRA: “RECICLA, COLABORA Y RESPETA LA NATURALEZA”

El **objetivo** de este taller es **desarrollar**: la **creatividad**, las **habilidades manuales**, la **colaboración**, la **autoestima** y el **respeto por la naturaleza**.



Puedes ver el **videotutorial** de este taller mediante el siguiente enlace: [videotutorial de YouTube “Recicla, colabora y respeta la naturaleza”](#).

Este taller comprende **3 actividades**: “**El arte de reciclar**”, “**Colaborar en un seminario**” y “**Respetemos la naturaleza**”.

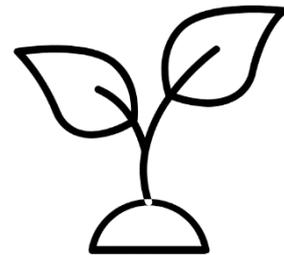
Para llevar a cabo la **actividad 1** (“**El arte de reciclar**”), los/as participantes decoran recipientes de plástico con rotuladores indelebles de colores.

Estos recipientes se convertirán en macetas alegres y coloridas, hechas por cada persona con imaginación y creatividad.

Para llevar a cabo la **actividad 2** (“**Colaborar en un seminario**”), los/as participantes se colocan por parejas y colaboran para llenar los recipientes de la actividad anterior con tierra.

Después, los/as participantes hacen un surco o un agujero donde pondrán semillas.

Por último, los/as participantes echan un poco de agua en la maceta para favorecer la germinación.



Adaptaciones de la actividad 2: El/La facilitador/a debe tener en cuenta que las semillas de plantas hortícolas de verano se siembran entre febrero y mayo, y las de invierno se siembran a partir de junio.

Para llevar a cabo la **actividad 3 (“Respetemos la naturaleza”)**, los/as participantes cuidan las plantas de la actividad anterior, regándolas.

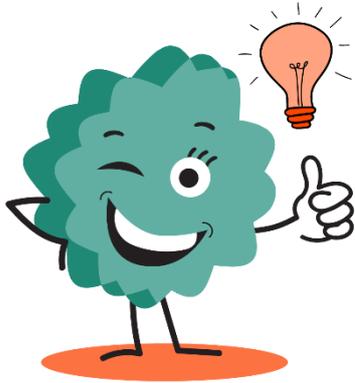
Cuando las semillas germinen, brotarán las primeras hojas de las plantas.

Los/as participantes seguirán cuidando las plantas, quitando las hojas secas y/o las flores marchitas.



Adaptaciones de la actividad 3: Es importante que la semilla (y después, la planta que nazca) tenga las condiciones ambientales adecuadas de temperatura, exposición al sol y humedad.

CONCLUSIONES SOBRE LA METODOLOGÍA



El impacto de las actividades se analizó de forma cuantitativa y cualitativa.

Todas las actividades tuvieron un **impacto positivo** en el alumnado y en el profesorado que aplicó los talleres.

El principal impacto se relaciona con la **transformación de los recreos en un contexto de aprendizaje**, superando las limitaciones del proceso de aprendizaje formal.

Además, guía a los/as niños/as a **organizarse en el tiempo libre**, lo cual es muy importante porque ayuda al alumnado a **organizarse también a nivel académico**.

✓ IMPACTO EN LOS/AS ESTUDIANTES

El impacto observado en los/as estudiantes, en términos de **desarrollo personal**, fue el siguiente:

- ❖ Los/as estudiantes se **involucraron y disfrutaron** de las actividades.
- ❖ Se **rompieron estereotipos** y los/as estudiantes se **mezclaron entre ellos/as**.
- ❖ El impacto y el interés fue **más visible en los/as pequeños/as** (6-8 años) que en los/as mayores (11-12 años).

- ❖ Los/as estudiantes **mejoraron sus habilidades sociales** e invitaron a diferentes niños/as a los juegos.
- ❖ Los/as niños y niñas **juegan juntos/as más que antes**.
- ❖ Los/as estudiantes **tienen más iniciativa** y empezaron a ser **más independientes** en sus juegos.

Las actividades tuvieron un mayor impacto, en términos de **habilidades sociales desarrolladas por los/as estudiantes** que han participado en la fase de prueba:

- Los/as niños/as desarrollaron **habilidades de comunicación, liderazgo y tolerancia**.
- Los/as estudiantes **interactuaron muy bien con los/as facilitadores/as**.
- Los juegos estimularon las **relaciones de colaboración entre los/as estudiantes**, aunque al principio fuese con algo de timidez.

Otro aspecto importante sobre el impacto es en términos de **tolerancia y no discriminación**:

- Había **mezcla de culturas** en los juegos y ha sido más fácil con los/as participantes pequeños/as.

Este impacto era visible porque al principio había una clara separación, que desapareció cuando comprendieron y probaron los juegos.

- Otro aspecto positivo es la **conexión entre las diferentes clases** y el hecho de que estudiantes “más mayores” jugaran con los/as que hasta entonces consideraban “muy pequeños/as”.
- Los/as estudiantes fueron **tolerantes** y ninguno/a se sintió incómodo/a o discriminado/a de ninguna manera.
- Los/as estudiantes **desarrollaron y mostraron más paciencia** con sus compañeros/as y **aceptaron a todos/as los/as niños** en los juegos.

Como **conclusión final** tras poner en práctica la metodología, se observó que este programa tiene, en general, un **impacto positivo en el sistema educativo**:

- ❖ Al **planificar el tiempo** de los/as niños/as durante el recreo, **se estructura su mente**.
Así, ellos/as aprenden cómo crear juegos y cómo organizar su tiempo libre.
- ❖ Con esta metodología, los/as niños/as aprenden que **ellos/as pueden crear juegos y actividades**.
Esta habilidad de crear juegos o adaptarlos es estimulante para su **creatividad e imaginación**, y también **mejora su autoestima** porque tienen pruebas de que su creación puede llevarse a cabo y le da más valor a su tiempo y al de los demás.

- ❖ Esta metodología ofrece a los/as participantes la **oportunidad de interactuar con niños/as de otras clases** y de conocer mejor a sus compañeros/as.

Con esta metodología, todos/as pueden descubrir a los demás, conocer diferentes dinámicas de grupo y desarrollar sus habilidades sociales.

Esto les ayudará a **desarrollar su red social** y a **interactuar con gente nueva** de orígenes diferentes.

- ❖ Con esta metodología, los/as participantes se hicieron **más independientes** y **aprendieron cómo organizarse entre ellos/as**, en los recreos y en otras actividades.

El efecto a largo plazo de las habilidades organizativas es el de la **claridad mental** y el **sopesar las alternativas** en una decisión.

- ❖ Con esta metodología, los/as participantes **se lo pasaron bien** y **los juegos y actividades hicieron que los recreos fuesen especiales**.

La **variedad de actividades** a la que se expone un/a niño/a es una de las aportaciones más importantes que puede ofrecer una persona adulta a un/a niño/a en edad de desarrollo.

En la época escolar, principalmente en la escuela primaria, los/as niños/as descubren sus pasiones, habilidades y talentos.

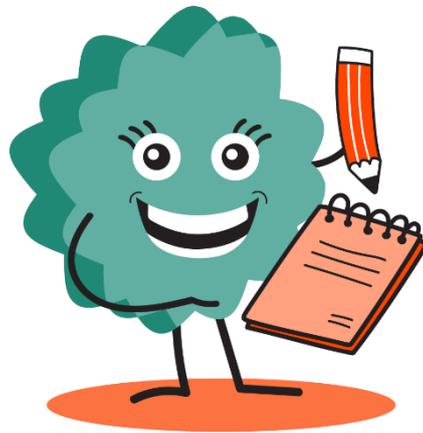
Por ello, probar diversas actividades crea el contexto para que estos/as niños/as “prueben” todo y después, elijan lo que quieran y se centren en ello.

RECOMENDACIONES PARA EDUCADORES/AS

La metodología presentada se diseñó según los contextos de los diferentes colegios que participaron en el proyecto, procedentes de España, Italia y Rumania.

No obstante, esta propuesta es **adaptable a cada contexto y objetivos**.

Aquí presentamos una serie de **recomendaciones** para que los/as educadores y educadoras apliquen la metodología, teniendo en cuenta sus propios espacios, tiempos, facilitadores/as, edades y actividades.



En primer lugar, es esencial **adaptar el taller al espacio y a las condiciones disponibles**.

Si el espacio es limitado, selecciona actividades que encajen en este.

Si hay espacio suficiente, lleva a cabo actividades más amplias y expansivas.

Ten en cuenta la **seguridad y accesibilidad del espacio** para todos/as los/as participantes.

Hay que **adaptarse al tiempo disponible**, en lugar de preocuparse por hacer todas las actividades.

Es mejor hacer menos actividades y poder disfrutarlas que hacer más actividades y no disfrutar ninguna.

Si el tiempo es limitado, elige actividades cortas o divide una actividad en varias sesiones.

Ten en cuenta el **número de participantes** y establece el **número adecuado de facilitadores/as** para asegurar que los/as niños/as reciben atención y apoyo.

Adáptate a las edades de los/as participantes y ajusta las **instrucciones y actividades**.

Recuerda que **cada niño/a es único/a** y puede necesitar diferentes niveles de apoyo.

Respecto a las actividades, es recomendable **seleccionar actividades que sean claras, concretas y simples**.

Evitar reflexiones demasiado largas que pueden aburrir a los/as participantes.

Es esencial **entender la lógica y el propósito de cada actividad**, y considerar cómo cuadra en el desarrollo general del taller.

Ten en cuenta la **inclusión de todos/as los/as niños/as** y los criterios de exclusión que pueden estar presentes en la escuela.

El orden de las actividades está pensado para crear una **progresión**:

- Se empieza con **actividades para romper el hielo**, para ayudar a los/as participantes a conocerse (especialmente a los/as niños/as que no suelen interactuar o que pueden tener dificultades para hacer amigos/as).
- Se continúa con una **mezcla de deportes y juegos tradicionales**.
- Se acaba con unos **talleres de evaluación** para saber cómo ha funcionado todo y como se han sentido los/as participantes durante cada taller.

Este diseño de las actividades permite una **progresión gradual** desde lo desde lo conocido a lo desconocido, aumentando la **intensidad** de las actividades.

Puedes usar los talleres de forma **individual** o como parte de un proyecto, según tu objetivo educativo con los/as niños/as.

Por último, **libera a tu niño/a interior**, pues esto ayudará a crear un ambiente lúdico y divertido.