

II SEMINARIO DE LA RAEPS

JUEGOS COOPERATIVOS DE CONVIVENCIA PARA LA SALUD



PONENTES:

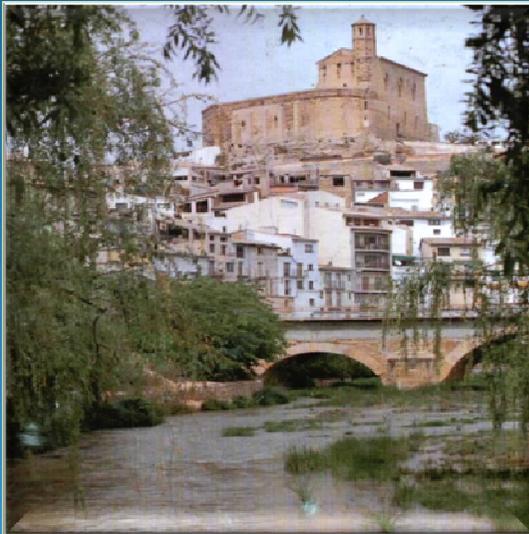
BEATRIZ VÁZQUEZ AGUDO

M^ª LUISA ARIZÓN USIETO

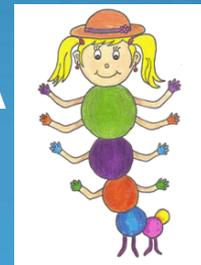
CPEIP "ROMÁN GARCÍA"

Albalate del Arzobispo (Teruel)

RED ARAGONESA DE ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD

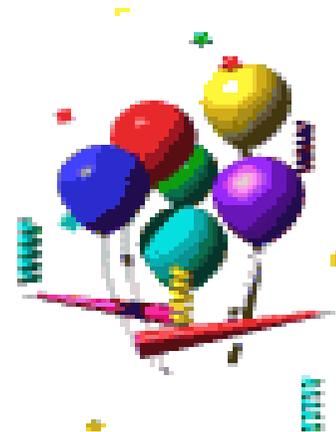


"LOS HÁBITOS SALUDABLES DE LA
INFANCIA NOS GARANTIZAN UNA
VIDA ADULTA MÁS SANA"



ÍNDICE

- Centro y localidad
- Contexto del Centro
- Equipo de trabajo
- Actividades más significativas
- Valoración de la experiencia
- Conclusiones



CONTEXTO DEL CENTRO

Albalate del Arzobispo es un municipio de unos dos mil trescientos habitantes. Situado en la comarca del Bajo Martín, en el Bajo Aragón histórico, a 80 km. de Zaragoza y 150 de la capital de la provincia

El C.P.E.I.P. "Román García" está ubicado en un lugar privilegiado de la localidad, próximo a la ribera del río Martín, rodeado de un paisaje de chopos, álamos y sauces, desde donde se puede contemplar el transcurso del río, el Castillo y todo el pueblo, con la fisonomía que lo caracteriza.

Asisto a clase con el material escolar

Sólo voy al baño durante las horas de recreo.

Dejo en casa mis aparatos audiovisuales personales (móviles, cámaras, MP3, MP4..)

► En el proyecto educativo de nuestro centro se prioriza la promoción de la salud y se facilita la adopción de modos de vida sanos.

► En nuestro modelo de organización se incluyen actuaciones frente a los determinantes de la salud: actividad física, alimentación, salud emocional, consumo, ambiente.

Soy puntual y cuando silencio

► Y en nuestra programación educativa se trabaja para la promoción de las competencias del alumnado en habilidades para la vida.

Mantengo limpia

Utilizo un lenguaje respetuoso y correcto.

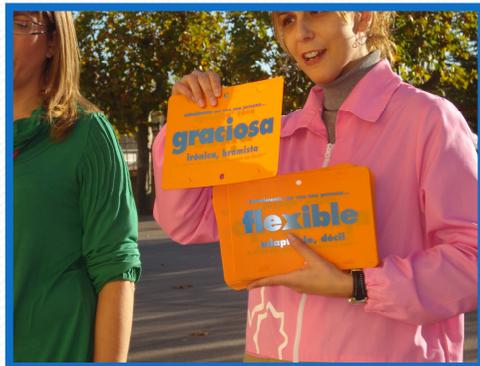
HABILIDADES SOCIALES



NECESIDADES DE NUESTRA SOCIEDAD ACTUAL



TRABAJAR HABILIDADES SOCIALES POSITIVAS



CAMBIO DE ACTITUD



MEJORAR LA SOCIEDAD

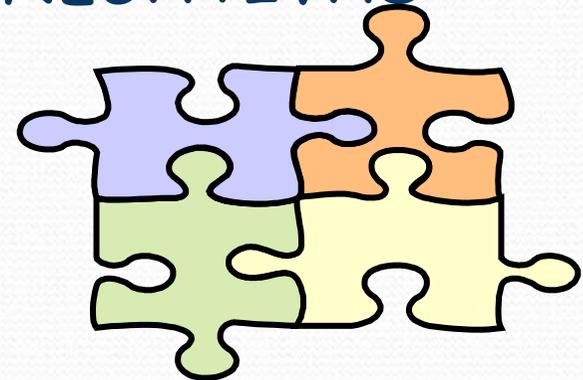


Observamos que determinados tipos de juegos no son saludables y contribuyen a fomentar:

- el individualismo
- el sexismo
- la intolerancia
- el racismo
- la xenofobia
- actitudes uniformadoras y sumisas, etc.

CONDUCTAS SOCIALMENTE NEGATIVAS

El juego no es algo neutral.



- El juego no ha estado bien visto por la pedagogía tradicional, ya que la educación y el juego no se consideraban buenos aliados.



- Pero hoy es sabido y reconocido que el niño/a aprende jugando ya que hacen de la vida misma un juego constante.



- Esta actividad lúdica es un elemento metodológico ideal para dotar a los niños y niñas de una formación integral y saludable.





*"Jugar no es estudiar ni trabajar, pero jugando, el niño/a aprende a comprender el mundo social que le rodea"
(Ortega, 1990).*

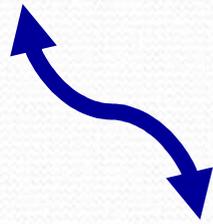
- ☀ Desde un punto de vista educativo nos interesaba trabajar, y no sólo divertirnos, a través de juegos que desarrollasen diferentes capacidades, destrezas, habilidades y actitudes.



- ☀ Es importante enseñarles a jugar con otros niños y niñas en un ambiente de afecto y aceptación mutua, donde se fomenten los valores sociales básicos y fundamentales para convivir adecuada y correctamente en su entorno escolar, familiar y social



JUEGO COMO ELEMENTO MOTIVADOR PARA LOS NIÑOS



JUEGOS COOPERATIVOS



TRABAJAR HABILIDADES SOCIALES



- ⊕ PERSONAS SOLIDARIAS
- ⊕ PERSONAS JUSTAS
- ⊕ PERSONAS COMPROMETIDAS
- ⊕ PERSONAS SANAS

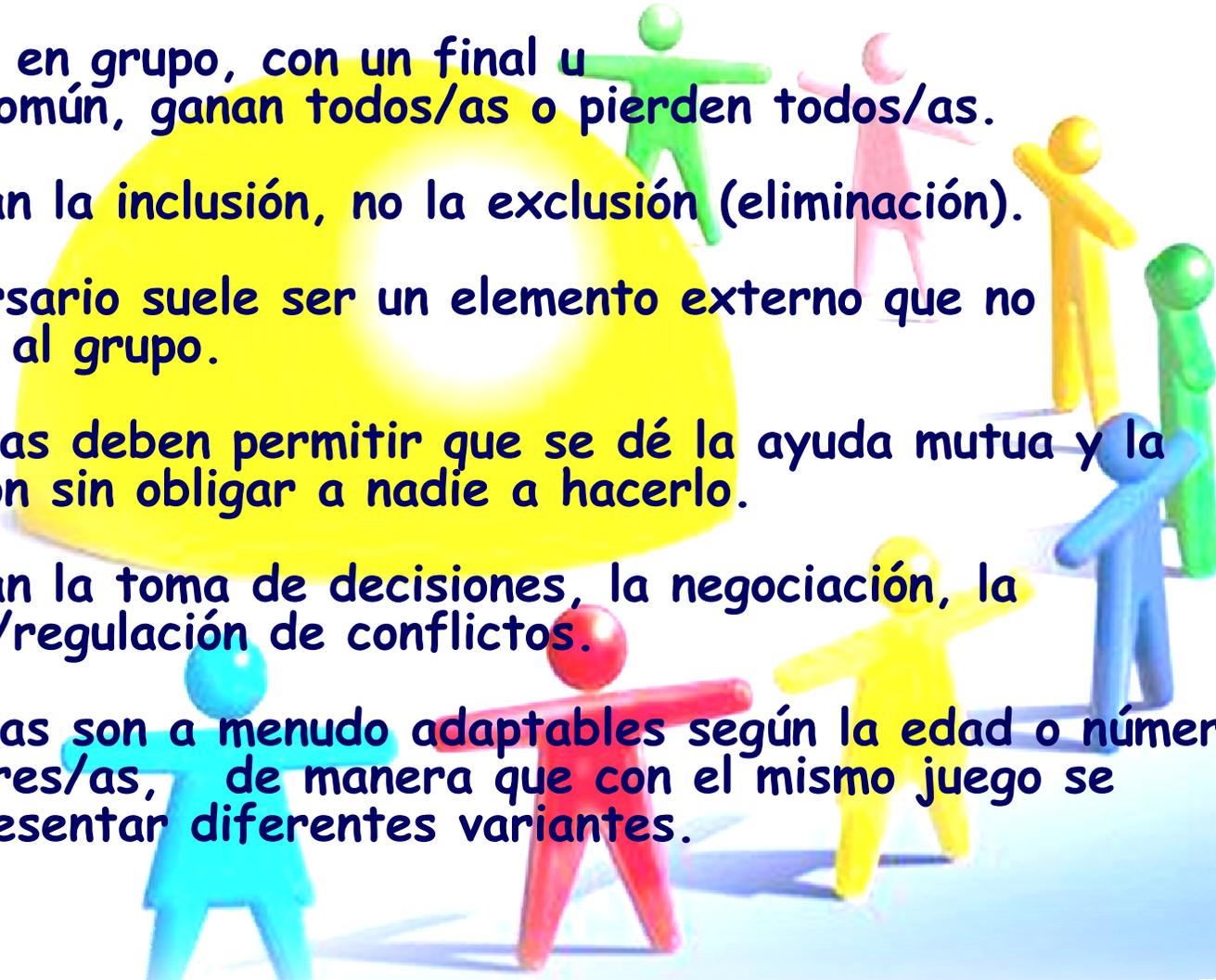
Existen juegos cooperativos para cualquier momento evolutivo del grupo que quiere jugar:

- ✿ **juegos de distensión** (para liberar energías, reírse, divertirse sin más, relajarse o sentirse a gusto),
- ✿ **juegos de presentación y conocimiento** (para facilitar el conocimiento de los/as demás),
- ✿ **juegos de confianza/afirmación** (para fortalecer tanto la autoestima como la confianza en el grupo),
- ✿ **juegos de comunicación** (para desarrollar o mejorar las habilidades comunicativas),
- ✿ **juegos de resolución de conflictos** (para ser creativos en la búsqueda de nuevos caminos de regulación de situaciones difíciles, sentir empatía hacia el otro/a), etc.



CARACTERÍSTICAS DE LOS JUEGOS COOPERATIVOS

- Se juega en grupo, con un final u objetivo común, ganan todos/as o pierden todos/as.
- Fomentan la inclusión, no la exclusión (eliminación).
- El adversario suele ser un elemento externo que no pertenece al grupo.
- Las reglas deben permitir que se dé la ayuda mutua y la cooperación sin obligar a nadie a hacerlo.
- Fomentan la toma de decisiones, la negociación, la resolución/regulación de conflictos.
- Las reglas son a menudo adaptables según la edad o número de jugadores/as, de manera que con el mismo juego se pueden presentar diferentes variantes.



LOS JUEGOS COOPERATIVOS POTENCIAN EL DESARROLLO DE LAS HABILIDADES SOCIALES ESTIMULANDO:

- ✓ Conocimiento mutuo de los miembros del grupo.
- ✓ Interacciones intergrupales amistosas, positivas y constructivas.
- ✓ Habilidades de comunicación verbal y no verbal.
- ✓ Cohesión grupal, sentimiento de pertenencia.
- ✓ Hábitos de escucha activa.
- ✓ Disminución de estrategias violentas para regular los conflictos.
- ✓ Desarrollo moral: acatar normas sociales implícitas en la normas de los juegos y normas sociales que el grupo estructura para la realización de los mismos.

EQUIPO DE TRABAJO

Desde nuestro centro participamos en los Programas de Educación para la Salud, que se ofertan desde el Departamento de Salud y Consumo.

En **Educación Primaria** trabajamos los Programas: *Aventura de la vida, Almarabú, SolSano y Dientes Sanos.*

En **Educación Secundaria**, trabajamos los Programas de *Cine y Salud, Pantallas Sanas y Órdago.*





Todos los tutores del centro están implicados en llevar a cabo una sesión semanal de "juegos organizados", con los que trabajamos para adquirir unas habilidades sociales, en las que nuestro alumnado pueda desarrollarlas en su vida diaria disminuyendo las manifestaciones de agresividad, promoviendo actitudes de sensibilización, cooperación, comunicación, respeto y solidaridad.



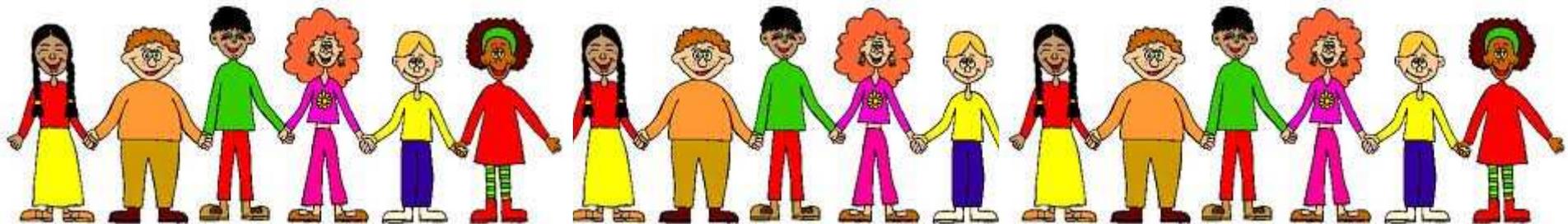
Los tutores de ciclo, junto con el profesor de educación física, que les proporciona una serie de juegos cooperativos, trabajan los juegos con los alumnos de un mismo ciclo, en la misma sesión.



ACTIVIDADES MÁS SIGNIFICATIVAS

Sería imposible exponer todas las actividades, TODAS, han sido importantes y significativas, ya que las hemos elaborado y trabajado con la intención de que:

- Sean divertidas para todos y todas.
- Haya una mezcla de grupos que jueguen juntos creando un alto nivel de aceptación mutua.
- Se aprenda a compartir y a confiar en los y las demás.
- Las personas aprendan a tener un sentido de unidad y a compartir el éxito.



ACTIVIDADES MÁS SIGNIFICATIVAS

- Haya una mezcla de personas en grupos heterogéneos que jueguen juntos creando un elevado nivel de aceptación mutua.
- Nadie abandone el juego obligado/a por las circunstancias del mismo. El grupo entero inicia y da por finalizada la actividad.
- Desarrollen la autoconfianza porque todas las personas son bien aceptadas.
- La habilidad de perseverar ante las dificultades se fortalece por el apoyo de otros miembros del grupo.



JUEGOS DE HABILIDADES SOCIALES Y AUTOESTIMA

EL LAZARILLO:

EXPLICACIÓN DEL JUEGO: Se trata de guiar a un compañero que está con los ojos vendados.

OBJETIVOS: Lograr una confianza suficiente para que se dar la colaboración.

PARTICIPANTES: Grupo, clase... a partir de 6 años.

MATERIALES: Pañuelos o vendas para tapar los ojos.

CONSIGNAS DE PARTIDA:

Silencio durante todo el ejercicio.

El paseo no es una carrera de obstáculos para el ciego, sin ocasión de experiencias.

Seamos imaginativos (por ej.: ponerle en presencia de sonidos diferentes, dejarle sólo un rato, hacerle recorrer objetos durante el trayecto).

Cada uno debe estar atento a los sentimientos que vive interiormente y los que vive su pareja, en la medida en que los perciba.

DESARROLLO:

La mitad del grupo tiene los ojos vendados. Están agrupados de dos en dos (un ciego y un guía). Los guías eligen a los ciegos, sin que sepan quien los conduce. Durante 10' los lazarillos conducen ciegos, después de los cuales hay un cambio de papeles (se elige pareja de nuevo, ahora escogen los que antes hacían de ciegos).

EVALUACIÓN: Se valorarán los sentimientos vividos y su importancia.

JUEGOS DE HABILIDADES SOCIALES Y AUTOESTIMA

EL JARDINERO:

EXPLICACIÓN DEL JUEGO: Consiste en recoger un objeto con los ojos tapados a través de un itinerario.

OBJETIVOS: Desarrollar la autoconfianza, y autoestima. Estimular la orientación espacial.

PARTICIPANTES: Grupo, clase... a partir de 6 años.

MATERIALES: Un caldero u otro objeto que represente un instrumento de jardinería. Algo para tapar los ojos.

DESARROLLO:

Los/as jugadores/as se sitúan en dos filas frente a frente a dos metros de distancia aproximadamente, representando a los árboles de una avenida. La primera persona que hace de jardinero/a tiene que situarse en un extremo de la avenida (pasillo) con los ojos vendados, debiendo ir en busca de un caldero (u otro objeto) que se encuentra en el otro extremo de la avenida. Este trayecto debe hacerse sin tocar los árboles. Sucesivamente van saliendo nuevos/as jardineros/as, hasta pasar todo el grupo.

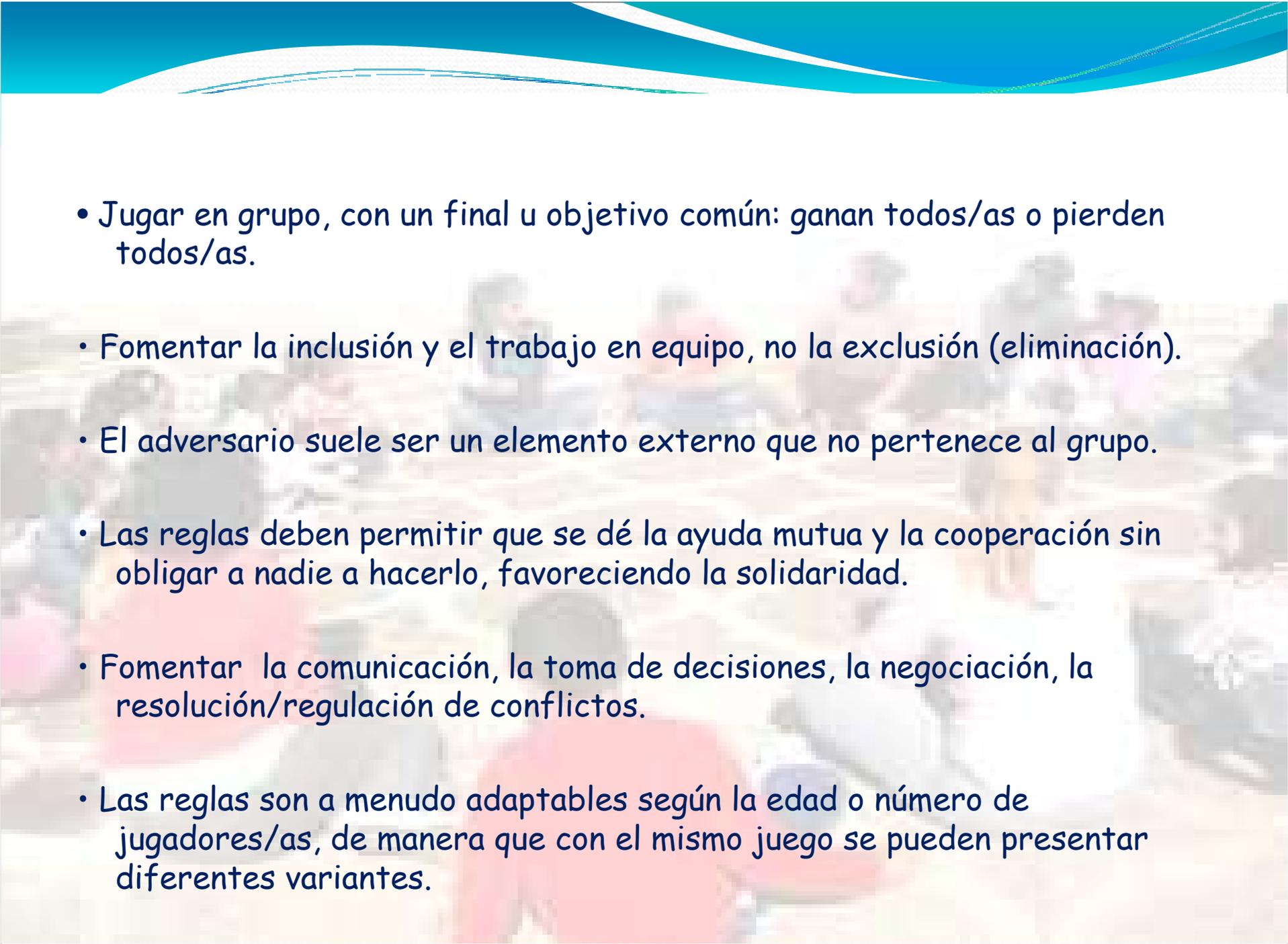
EVALUACIÓN: ¿Cómo se han sentido? ¿Cómo sintieron a las demás personas?

VALORACIÓN DE LA EXPERIENCIA

Como decíamos, el juego es en sí una escuela de valores. Desde la estructura del mismo, pasando por los contenidos, las reglas y su forma de elaboración, y desembocando en los objetivos perseguidos y en la manera de desarrollarlos, todo va a quedar impregnado por determinados valores, que nos conducen a una adquisición positiva de unas habilidades sociales saludables.



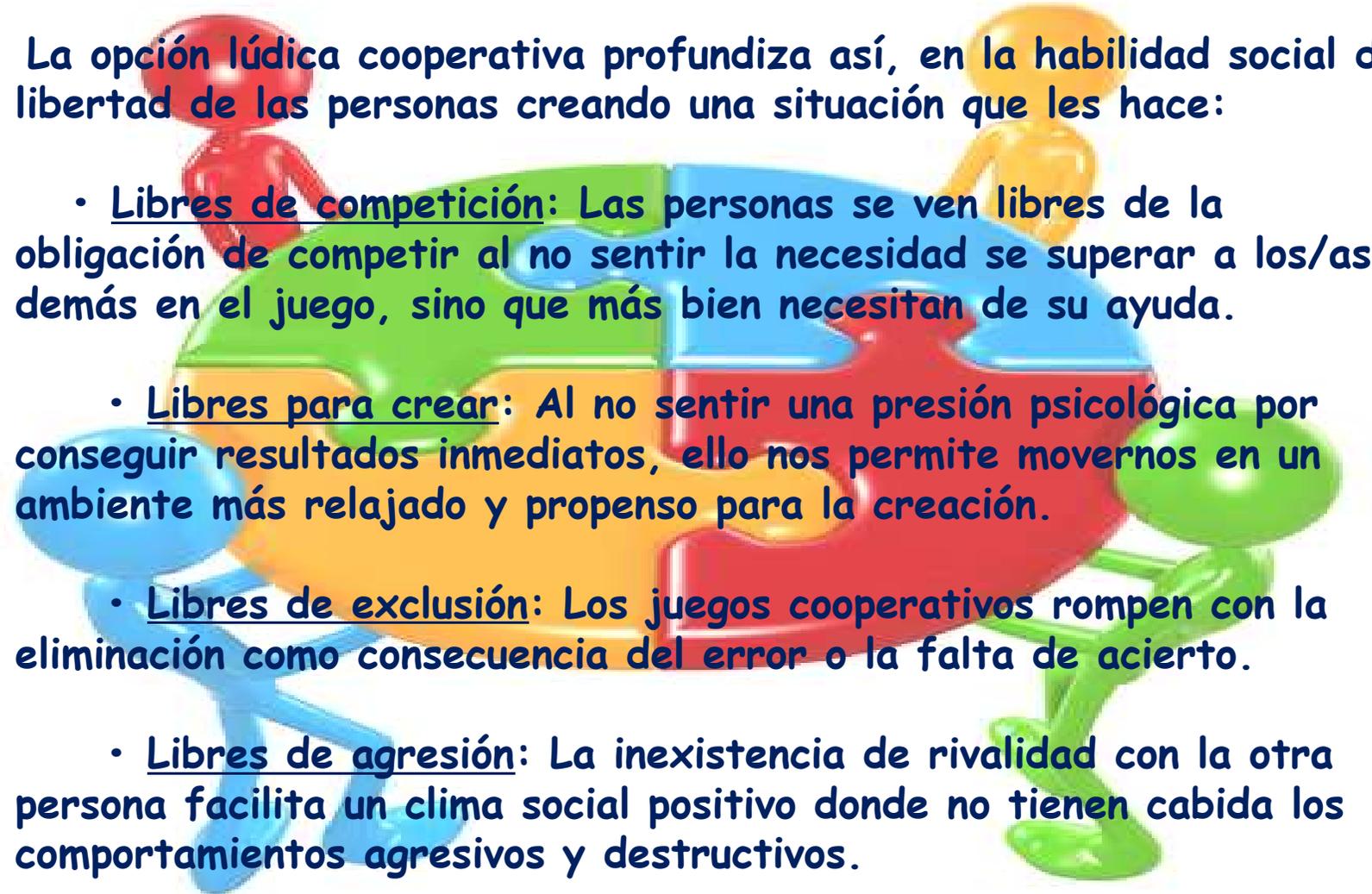
Así, pues, podemos decir que nuestra valoración a lo largo de estos dos últimos cursos ha sido positiva, ya que estamos en vías de conseguir los objetivos propuestos:

- 
- Jugar en grupo, con un final u objetivo común: ganan todos/as o pierden todos/as.
 - Fomentar la inclusión y el trabajo en equipo, no la exclusión (eliminación).
 - El adversario suele ser un elemento externo que no pertenece al grupo.
 - Las reglas deben permitir que se dé la ayuda mutua y la cooperación sin obligar a nadie a hacerlo, favoreciendo la solidaridad.
 - Fomentar la comunicación, la toma de decisiones, la negociación, la resolución/regulación de conflictos.
 - Las reglas son a menudo adaptables según la edad o número de jugadores/as, de manera que con el mismo juego se pueden presentar diferentes variantes.

CONCLUSIONES

Hemos conseguido con los juegos que sean transmisores de una serie de valores fundamentales en la construcción de las habilidades sociales para la vida cotidiana y en la búsqueda del equilibrio personal, imprescindibles para gozar de buena salud:

- El valor de la integración frente a la exclusión, haciéndonos más partícipes dentro del grupo.
- El valor de la escucha y la comunicación a través de: la toma de decisiones, la negociación, la búsqueda de estrategias...
- El valor de la afirmación de sí mismos/as. Reconocimiento personal y por parte del grupo de lo que cada persona supone para el trabajo en grupo.
- El valor de la creatividad y la imaginación. Elementos ambos que nos ayudarán a superar el desafío, modificar las reglas de juego, aportar cosas nuevas al grupo para seguir jugando y para enriquecerlo...



La opción lúdica cooperativa profundiza así, en la habilidad social de libertad de las personas creando una situación que les hace:

- Libres de competición: Las personas se ven libres de la obligación de competir al no sentir la necesidad de superar a los/as demás en el juego, sino que más bien necesitan de su ayuda.
- Libres para crear: Al no sentir una presión psicológica por conseguir resultados inmediatos, ello nos permite movernos en un ambiente más relajado y propenso para la creación.
- Libres de exclusión: Los juegos cooperativos rompen con la eliminación como consecuencia del error o la falta de acierto.
- Libres de agresión: La inexistencia de rivalidad con la otra persona facilita un clima social positivo donde no tienen cabida los comportamientos agresivos y destructivos.

Para favorecer la salud de nuestros alumnos, desde los centros educativos debemos tener presente que.....

El niño debe disfrutar de todos los derechos sin importar su sexo, nacionalidad, raza, religión, idioma,...

