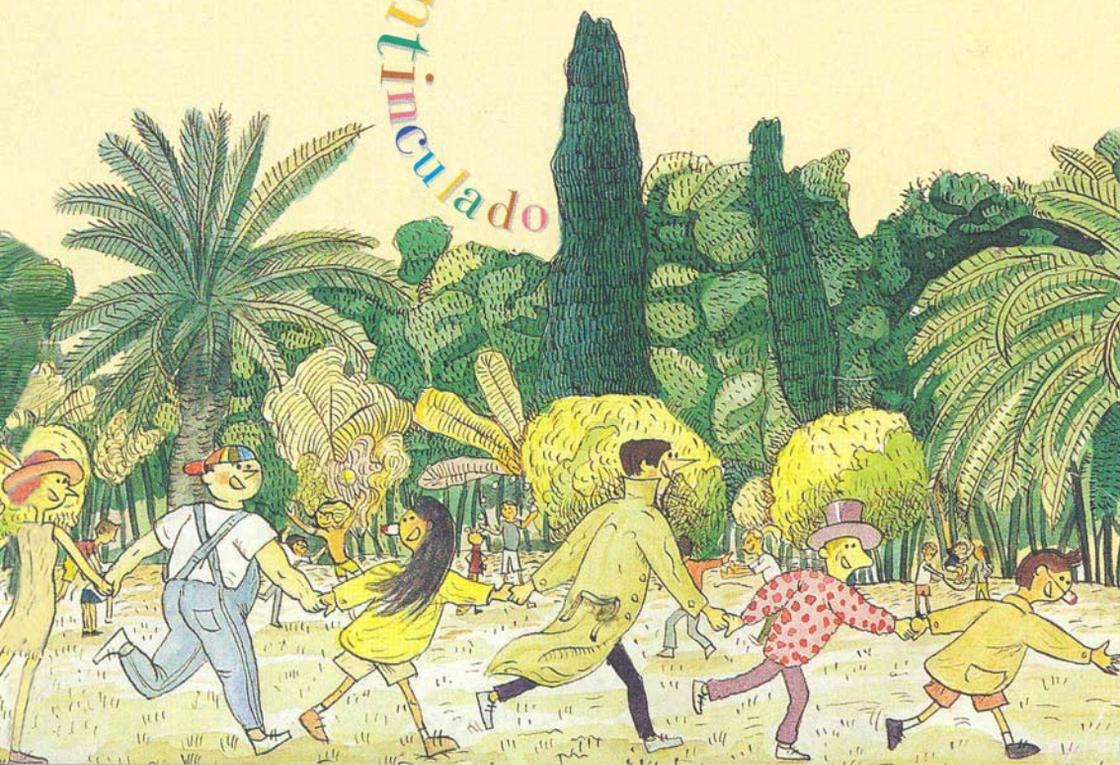


Juegos en los Parques

# Entantár abintantulado



# El medio ambiente es divertido

**L**os espacios urbanos de Aragón están llenos de vida. Los parques ofrecen infinitas posibilidades para disfrutar con el medio ambiente, porque infinita es también la imaginación de un niño o una niña. Leyendo la presente guía de juegos (comprenderán que me evite copiar el título) he recordado los años de aula, donde, como profesor de Educación física, el juego siempre ha sido uno de los recursos didácticos más interesantes.

También lo es en el conocimiento del medio ambiente. Este cuaderno es una buena muestra, toda una recopilación de juegos de siempre y propuestas nuevas que pueden ayudar a profesores, monitores, padres, educadores (o a los propios jóvenes) a conseguir dos objetivos a cuál más importante: integrar el medio como algo propio, querido y respetado, y –quizá lo más grande que pueda haber– hacer reír a los niños. Y si ya no es tan niño, atrévase, atrévase. Si es capaz de repetir el título de la guía, entonces el resto de ejercicios es cosa hecha...

Alfredo Boné Pueyo

Consejero de Medio Ambiente del Gobierno de Aragón

# Entantarabintantinculado

## Juegos en los Parques

**E**n el año 1994 el Departamento de Medio Ambiente del Gobierno de Aragón y el Ayuntamiento de Zaragoza, mediante un convenio entre ambas Instituciones, desarrollaron un Programa de Sensibilización en los Parques que incluyó, entre otras acciones, una primera edición del "Entantarabintantinculado".

El libro se concibió como un instrumento útil para disfrutar más y mejor de los espacios abiertos y relativamente tranquilos que nos ofrecen nuestros parques y jardines, y también, como una acción de sensibilización ambiental. Así lo entendió también el público, que lo acogió con mucho interés. Esto supuso que se agotara la primera edición rápidamente y que se siga solicitando.

El Departamento de Medio Ambiente del Gobierno de Aragón, atendiendo a esta demanda, y consciente de que hoy este libro mantiene vigente su valor como herramienta de Educación Ambiental, ofrece una nueva edición para continuar disfrutando de nuestro entorno más próximo, los parques y jardines, de manera más consciente y responsable con la solución de los conflictos ambientales.



## Entantarabintantinculado

es un juego de palabras pero también es un libro de juegos, que juega con los juegos.

Juegos nuevos,  
juegos de siempre,  
juegos cambiados,  
reinventados o remendados (aun tan sólo de nombre)  
juegos jugados  
con adultos y chavales,  
en talleres, en la calle o mejor... ¡en un parque!,  
juegos no competitivos o mejor... ¡cooperativos!,  
juegos arriesgados y atrevidos,  
y juegos de inventarse juegos,  
y más juegos  
y más juegos....

**Entantarabintantinculado** quiere

JUGAR con TODO . Y todo son: objetos, situaciones, conflictos, cuerpo, personas, espacios, ideas, deseos, sueños, imágenes, palabras...

JUGAR con TODOS Y TODAS. No sabe de números ni edades, ni oes ni aes, alturas, formas ni medidas. Es más, le encanta lo diferente.

JUGAR SIEMPRE. No entiende de "horas de juego" y "sitios para jugar". Se mete en casa, en el trabajo, en la escuela, en la ciudad, en todos los rincones y en todos los espacios.

Entantarabintantinculado JUEGA EN LOS PARQUES,  
con toda la gente que allí se encuentra y se queda largo tiempo. Ha descubierto un buen lugar para jugar. Cualquier miércoles, lunes o domingo, cuando vayas a jugar al parque acuérdate de él y ¡por favor! llámale por su nombre, aunque tengas que intentarlo doscientas veinticuatro veces.

PAI

# Indice

## Camino al Parque

- Juegos de palabras 10
- El gran chorro 12
- Veo, veo 12
- Mirando, mirando... 13
- La sillita de la reina 14
- Uno, dos, y tres 14
- Recogiendo 15
- Todo por encima 16
- Evitando charcos 16
- Jugando con sombras 17



## Juegos de Siempre y más

- Tula 20
- Tula en charco 20
- Tula con instrumentos 20
- ¡Cuida que te doy! 21
- Chiriví 21
- Toca azul 22
- Las cuatro esquinas 22
- Correcalles 23
- Salta que te pilló 23
- Chocolate inglés 24
- En línea recta 25
- Nudos 25
- Piruetas habilidosas 26
- Los paquetes 26
- El inquilino 27
- El lobo y los tres cerditos 27
- Dragones enfrentados 28
- La cadeneta 28
- Chof 29
- Telaraña 29
- Coger las cintas 30
- Rabillo en trio 30
- Tragapeces 31
- Búhos y cuervos 32
- Rayuelas 33
- P-A-L-A-B-R-A 33
- Torbellino de palabras 34
- Plano del escondrijo 34
- A través del espejo 35
- Jugamos a la comba 36
- Azote 35
- Lanzamiento de huevos 38
- Desplumar al pájaro 38
- Y no te olvides de... 39
- El ovillo 40
- Traslado elevado 40
- ¿Cómo puedes jugar con cajas de cartón? 41
- ¡Va de pelotas! 42
- Que no caiga 43
- Para... Elisa 43
- La rata y el gato 43
- Fútbol ciego 44
- Pasar con los pies 44
- Pillar el nombre 45
- Calcetines voladores 45

## Tranquilamente



- Un momento de tranquilidad 48
- Y ahora... es una vaca 48
- El país de los árboles 49
- Cien chimpancés rosas 49
- Vuelta a la tortilla 50
- Piedra que corre 50
- Director de orquesta 50
- Paseo de narices 50
- Dictar dibujos 51
- Sílabas cantantes 52
- Zum 52
- El hilo de Yvone 53
- Cara a cara 53
- El bebé en la cuna 54
- Dibujo de letras 54
- El viento y el árbol 55
- ¡A esquivarse! 55
- Tururú 56
- Drácula 56
- ¿Quién falta? 57
- El detective 57
- ¿Quién hay tras ese zapato? 58
- La zapatilla 58
- La zapatilla por detrás 59
- Búsqueda de zapatos 59
- El zapato de Cenicienta 60
- Cien años 60
- ¿Qué ves? 61
- En el país de lo pequeño 61
- ¡Foto! 62
- Aura 62
- Conoce tú naranja 63
- Encuentra un árbol 63

- Dedos de hormiga 63
- Mano a mano 64
- Saber qué es... con manos y pies 64
- Ventanas de la tierra 65
- ¿Qué oyes? 65
- Paseo a ciegas 66
- Gusano a ciegas 66
- Correr a ciegas 66
- Tren ciego 67
- Recogida a ciegas 68
- ¿Cuál falta? 68
- ¡Guau! 69
- Torre de control 69



## De palabras y movimiento

- Disfrazándote 72
- Agruparse 73
- Dibujar al aire 73
- Porteadores imaginarios 74
- El baúl mágico 74
- El escultor 75
- Escribiendo 75
- Fila loca 76
- Crac-pii-buf-tron-plaf 76
- Ja-ja-ja 76
- Esto no es una mano 78
- Baraja de postales 79
- Cuéntame un cuento 79
- Los vendedores 79
- Películas 79
- Un paso más 80

## Pequeños retos

- Gimnasia extraña 86
- Mano mañosa 89
- Hacer puñetas 89
- Coger el palo 89
- La taba 90
- Abracadabra 90
- Muelle humano 91
- Subir de espaldas 91
- La estrella 92
- El ciempiés 92
- Los equilibristas 93
- La carretilla 94
- El pequeño faro 94
- El avión 95
- El beduino 95
- Ben-hur 96
- Revolotear 96
- Acrobacias sencillas 97
- La batidora 99
- La ducha 99
- Malabareando 100



## Entre todos y todas

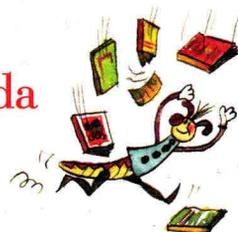
- ¿Qué cosas podéis hacer juntos? 104
- Sumar diez cooperativamente 105
- Zapatos congeladores 105
- Arrancando zanahorias 106
- Al pez, al pez, que nade bien 107
- Troncos rodantes 108
- Agua, por favor 108
- La sardina 109
- Juegos con paracaídas 110



## Juego-creo-recreo-juegos

- Cambiando un poco los juegos de siempre 117
- Juegos nuevos poniendo condiciones 119
- Juegos nuevos con ideas un poco más raras 120

## Bibliografía recomendada





Uno dice una palabra, por ejemplo: Calle. Todos seguimos diciendo, uno tras otro, palabras que asociamos a la anterior.



CRISANTEMO, CRISANTEMO,  
DESENCRISANTEMIZATE



Ahora tratamos de formar palabras cambiando sólo una letra de la palabra anterior.

## El gran chorro

Hoy hace mucho calor. ¡Pufffff! . Nos cogemos de casa una botella de plástico con un tapón al que hacemos un agujero. Llenamos la botella de agua y salimos hacia el parque dibujando en el asfalto, mojando las piernas de nuestros amigos, mojándonos la cara... Se nos hace mucho más corto...

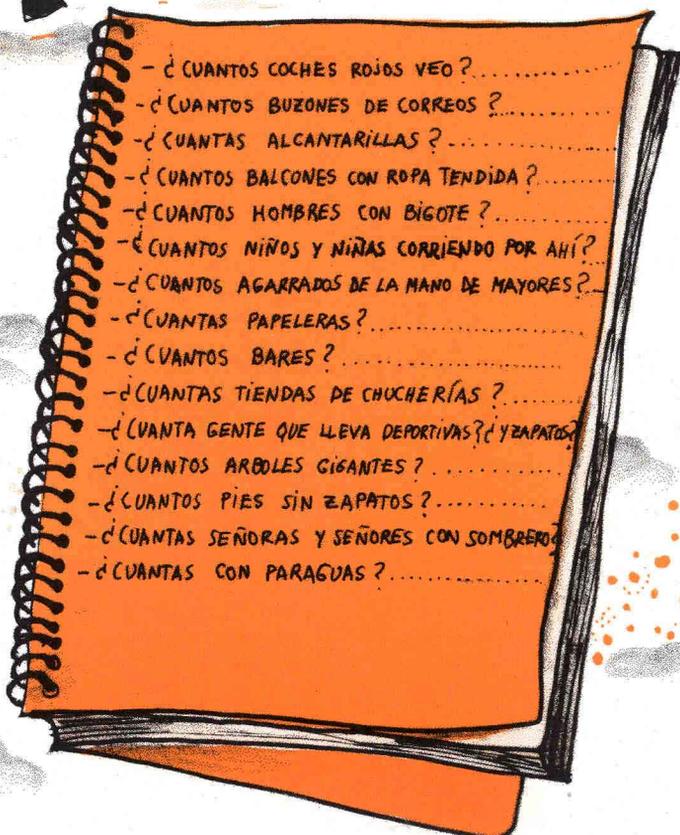
*Ir al parque todo el rato a la pata coja es una pasada, pero un ratillo jugueteando por las aceras... eso sí que puede ser.*

## Veo- veo

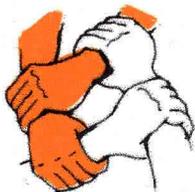




Conviértete en detective. Cada día que vayas al parque puedes hacer este "pequeño ejercicio de observación". Siempre hay cosas nuevas en las que fijarte. ¡Anótalas!



## La sillita de la reina



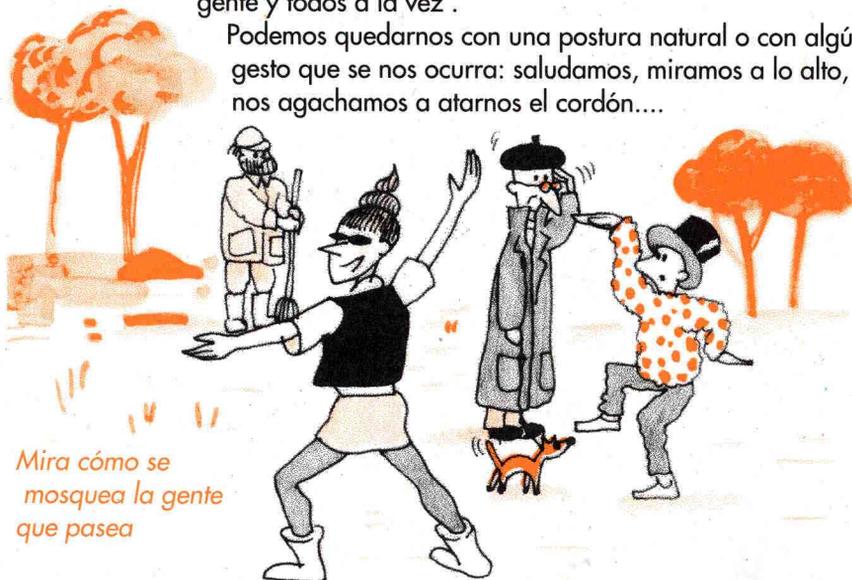
“La sillita de la reina  
que nunca se peina  
un día se peinó  
y la sillita se rompió”



## Uno, dos y tres

A la de tres, nos quedamos completamente congelados, como una estatua de piedra. No se nos mueve ni un pelo... Al rato recuperamos el movimiento. Estarán muy bien los parones y las vueltas al movimiento si lo hacemos con más gente y todos a la vez .

Podemos quedarnos con una postura natural o con algún gesto que se nos ocurra: saludamos, miramos a lo alto, nos agachamos a atarnos el cordón....



Mira cómo se  
mosquea la gente  
que pasea



HOLA, SOY LA PAGINA 15  
Y ESTOY AQUÍ PARA  
DECIRTE ALGUNAS COSAS QUE  
PUEDES RECOGER HOY, MAÑANA  
O CUANDO SEA..... :

PIEDRAS REDONDAS, PIEDRAS PLANAS,  
PIEDRAS BLANCAS, HOJAS DIFERENTES, PA-  
REJAS DE HOJAS, TRÍOS DE PIÑAS, PALOS LAR-  
GOS, PALOS CORTOS, PAPELES CUADRADOS, CHAPAS,  
BILLETES DE AUTOBÚS.....

OTRO DÍA DIME TU QUE MAS COSAS SE PUEDEN  
RECOGER ....

(Según el diccionario de parques, zanahorias y otras verduras, RECOGER significa: "coger de nuevo o levantar una cosa caída". Y recuerda que palabras parecidas a RECOGER son: juntar, reunir, acumular, acoplar, recolectar, acopiar, apañar, amontonar, almacenar, atesorar...pero no aparece: arrancar.)

## Todo por encima

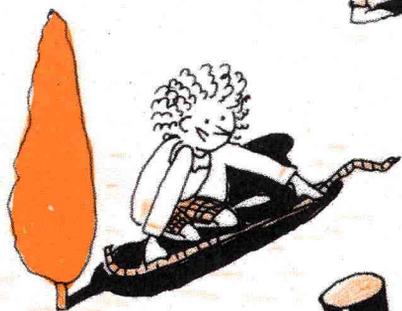


## Evitando charcos

*Si un día ha llovido y todo está mojado vamos a ver si atravesamos lo más rápidamente posible un terreno con charcos sin meter el pie en ellos.*



## Jugando con sombras



Si algún día llegas tarde al parque y tus amigos ya está ahí intenta ponerte delante de sus narices sin que te vean. ¡Difícil!

# Juegos de siempre y más

## Tula

Echamos a suertes quién la lleva: "Pito, pito colorito, ¿dónde vas tú tan bonito? a la era verdadera, pin, pon, fuera"

El que la lleva corre detrás de todos, cuando toca o roza a alguno, grita: ¡TULA! y entonces éste o ésta la paga.

Puede existir una chufa ..., si nos abrazamos a alguien, no nos pueden dar la tula.

Ahora lo hacemos con un SOMBRERO. El que la paga lleva un sombrero en la mano y al que se lo coloca... pues la paga. Así es más fácil saber quién la lleva.

## Tula en charcos

Ha llovido. ¡Vaya! parece que hoy no podremos jugar en el parque. ¿Cómo que no? Nos ponemos inmediatamente las botas de agua... y allá que vamos !

Jugamos a tula, pero hoy la chufa que sea un charco, allí estamos salvados. (No te apalques en el charco y atrévete a salir pronto).

## Tula con instrumentos

Un día que estemos mucha gente hacemos cuatro grupos ( del mismo número ). Uno de nosotros se queda fuera y coge unos cascabeles y un pandero o caja china... o sea, dos instrumentos de sonido bien diferente.

A los grupos les ponemos letras: A, B, C, D.

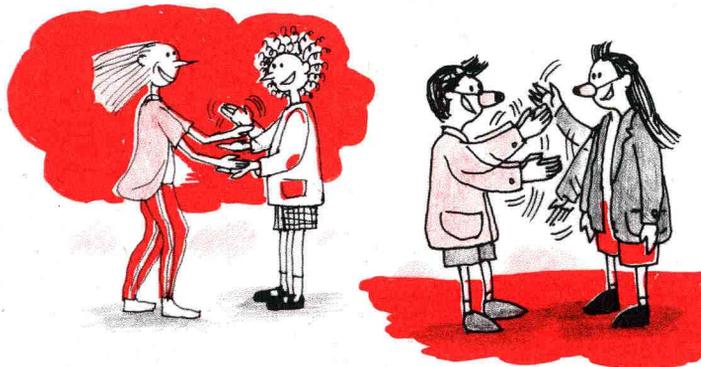
A y B se colocan unos enfrente de otros y se miran y remiran las caras, la ropa... Hay que conocer bien al otro grupo. C y D hacen lo mismo.

Luego nos mezclamos todos por ahí. Pero, ¡atención! porque si suenan los cascabeles los del grupo A corren a pillar a los del grupo B, y los del C a los del D. Y si suena el tambor los del B van a por los del A y los del D a por los del C. Cuando te pillan te quedas congelado, hasta que vuelva a sonar tú instrumento.

## ¡Cuida que te doy!

Nos colocamos de dos en dos, mirándonos a la cara:

- con las manos una sobre otra tocándose las palmas. La persona que las tiene debajo intenta dar a las manos de la que las tiene encima.
- uno junta las manos delante suyo. El de enfrente las coloca pegadas a las piernas e intenta darle al otro, que le esquivo hacia todas las direcciones pero sin despegar sus manos.



## Chiriví

Estamos en parejas. Uno de los dos dice: "Chiriví", e intenta pisar de un salto al otro que salta hacia atrás evitándolo (no se mueve hasta que el otro empiece a saltar) y luego contesta: "Chirivá", dando un salto para pisarle también. Vuelve el primero esta vez con: "Chiriví, chiriví, chirivá" acompañando cada palabra con un salto hacia delante y el otro retrocediendo con tres saltos para huir de él.



## **Toca Azul**

Alguien grita fuerte: "TOCA AZUL" (o cualquier otro color o cosa). Todos y todas debemos tocar (con la máxima rapidez) algo de esas características.

Hay muchas posibilidades:

Toca a dos, a tres, a cuatro, toca árbol, toca papel, toca tierra, toca papelería, toca agua, no toques a quien te toque, toca a todos, no toques a nadie... y toca con los hombros, con el culo, con la cabeza, con la espalda, con el codo, con el pie...

Para variar podemos:

- jugar a cámara lenta
- no soltar lo que tocamos cada vez, de manera que tenemos que tocar cosas posibles de trasladar con nosotros...

## **Las cuatro esquinas**

Elegimos un árbol (uno menos que jugadores haya).

Uno se coloca en el centro de ese "corro" de árboles. Los demás, intentan cambiarse de un árbol a otro sin que el de en medio les coja el sitio. Si te quedas sin árbol, te toca ponerte en el centro.

## Correcalles



## Salta que te pillo



## Chocolate inglés

Una persona la paga y se pone de cara a un árbol. El resto se coloca bien lejos, en el lugar que será su sitio de partida.

La que la paga dice palmeando suavemente el árbol: "una, dos y tres, chocolate inglés a la pared" y se gira. Mientras está de espaldas podemos ir avanzando hacia él o ella pero si cuando se gira nos pilla moviéndonos, nos envía de nuevo a la salida. El último que llega, la paga.

Podemos jugarlo de otras formas:

- esparciendo por el suelo ropa de la que llevamos (jersey, abrigo, bufanda, pañuelo...al menos tres cosas cada uno) cada vez que avanzamos tenemos que coger del suelo una ropa distinta. El que la paga dice: "vestido nuevo es, una, dos y tres". Si nos pilla sin nada en la mano o moviéndonos nos manda a la salida.
- El que la paga mira hacia nosotros tapando su rostro con un periódico (haciendo como si lo lee) y dice: "una, dos y tres periódico inglés" asoma la cabeza y si ve a alguien ... pues a empezar.
- En un sitio en que haya muchos árboles avanzamos cada vez desplazándonos de árbol a árbol. Si te coge en el camino de árbol a árbol ... pues a empezar otra vez.





## En línea recta

Nos ponemos bien separados por ahí y nos fijamos muy bien en dos personas. A un grito de ¡YA! comenzamos a correr intentando ponernos en línea recta con las dos personas que hemos elegido.

## Nudos

Unas ocho personas hacemos un pequeño círculo y extendemos los brazos hacia el centro. Cada uno da la mano a cualquier otro, pero nunca las dos manos a la misma persona y nos quedamos todos unidos. Intentaremos desenredar este nudo pasando las manos por encima o por debajo pero sin soltarnos nunca.



## Piruetas habilidosas

Formamos dos grupos de igual número de gente y hacemos dos círculos uno dentro de otro. Los de afuera separan las piernas y unen el pie de uno con el del otro; las manos en la cintura.

Cuando comenzamos a jugar, uno del círculo de dentro intentará pasar por debajo de las piernas de uno del de fuera a la vez que estos juntarán o abrirán las piernas dificultando el paso. Nunca usaremos las manos para evitarlo.

Los de adentro intentan hacer hábiles piruetas para distraer la atención y poder salir. Cuando todos salen... nos cambiamos de círculo para hacer otro papel.



## Los paquetes

Colocados de dos en dos, uno delante de otro (paquete), formando un círculo y mirando hacia el centro.

Por fuera del círculo dos se persiguen, uno a otro. Cuando el perseguido se coloca detrás de un paquete, presiona por la cintura al que tiene delante, y éste al otro que... sale corriendo haciendo de perseguido. Si le pillan, se cambian los papeles.

## **El inquilino**

Nos colocamos por tríos formando apartamentos. Así: dos personas, una frente a otra agarrándose de las manos y una tercera que se mete en el medio rodeada por los brazos de los anteriores. La que está dentro será la inquilina y las que están a sus lados, la pared izquierda y la derecha.

Los apartamentos se colocan formando un corro. Una persona queda sin apartamento y se coloca en el medio. Para buscar sitio puede decir una de estas 4 cosas: pared derecha, pared izquierda, inquilino o terremoto. En los tres primeros casos los que son nombrados salen corriendo a cambiar de apartamento y el que estaba en medio intenta también pillar un sitio. Pero si dice: terremoto, todos tienen que moverse y formar nuevos y distintos apartamentos. El que queda sin apartamento es el que se coloca en el centro del corro.

## **El lobo y los tres cerditos**

Hacemos grupos de cuatro. De los cuatro, uno de ellos hace de lobo y va delante del grupo, dándoles la espalda.

Dos personas no están en los grupos y se dedican a hacer cada uno un tipo de sonido, con su voz o con instrumentos. Por ej. PA-PA-PA / CHIN-CHIN-CHIN.

Los cerditos y los lobos empiezan a caminar cuando se oye el primer sonido, al ritmo de la musiquilla que éste hace. Cuando se oye el otro sonido el que va delante de cada grupo (el lobo) tiene que girarse rapidísimamente para ver si puede coger a alguno de sus tres cerditos. Si lo consigue, se lo comerá y siguen los dos juntos, cogidos de los hombros, delante de los dos cerditos.



## Dragones enfrentados

Hacemos varios dragones agarrándonos por la cintura en fila. Tienen que pillar-se unos a otros por la cola de forma que todas las partes del animal se refuercen y sacuden para no dejarse coger. El dragón pillado se une al que le ha cogido y acabamos cuando todos y todas somos un enorme dragón.



## La cadeneta

Es el juego de siempre, pero ¡acuérdate de él!

Uno la paga, encorre a todos y cuando pilla a alguien los dos se cogen de la mano y van a pillar a los otros. Y así se añade el tercero que cogen y el cuarto... hasta que no haya nadie suelto.

## Chof

Uno la paga y tiene que coger a cualquier otro; los demás para salvarse pueden:

- Pararse, decir ¡CHOF! y quedarse con las piernas abiertas hasta que alguien pase por debajo y pueda seguir corriendo.
- Pararse dando una palmada al frente con los brazos estirados al tiempo que grita: ¡SPLASH! quedándose inmóvil. Para reanimarle alguien tiene que entrar dentro del hueco que forma con sus brazos y darle un beso. Mientras uno está dentro de los brazos de alguien, los dos están en zona libre y no se les puede tocar.



## Telaraña

Señalamos un espacio de juego con una franja central de unos 2 metros en la que se coloca alguien que será la araña. El resto nos ponemos en un lado del campo y a una señal intentamos pasar al otro lado. La araña intentará atraparnos y, si lo logra, nos quedaremos allí formando su telaraña. Los que la forman pueden impedir con sus cuerpos que otros pasen entre ellos, pero no pueden agarrarles con las manos. Acabamos cuando todos somos telaraña.

## **Coger las cintas**

Cada cual se coloca un pañuelo agarrado a la cintura por detrás, o bien atado en la pierna por encima de la rodilla (de manera que permita cogerlo fácilmente). Hay que agarrar las cintas de los demás e intentar que no pillen la tuya. Cuando cogemos cintas, las seguimos colgando de nuestra cintura y, si nos quedamos sin ninguna, seguimos jugando... ¡alguna pillaremos!

## **Rabillo en trío**

Trío = 3, o sea que nos ponemos de tres en tres agarrados bien fuerte por los brazos. Al que está en el medio le colocamos un pañuelo enganchado por detrás de la cintura de la falda o pantalón. Cuando todos estamos preparados empezamos a correr para pillar los pañuelos de los otros tríos... pero, atención, sólo cogen los de los extremos, que tienen las manos de afuera libres. El trío nunca, nunca se suelta de los brazos. El que lleva el pañuelo en el culo intenta desesperadamente retorcerse para que no se lo cojan. Si te quitan el rabillo no pasa nada, sigues jugando para coger otro. Y si consigues muchos, te los pones todos a la cintura.



## Tragapeces

Uno o una hace de TRAGAPECES.

Cuando el tragapeces grita:

- ¡BARCO! todos corren hacia el árbol que él señala.
- ¡COSTA! cambian rápidamente de dirección. Corren al árbol opuesto.
- ¡TRAGAPECES! todos se firan al suelo boca abajo y se agarran de los brazos, piernas o cuerpos.
- ¡ESTRELLA DE MAR! se sientan en círculo con los pies juntos y moviéndose de izquierda a derecha.
- ¡SARDINAS! cada uno corre a un punto central para colocarse lo más juntos posible, como sardinas en lata.
- ¡CANGREJOS! unidos por parejas culo con culo, inclinándose hacia delante, juntando las manos por debajo de las piernas y andando de lado.

Para el PULPO, LA BALLENA, LAS SIRENA... invéntate tú los movimientos.

El TRAGAPECES se mueve por el parque con los brazos extendidos hacia delante, como si tuviera una enorme boca que intenta comerse a todos los peces que pilla despistados sin saber que hacer después de cada grito. Si alguien es comido se convierte en el nuevo tragapeces.

## Búhos y cuervos

Hacemos dos grupos: Búhos y Cuervos

Nos colocamos en dos filas, frente a frente, separados con una raya o cuerda en el suelo. A unas cinco zancadas detrás de los dos grupos ponemos otra marca para cerrar el espacio y hacer así la casa de los búhos y la casa de los cuervos.

El más animado de todos se pone entre las dos filas y afirma algo con voz muy fuerte. Por ej: "TODOS LOS ARBOLES SON VIOLETAS"

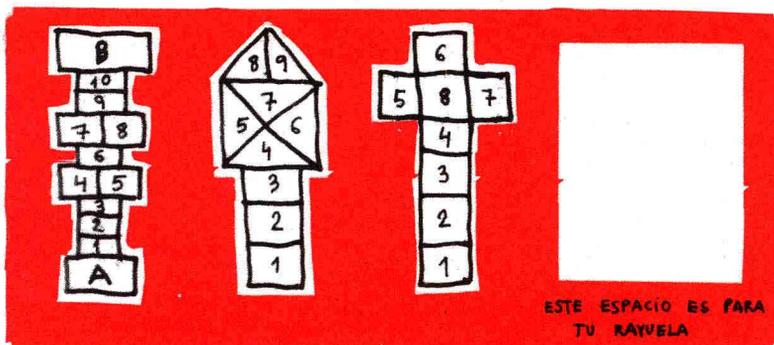
Si lo que dice es verdad, los búhos corren hacia los cuervos para pillarles antes de que lleguen a su casa. El cuervo que es pillado se convierte en búho.

Si lo que dice no se lo cree ni su ría, los cuervos corren hacia los búhos ... y si los cogen, los convierten en cuervos.

¿ Y qué pasa cuando lo que se dice no sabemos si es verdad o no? Pues imagínate... un buen lío ¡nadie sabe si tiene que pillar o intentar que no le pillen!



## Rayuelas



Con una tiza dibujamos una rayuela en el suelo. Cogemos una piedra (tejo), y saltamos a la pata coja empujándola con el pie, teniendo en cuenta que:

El tejo avanza de casilla a casilla sin saltarte ninguna.

Ni el pie, ni el tejo pueden pisar las rayas.

Hay que llegar hasta el final (cielo, luna, paraíso) y volver.

### P-A-L-A-B-R-A

Dibujamos en el suelo un cuadrado compuesto por 4x4 casillas y escribimos en cada una una letra.

- Si jugáis pocos, uno salta sobre varias letras sucesivamente, y los demás tenéis que formar palabras con ellas.

- Si sois muchos, varios saltan cada uno a una letra, y con esas formáis las palabras.



## Torbellino de palabras

Este juego es mejor jugarlo en un grupo grande (unas 20 personas). Necesitamos un globo para cada persona. Lo hinchamos y escribimos en él una sílaba con rotulador. Hacemos 4 o 5 grupos y nos miramos y remiramos para reconocernos bien los de cada grupo. Nos mezclamos todos y empezamos a jugar con los globos a "que ninguno toque suelo". Cuando uno de nosotros grita: ¡PALABRA! cogemos un globo y nos juntamos rápidamente con los de nuestro grupo intentando formar una palabra, cuando la tenemos, la gritamos, soltamos los globos y seguimos jugando. El siguiente que avisará ¡PALABRA! será el último que la había formado.

## Plano del escondrijo

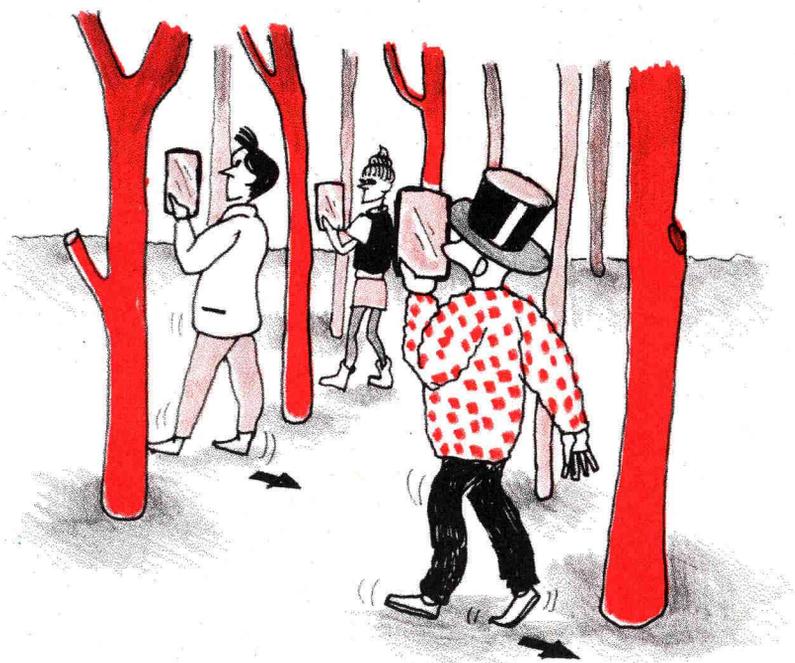
Hacemos grupos y cada uno piensa un escondrijo. Dibuja en el suelo con tiza el plano del trayecto que lleva a su escondrijo. Luego cada grupo estudia un plano distinto al suyo y todos parten a la vez en busca del tesoro. ¿Lo encontrarán? ¿Acaso existe el tesoro?.



## A través del espejo

Llévate de casa un espejo de mano. Intenta caminar de espaldas viendo hacia donde vas únicamente a través del espejo.

Puedes hacerlo entre gente a la que tienes que esquivar, o entre muchos árboles.



## Azote

Nos sentamos haciendo un círculo muy grande. Ponemos un periódico en el centro sobre un jersey. El que empieza a jugar coge el periódico y toca con el periódico a otro en las piernas. Rápidamente coloca el periódico sobre el jersey central y se vuelve a sentar en su lugar. El que ha sido tocado coge el periódico e intenta darle en las piernas antes de que vuelva a sentarse. Si lo consigue, hace que el otro siga pagándola, si no la paga él. Siempre hay que dejar bien colocado el periódico sobre el jersey.

# Jugamos a la comba



YO NO HA  
GO NADA

EL COCHERITO, LERÉ - ME DIJO ANOCHE,  
LERÉ - QUE SI QUERÍA, LERÉ - MONTAR EN  
COCHE, LERÉ - Y YO LE DIJE, LERÉ -  
CON GRAN SALERO, LERÉ - NO  
QUIERO COCHE, LERÉ - QUE  
ME MAREO.

EQUILIBRIO  
SALTA MIENTRAS TE  
QUITAS EL ZAPATO

SOGATIRA



AL MOGOLLÓN  
¿CUANTOS PODEMOS SALTAR A LA VEZ  
EN UNA MISMA COMBA?



LA CULEBRA VENENOSA  
SALTAR SIN QUE TE TO-  
QUE -PIQUE.

UNA, DOS Y TRES - PLUMA, TINTERO Y PAPEL -  
PARA ESCRIBIR UNA CARTA - A MI QUERIDO MIGUEL -  
EN LA CARTA ME DECÍA - RECUERDOS PARA TÚ TÍA -  
QUE ESTA MALITA EN LA CAMA - LOS DÍAS DE LA  
SEMANA - QUE SON, QUE SON Y QUE SON...  
(LUNES!!)...

LA COSECHA . MIENTRAS SALTAS TE TI-  
RAN COSAS AL SUELO QUE RECOGES SIN  
DEJAR DE SALTAR...



SAQUITO VOLADOR  
SALTAR Y QUE NO TE TOQUE

TIERRA

## Lanzamiento de huevos

Es un decir. Lo haremos con pelotas pequeñas o globos de agua. Hacemos dos grupos cada uno con una tela grande (sábana, manta) nos separamos unos metros y enviamos de una tela a otra "los huevos".



## Desplumar al pájaro

Nos repartimos varias pinzas de tender para cada uno; las colocamos por toda nuestra ropa. A la de tres comenzamos a correr para coger las pinzas de los otros e intentar que nos quiten las menos posibles. Si te quedas sin pinzas intenta conseguir alguna y todas las que cojas cuélgatelas de la ropa.

**Y no te olvides de...**



## El ovillo

Nos sentamos en corro. Hemos traído hoy de casa 6 o 7 ovillos de lana (los que sobran del jersey de invierno). Uno comienza a lanzar un ovillo a alguien quedándose con el cabo, el otro recoge el ovillo, agarra en su mano la hebra de lana y vuelve a lanzarlo a otro... y así todo el rato. Se van metiendo todos los ovillos al juego. Al final nos queda una especie de telaraña con la que podemos seguir jugando: a girar, a mantener algo, a enredarnos...

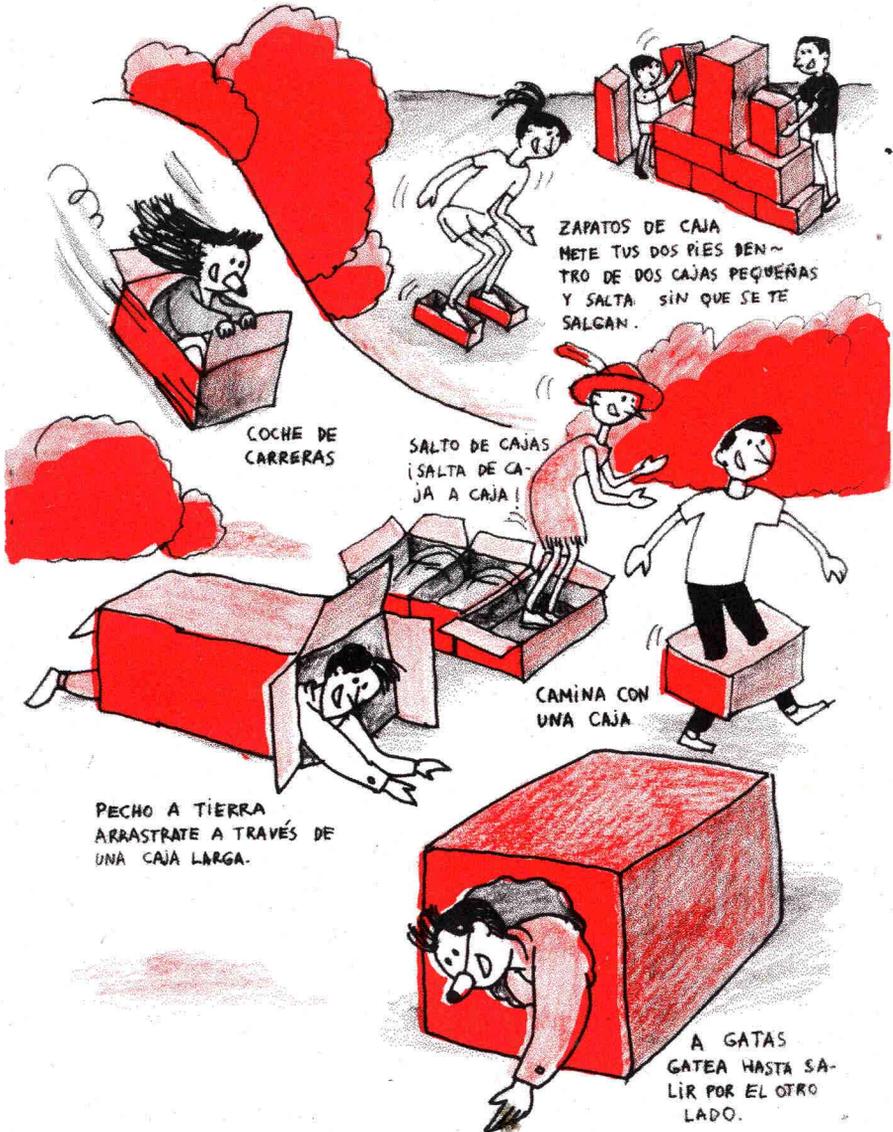


## Traslado elevado

"Taco, taco, al que le toque el número cuatro. Una, dos, tres y cuatro". El que la paga se mete en una gran caja donde no se ve nada. Entre unos cuantos lo cogen y lo trasladan hasta otro lugar. En el recorrido hay que llevarlo por sitios fáciles de identificar por los sonidos y así el de la caja puede hacerse una idea de por dónde va. Al llegar se deja "la pesada caja" a la que se le pregunta: "¿a que no sabes dónde estás?" Puede que lo sepa ... puede que no.



## ¿Cómo puedes jugar con cajas de cartón?



# ¡Va de pelotas!



## **Que no caiga**

Éste lo podemos jugar entre dos.

Lanzamos una pelota y evitamos que toque suelo. Podemos tocar con cualquier parte del cuerpo pero no podemos tocarla dos veces seguidas la misma persona.

## **Para...Elisa**

Lanza una pelota al aire a la vez que dices el nombre de alguien que está jugando . La persona nombrada ha de cogerlo antes de que caiga al suelo y a su vez lanzarlo al aire diciendo otro nombre.

Se pueden meter 3 o 4 pelotas, pero esta vez no se tiran al aire sino a una persona determinada.

## **La rata y el gato**

Cogemos una pelota grande (gato) y una pequeña (rata). Formamos un corro y las dos pelotas están separadas por la distancia de 5 ó 6 personas. Cuando gritemos ¡ corre rata ! o ¡ huye rata ! la "pelota gato" comienza a pasar de mano.en mano por el corro lo más rápidamente posible para pillar a la "pelota rata", y ésta a la vez huye pasando de mano en mano para que no le alcance. La "pelota gato" puede cambiar de dirección de repente si se ve muy alejada de la "pelota rata" o saltar y así sorprenderla.

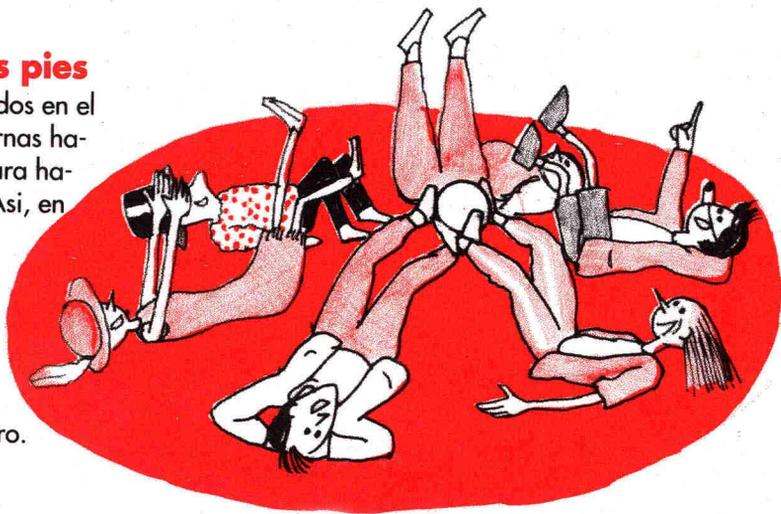
## Fútbol ciego

Se juega casi como en el fútbol original...pero aquí los jugadores se ponen por parejas y uno de cada pareja se venda los ojos y el otro será su guía que le indicará como meter gol. Es importante que sólo los ciegos sean los que tocan la pelota



## Pasar con los pies

En círculo y tumbados en el suelo y con las piernas hacia arriba como para hacer "la bicicleta". Así, en esta pose, tenemos que pasarnos una pelota de uno a otro con los pies sin que ésta caiga al suelo. Hay que dar la vuelta al corro.



## Pillar el nombre

En el centro de un corro hay una persona con una pelota. Alguien del corro dice un nombre y la que está en el centro tiene que tirar la pelota a esa persona antes de que ésta diga otro nombre. Si le da antes de que diga un nombre, ésta pasa al centro. Y la que sale empieza con un nombre nuevo.

## Calcetines voladores

La "cometa" se fabrica introduciendo una pelota de tenis en un calcetín largo. Para jugar, cogemos impulso haciendo girar el calcetín, formando círculos con el brazo por un costado, y lanzándolo hacia el cielo. Alguien debe atraparla por la cola al caer y volverla a lanzar con el impulso necesario.

Al lanzarla podemos decir el nombre de quien queremos que la recoja o también podemos atraparla al caer dentro de una caja o bolsa.



# Tranquilamente

## Un momento de tranquilidad

Es para descansar, pensar, imaginar....

Elige un sitio chulo y tranquilo del parque, tumbate cómodamente, y ¡ya está!

¿qué ves?,

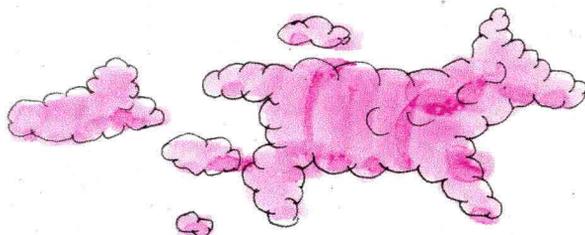
¿qué oyes?,

¿que hueles?

¿cómo notas el aire ? ¿y el sol ?

¿cuántos colores, olores, sonidos... eres capaz de descubrir sin moverte del lugar donde tú estás ?

Mira un árbol, banco, hoja, bicho... y date tiempo para observarlo con calma. Luego intenta describirlo: aspecto, forma, características...



## Y ahora... es una vaca

La cosa es tumbarse en el suelo

y mirar al cielo, mirar las nubes y descubrir en ellas formas distintas. Cuando encuentres una, si hay alguien contigo, cuéntaselo y ¡a ver si ve lo mismo que tú!



*Si vas a jugar a estos juegos pídele a alguien que te los vaya contando y tú dedícate sólo a imaginar*

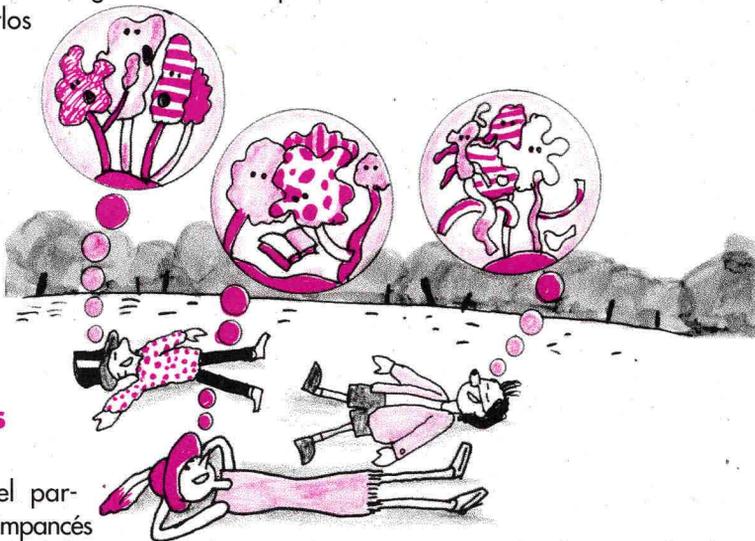
## **El país de los árboles**

Ahora que estamos tumbados vamos a jugar de otra manera.

Cierra los ojos y relájate. Imagina que estás en el país de los árboles. Un sitio en el que en vez de personas hay árboles, muchos y distintos, unos grandes, otros pequeños, otros torcidos... Sitúate entre ellos, tócalos, juega con ellos a tula. Cuando os canseis háblales de tú ciudad y que ellos te cuenten cómo es la suya, si van en bicicleta, si ven la tele, cuál es su comida favorita.

Pregúntales: "¿cuál es el gran secreto del país de los árboles?"

Atrévete a seguirlos donde te lleven, aunque tengas que atravesar ríos y junglas, montar en globo o volar sobre las nubes.



## **Cien chimpancés rosas**

Imagina que en el parque viven cien chimpancés

rosas, y viven ahí desde hace cientos de años. Tienen sus casas, sus familias, sus vehículos y todas sus cosas. Y resulta que nadie los ve ni los ha visto hasta hoy.

¿Se te ocurre dónde están escondidos? ¿cuáles son las huellas que dejan? ¿cómo podrías verlos? ¿cómo hablar con ellos? ¿qué juegos nos pueden enseñar? ¿saben ellos algo de las estrellas? ¿y de los pájaros? ¿y de nosotros?

*Otro día imagina un viaje a un oscuro hormiguero, una aventura con tenedores chinos, o métete dentro de una foto que te guste.*

## **Vuelta a la tortilla**

Nos ponemos por parejas. Uno o una de nosotros se tiende en el suelo como si fuese una tortilla y trata de que su compañero o compañera no le dé la vuelta. Para ello puede ayudarse abriendo las piernas, haciendo presión contra el suelo, extendiendo los brazos... etc.

Después, cambiamos de papel.

## **Piedra que corre**

Sentados en un corro con las manos abiertas, las palmas mirando para arriba y las manos derechas encima de las izquierdas de los compañeros. Nos vamos pasando de mano a mano una piedra pequeña o una moneda.

## **Director de orquesta**

Alguien se aleja del grupo, al volver, todo el mundo realiza a la vez un gesto que va cambiando según los movimientos que hace el director de orquesta (que es uno de nosotros). El que llega tiene que adivinar quién es el director de orquesta.

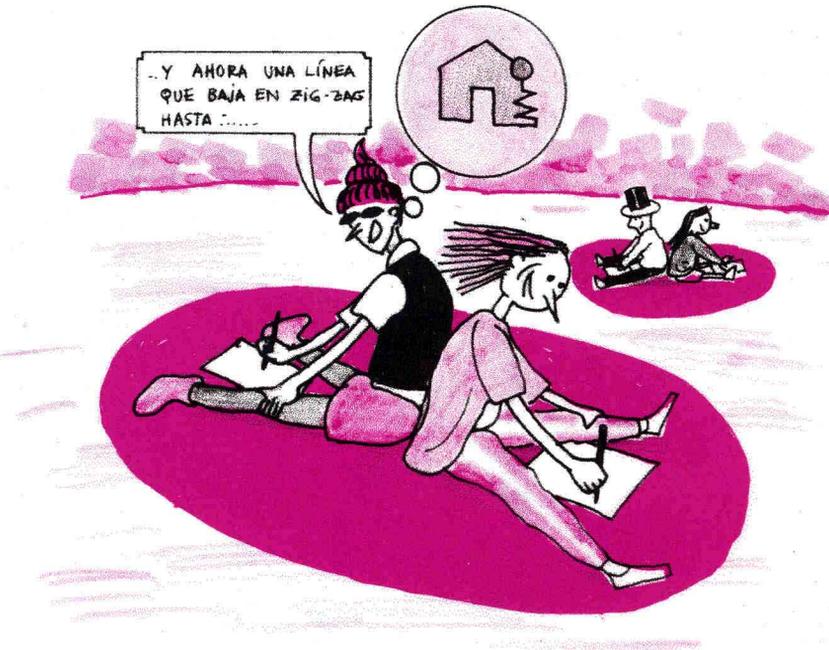
## **Paseo de narices**

En corro, sentados, abrimos una caja de cerillas y nos quedamos con la tapa o cubierta. Nos la encajamos en la nariz y jugamos a pasársela al de nuestro lado (sin ayudarnos de las manos). Pueden circular varias cajas a la vez y, si somos muy lanzados, hacerlo paseando por ahí.

## Dictar dibujos

Nos ponemos por parejas, espalda contra espalda. Cada uno tenemos una hoja de papel y un boli. Uno de los dos hace un dibujo más o menos geométrico y trata de dictárselo a su pareja que no puede hablar ni preguntarle nada de nada. Ah! y ninguno de la pareja puede volver la cabeza para fisgonear. Cuando hayamos acabado, observamos el resultado.

También puede ser cara a cara. El que dicta no hace ningún gesto que de pistas y el que dibuja puede hacerle todo tipo de preguntas.



## Silaba cantante

Nos sentamos en un círculo. Uno de nosotros se aleja del grupo. El resto elige una palabra con 3 o más sílabas ( por ej. BA-LLE-NA ). Se hacen tres grupos. Cada uno elige una sílaba y todos juntos deciden qué melodía le van a poner ( tiene que ser alguna bastante conocida. Por ej. "tengo una muñeca vestida de azul"). Llamamos al que se había ido y comenzamos a cantar todos la melodía, cada uno con su sílaba correspondiente. Él, tiene que adivinar la palabra que hemos elegido.

## Zum

En corro, de pie o sentados. Quien empieza a jugar pronuncia el sonido "ZUM" (de un coche que pasa) volviendo a la vez la cabeza hacia un lado. La persona que se encuentra a ese lado pasa el "ZUM" a su vecino llevando la cabeza hacia él o ella, y así sucesivamente. El coche (que va siempre en la misma dirección) después de alguna vuelta, puede pararse y cambiar de sentido haciendo "IIIIIK " (frenazo), relanzando el coche en sentido contrario. Cada persona es mejor que use poco este sonido para asegurar que todos jueguen.

También podemos meter el sonido "BRRROOOMMM" que envía el "ZUM" hasta la persona del círculo que se encuentra enfrente.

## El hilo de Ivone

Se tiene preparada una madeja de lana formada por la unión de varios hilos de lana de colores diferentes.

El primero que juega empieza a enrollar el hilo por el cabo formando otro ovillo, mientras inventa el principio de una historia. Cuando aparece un hilo de otro color, pasa el ovillo a su vecino que continua enrollando y prosigue la historia, y así sucesivamente.

Si quieres, puedes meter el ovillo en una caja con un agujerillo por donde sale el hilo.

## Cara a cara

Dos jugadores se sientan cara a cara. Uno dice tres partes del cuerpo y se las toca simultáneamente. Al llegar a la cuarta nombra una parte del cuerpo y se toca otra diferente (esto lo repite algunas veces, cuando le apetece)

El otro jugador debe tocarse las partes que el otro dice, no las que se toca.



## El bebé en la cuna

Nos tumbamos en el suelo, en círculo y con las piernas levantadas. Nos pasamos con los pies una bola de papel, impulsándola con las piernas.



## Dibujo de letras

Sentados uno tras otro hacemos una larga serpiente. El último piensa una palabra y dibuja la primera letra con su dedo en la espalda del de delante, que la reconoce y la pasa al o a la siguiente. Lo hace así con todas las letras. Después de la última pone un punto y la cabeza de la serpiente escupe por su lengua la palabra que se ha formado poco a poco. Podemos escribir en la espalda, el cuello, los brazos, la cabeza....





## El viento y el árbol

Una persona se sitúa en el centro de un corro pequeño cerrando los ojos. Sus brazos caen a lo largo de su cuerpo y se mantiene totalmente derecha y rígida. Los que forman el círculo a su alrededor le hacen ir de un lado para otro, empujándole y recibiéndole suavemente con las manos. Al final, antes de que abra los ojos, es importante poner a la persona en posición vertical.

Cuando se va cogiendo confianza los "vientos" pueden ir alejándose un poco, arrodillarse..., el "árbol" será bamboleado mucho más fuerte.

## ¡A esquivarse!

Paseamos tranquilamente por un espacio. Alguien nos entrega unas tarjetas con distintos dibujos que nos indican el camino que tenemos que hacer al andar: hacer círculos, andar sólo en diagonal, andar como los radios de una circunferencia, andar en la mitad del espacio haciendo líneas anguladas y en la otra onduladas....

Cuando todos seguimos estos caminos es difícil no chocarse, por eso hay que esquivarse. Luego, nos cambiamos las tarjetas.



## Tururú

Alguien la lleva..., nos lo echamos a suertes: "¿Cúantas patas tiene un gato? Una, dos, tres y cuatro ". Se coloca con un palo en la mano y los ojos tapados en el centro de un corro. Trata de tocar a alguien con el palo. Si te toca dicés con voz rara, muy distinta a la tuya: "TURURÚ" y el del palo tiene que adivinar quién eres. Si lo consigue, tú coges el palo y pasas al centro, si no, él sigue y sigue....



## Drácula

Todo el grupo con los ojos tapados se pasea por la zona de juego. Uno o una se queda fuera y nombra a una persona al oído: DRACULA.

Cuando chocas con otras personas no pasa nada, sigues andando...Pero cuando Drácula choca con alguien, levanta los brazos, hace el gesto de morderle en el cuello mientras grita : ¡Sílll! y la víctima (si no es otro drácula) le contesta aterrorizada : ¡ NOOO ! y queda convertida en drácula.

Cuando chocan dos Dráculas los dos gritan : ¡ Síll ! y los dos dejan de ser Dráculas.

## ¿Quién falta?

Alguien se marcha del grupo o es tapado con una tela o manta mientras los demás permanecemos con los ojos cerrados.

Al rato, abrimos los ojos y nos preguntamos ¿quién falta en el grupo?. Hay que adivinarlo entre todos.

Antes de volver a jugar nos cambiamos de sitio... para hacerlo más difícil.

Si el grupo es pequeño lo podemos hacer todo con los ojos cerrados. Intentamos saber quién falta reconociéndonos con las manos.

## El detective

Tenemos que ser un grupo de al menos 10 ó 12 personas. Alguien hace de detective que, sin lupa pero con mucho ojo, observa detalladamente como van vestidos todos y se marcha (se esconde tras un árbol, un seto...sin ver nada). Mientras tanto alguno/s se cambian algo de ropa para que al volver el detective adivine quién y qué cosa/s se ha cambiado.



## ¿Quién hay tras ese zapato?

Uno de nosotros observa bien los zapatos de los demás. Luego se aleja del grupo mientras éstos se sientan en el suelo y se cubren todo lo que pueden con abrigos, jerseys..., de forma que sólo se les vean los pies. Cuando el compañero vuelva tiene que adivinar quién es cada uno mirando los zapatos.



## La zapatilla

Todos y todas sentados en corro. Alguien se quita un zapato-zapatilla, se coloca en el centro y cierra los ojos. Entonces, los demás esconden la zapatilla detrás de alguno. Se le dice que abra los ojos y adivine quien la tiene. Mientras, los demás se la pasan por detrás intentando que no la vea. Si adivina detrás de quién está se lo dice y éste pasa al centro.

## La zapatilla por detrás

Nos sentamos en corro. Uno se levanta y da vueltas alrededor. Los demás comienzan a cantar con los ojos cerrados :

" A la zapatilla por detrás, tris, tras,

ni la ves, ni la verás, tris, tras,

mirar "pa arriba" que caen judías,

mirar "pa abajo" que caen garbanzos.

A dormir, a dormir, que vienen los Reyes Magos.

¿ A qué hora vienen los Reyes?

A las ..... 6 ( dice el que da vueltas)

Talán, 1. Talán, 2. Talán 3. Talán 4. Talán 5. Talán 6. "

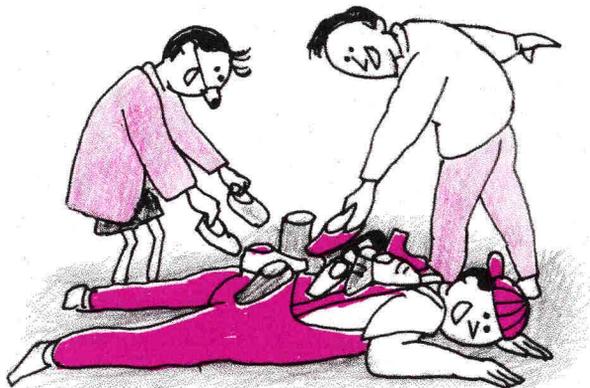
Mientras cantan esto el de afuera deja la zapatilla detrás de alguien. Cuando acaba la canción el que la tiene detrás la coge y corre a pillar al otro antes de que se siente en su lugar.

## Búsqueda de zapatos

Nos quitamos los zapatos y los mezclamos todos en un montón. Nos separamos de ellos unos veinte pasos y tapándonos los ojos con un pañuelo, salimos todos juntos a buscar nuestros zapatos. Cuando los encontremos volvemos con ellos al sitio inicial.

## El zapato de cenicienta

¿Somos capaces de colocar sobre una espalda el mayor número posible de zapatos, sin que ninguno caiga al suelo? ¿Y antes de que suenen las 12 campanadas? ¿Sí?. Pues eso.



## Cenicientos

Unos cuantos (seis o siete que formamos un corro) nos quitamos los zapatos y los dejamos en un montón en el centro. Otros, con los ojos vendados, entran en el corro y nos intentan calzar con un par de zapatos iguales. No importa que no sean de tu número, vale con que los pongan por parejas y tengas en tus pies un par idéntico.



## ¿Qué ves?

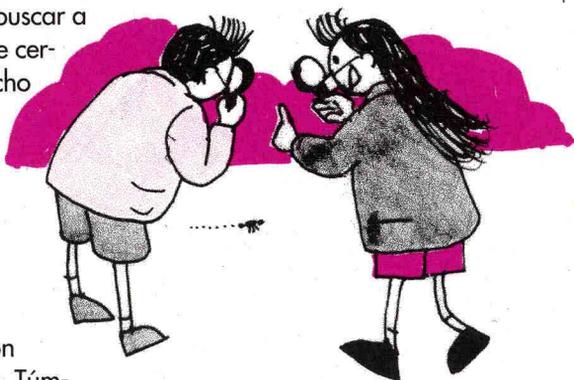
Hacemos un canuto enrollando un periódico, un tebeo....o llevamos de casa uno de papel de water. Tranquilamente miramos a través de él y vamos enumerando todo, absolutamente todo lo que vemos.



## En el país de lo pequeño.

Tenemos que conseguir una lupa y buscar a una hormiga. Si la seguimos bien de cerca podemos hacernos una idea mucho mejor de cómo ve ella el mundo. Podemos imaginar hacia dónde se dirige, qué habla con las otras hormigas, cómo nos ve ella a nosotros....

Ahora elige un espacio muy, muy pequeño del parque; márcatelo con piedras, date una excursión por él. Tumbate con calma y mira, mira..



## ¡Foto!

Durante un paseo por el parque con un compañero o compañera que lleva los ojos vendados, buscamos una vista agradable: un insecto, la corteza de un árbol, gente interesante, agua... Cuando lo hemos elegido tratamos la cabeza de nuestro paseante como una máquina de fotos, la centramos y encuadramos delante del objetivo y a la vez que apretamos un instante su mano gritamos ¡FOTO!. Al notar el apretón y SÓLO mientras dura éste, abre los ojos un instante y graba la imágen como en una foto. Es un segundo interesantísimo.

Después, nuestra "cámara de fotos andante" puede describirnos con todo detalle la foto.

## Aura

Nos colocamos por parejas, de pie uno frente a otro. Extendemos las manos hacia delante hasta que las tengamos en contacto por las palmas. Luego, cerramos los ojos intentando sentir la energía a través de las manos. Dejamos caer los brazos y damos dos grandes pasos hacia atrás y una, dos o tres vueltas sobre nosotros mismos. Después, todavía con los ojos cerrados, intentamos volver a conectar las palmas de nuestras manos. También podemos hacerlo mucha gente en círculo. Unimos las palmas con las del vecino, cerramos los ojos, damos tres pasos atrás y tres vueltas e intentamos volver a conectarnos.

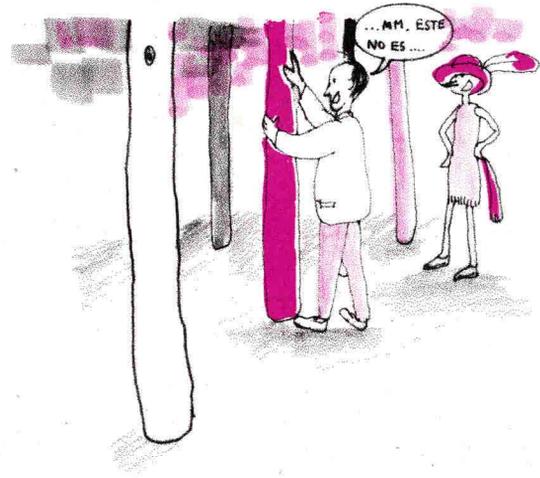
¡Es tan divertido hacerlo como verlo!

## Conoce tú naranja

Cada cual coge una naranja, la observa bien un rato y a los 2-3 minutos recogemos todas y las mezclamos. Tenemos que reconocer cuál era la nuestra.

## Encuentra un árbol

Ponle a alguien una venda en los ojos y llévale junto a un árbol. Dile que lo conozca a fondo, que lo huela, que lo toque, que lo abrace... porque luego nos lo llevaremos lejos de ese árbol, le quitaremos la venda y le pediremos que lo encuentre de nuevo. Je! Je!



## Dedos de hormiga

Jugamos de dos en dos. Uno se coloca cómodamente y cierra los ojos; el otro va recorriendo el cuerpo de éste como si sus dedos fuesen.... una hormiga.

Luego un saltamontes, una araña, una mosca.

Se necesita bastante silencio para no poner nerviosos a los bichos.

## **Mano a mano**

Colocados por parejas reconocemos las manos del compañero o compañera tocándolas, mirándolas, oliéndolas... Luego nos tapamos los ojos y nos entremezclamos. Trataremos de encontrar a nuestra pareja explorando todas las manos que encontremos hasta dar con ellas. Todo esto se hace en absoluto silencio.

Podemos también reconocer su "apretón de manos". Con los ojos vendados iremos por ahí apretando todas las manos que encontremos hasta que demos con las de nuestra pareja.

Y, y, y,... podemos jugar a reconocernos por la cara o los pies.

## **Saber qué es...con manos y pies**

Recogemos un montón de cosas de las que llevamos encima (reloj, peseta, gafa, anillo...) y de las que encontramos en el parque (hoja, palo, colilla de cigarro, piedra....). Las metemos en una bolsa y se las ofrecemos a otros para que, con los ojos cerrados vayan metiendo la mano, palpando y adivinando lo que es cada cosa.

Un poco más difícil: Dejamos las cosas esparcidas por la hierba y con los pies descalzos jugamos a reconocerlas.

## Ventanas de la tierra

Enterramos a alguien en ese montón de hojas que han caído este otoño. Le dejamos únicamente la cara libre aunque también le pongamos algunas hojas o ramitas de pino. Tiene que encontrarse como metido dentro de la tierra.



Intentar estar un largo rato así sin moveros, pero bien atentos a todos los ruidos o cosas que notéis. Puede subir una hormiga por vuestra cara, veréis qué sensación tan divertida..., o alguien puede echarnos gotas de agua fresca .. Ahí dentro todo es diferente.

## ¿Qué oyes?

Nos tumbamos tranquilamente en un buen trozo de hierba. Con los puños en alto, cerramos los ojos e intentamos escuchar la mayor cantidad de sonidos distintos. Cada



vez que oímos uno lo marcamos con el dedo de una mano. Así hasta diez, por lo menos...

## **Paseo a ciegas**

Acompaña a otro que lleva los ojos vendados. Él no puede ver, pero puede sentir todo lo que tu le quieras mostrar. Acércale a sitios y cosas diferentes del parque para que las pueda oler, tocar... Si le llevas solo de la mano e inventáis entre los dos una sencilla señal para avisarle de peligros, paradas... se sentirá mucho más cómodo que si le llevas como a un pelele.

## **Gusano a ciegas**

Vamos a un sitio apartado, nos vendamos los ojos y nos ponemos en fila como un largo gusano (de unos 6 aros). Vamos cogidos por los hombros. Uno se queda fuera, de guía; nos lleva por sitios que huelen de forma especial, en los que haya un sonido característico... cuanta más variación haya en el recorrido, mejor. Cuando lleguemos a un determinado lugar que el guía considere adecuado nos quitamos los pañuelos de los ojos y entonces hacemos el camino de vuelta nosotros solos, aunque seguimos siendo el mismo gusano.

## **Correr a ciegas**

Colócate tranquilamente en un lugar donde tengas mucho espacio libre para salir a correr. Enfrente tuyo, a cierta distancia, se coloca un amigo que vigilará no te hagas daño. Cierra fuertemente los ojos y sal corriendo todo lo deprisa que puedas hacia delante. Tu amigo te esperará allí y te colocará suavemente su mano en tu tripa para avisar que te vayas parando.

¡No abras nunca los ojos! Es una sensación bastante divertida. Pruébalo.

## Tren ciego

En grupos de 4 ó 5 personas. Todos agarrados por la espalda y con los ojos cerrados menos el último que conduce. Cada grupo es un tren con destino a ....

El conductor, para guiar el tren, tiene un sistema de señales que cuenta a los vagones de su tren. Puede ser cualquiera o éste :

- 2 golpes en la espalda, el tren camina recto, hacia delante.
- 1 golpe en la espalda, el tren se para.
- 3 golpes en la espalda, el tren camina hacia atrás.
- 1 golpe en el hombro derecho, el tren gira hacia la derecha.
- 1 golpe en el hombro izquierdo, el tren gira hacia la izquierda.

Cuando un tren tiene enfrente a otro y calcula que puede tocarle, el conductor grita : ¡ SALIDA ! y el que va a la cabeza extiende sus brazos hacia delante, se suelta del resto de vagones y si encuentra al otro tren se coloca de conductor de ese tren. Si en una salida el vagón no encuentra al otro tren y se queda por ahí perdido ...el tren que le hizo salir va a buscarlo de nuevo. ¿ Será posible que todos y todas formemos un tren larguísimo ?



## Recogida a ciegas

Esparcimos unas canicas por el suelo. Nos descalzamos y, con los ojos cerrados paseamos por allí. Si tocamos una canica, la recogemos con el pie y la ponemos en nuestra mano.

## ¿Cuál falta?

Alguien prepara una cuerda con diversos objetos atados a lo largo de ella. Con los ojos cerrados vamos pasando la cuerda entre nosotros e intentamos adivinar qué objetos son. Cuando acabemos, hacemos una segunda vuelta en la que se ha quitado alguno. ¿Será fácil adivinar cuál falta?



## ¡Guau!

Uno de nosotros se sienta en medio de un círculo. "En un café se rifa un té a quien le toque el número diez, 1, 2,... y 10". ¡Ya tenemos al que se quedará en el medio! Cada cual deja una prenda al lado del "perro guardián" que con los ojos tapados las guarda a su lado. Tenemos que intentar coger nuestra prenda, uno tras otro, pero si nos oye el perro ladrará y el que haya hecho ruido volverá a su sitio para esperar otra oportunidad.

## Torre de control

Formamos parejas y decidimos quién hace de "avión" y quién de "torre de control". Nos colocamos en un lugar con bastantes árboles, bancos, setos... que hagan de obstáculos. El "avión" lleva los ojos vendados y la "torre de control" debe guiarlo con palabras y a distancia durante todo el recorrido, evitando los obstáculos para un feliz aterrizaje. Luego se cambian los papeles pudiendo cambiar también de zona para que los obstáculos sean diferentes.



# De palabras y movimiento

## Aviso a los adultos:

A la entrada de todos los parques (según se entra a la izquierda) existe un "contenedor de ridículos", es conveniente depositarlos para poder jugar.



## Agruparse

Elegimos una buena explanada de hierba en el parque. Alguno de nosotros queda fuera del juego para ir gritando de vez en cuando: " de 2 en 2, o de 4 en 4, o todos juntos, o ...". Los demás nos vamos agrupando según el número que suena y, si todavía somos unos desconocidos en el parque, aprovechamos para decirnos los nombres o cualquier otra cosilla que se nos ocurra. Inmediatamente nos separamos y esperamos por ahí a que suene otra forma de juntarse.

Todavía puede ser mejor si cada vez que nos juntamos nos agarramos fuerte y rodamos a la vez por el suelo.

## Dibujar al aire

Mírate el dedo índice de la mano ... ¡Vaya pinta de pincel que tiene! Prueba a dibujar con él en el aire. Escribe tu nombre, dibuja tu animal favorito, traza una línea interminable que recorra todo el parque...

Ahora conviértete en pincel a tu culo, a tu pie... prueba a dibujar con cada uno de ellos. Más difícil todavía...¿y si la lengua es tu lapicero? ¿puedes escribir letras y números, sacándola lo más posible de la boca?.



## Porteadores imaginarios

Imaginamos un objeto a llevar, un bulto, un paquete... nos concentramos bien en qué forma y qué tamaño tiene. Lo cogemos como sea más conveniente y lo trasladamos pasando por delante de otros que nos miran preguntándose "¿qué llevará encima?". Podemos trasladar un paquete gigante, grande y largo entre varios.

## El baúl mágico

Sentados en círculo. Imaginamos que en el centro hay un espléndido baúl que tiene algo de magia. La más atrevida o el más atrevido se acerca y saca "algo"; en ese momento simula una acción relacionada con el objeto que ha sacado..., si saca una barra de labios hace como si se los pintara. Quien cree haber adivinado qué es, va hacia él y se lo dice al oído. Si no acierta vuelve al círculo y sigue intentándolo. Si acierta se queda en el centro junto al otro utilizando imaginariamente el mismo objeto. El juego sigue hasta que todos lo han adivinado y están en movimiento. Si alguno queda solo al final llama a los demás, que se acercan a él. Abre otro baúl, saca un objeto nuevo, lo utiliza y comienza otra vez el juego.

*Esta u otras cosas que hagamos las podemos deshacer como si hiciésemos cine al revés.*

## El escultor

Éste es un juego en el que no se habla.

Nos ponemos de tres en tres.

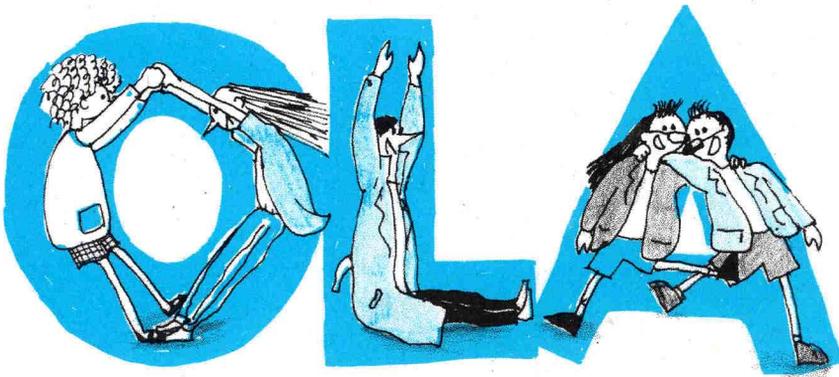
Uno se tumba en el suelo y va a ser el barro. Otro es un modelo y se coloca en una postura determinada. El escultor, con los ojos cerrados, lo palpa y luego hace con el barro la misma estatua.

Cuando acaba, se quita la venda y mira cómo ha quedado su obra. Cada uno tiene que hacer los tres papeles. ¡Adelante!



## Escribiendo

Imagínate que hoy estamos mucha gente para jugar en el parque. Vamos a intentar escribir palabras con los cuerpos de todos.



## Fila loca

Formamos una fila en donde, a un ritmo generalmente rápido, todos y todas hacemos los mismos movimientos que la persona que va delante. Echamos a suertes quién empieza: "Una, dola, trela, cuatrola, quina, quinete, estaba la reina en su gabinete, vino Gil, apagó el candil, candil, candilón cuenta las veinte, que las veinte son".

Lo más divertido es hacer movimientos raros, pero no los cambies muy rápido porque los de atrás se perderán. Cuando no se te ocurran más cosas para hacer, te vas al final de la fila y el siguiente se pone a la cabeza.

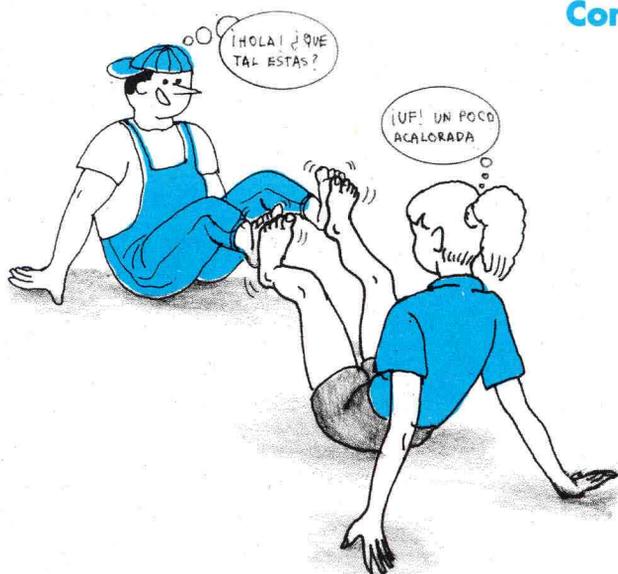
## Crac-pii-buf-tron-plaf

Sentados en círculo, cada uno cambia su nombre por el de un sonido u onomatopeya. Hacemos una ronda de presentaciones y luego se llama a alguien diciendo nuestro propio sonido y el del otro. Hay que estar bien atento para reconocer tu señal puesto que en cuanto la oigas tienes que decir la tuya y luego otra de alguno del corro al que quieras llamar. Si hay fallos, no pasa nada, volvemos a empezar.

## Ja-ja-ja

Una persona se tumba en el suelo hacia arriba . Otra coloca su cabeza sobre el estómago de ella y así, uno sobre otro, mucha más gente. Una vez colocados/as todos el primero dice : ¡JA!, el segundo : ¡JA, JA!, el tercero : ¡JA, JA, JA! y así sucesivamente aumentando el número de ¡JAS!.

Al llegar al final se puede comenzar al revés, y así la última persona dice tantos ¡JAS! como gente haya tumbada hasta llegar a la primera que sólo dirá un ¡JA!



## Conversando con los pies

Nos ponemos por parejas sentados en el suelo, uno frente a otro, con los ojos cerrados y tocándonos los pies descalzos de los dos. Durante algún tiempo trataremos de comunicarnos o establecer una relación a través de los pies. Al acabar podemos traducir la conversación, o no, como queramos.

## Con los dedos de los pies

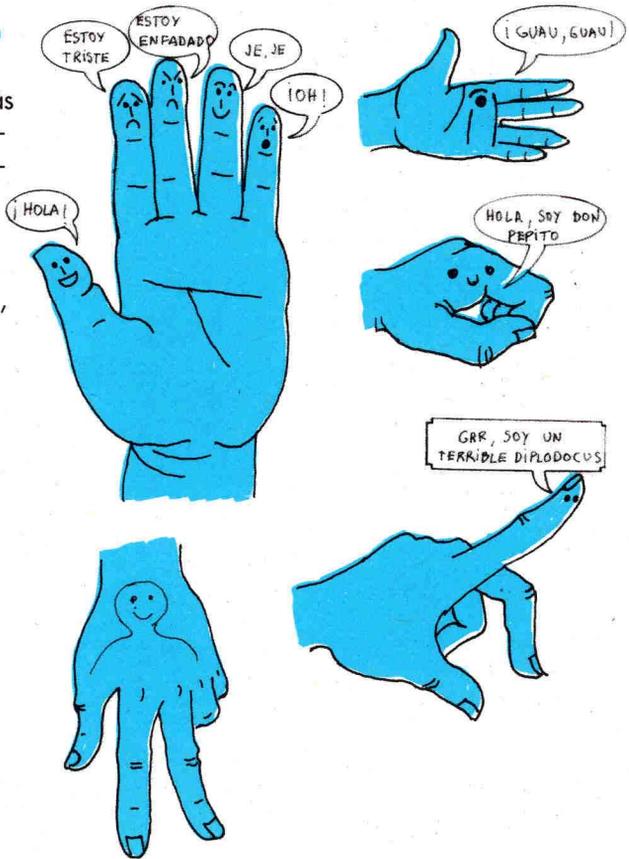
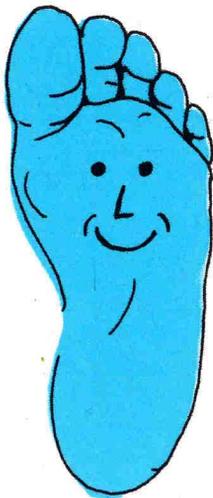
Nos tumbamos en la hierba descalzos tocándonos por las plantas de los pies o por los dedos gordos y probamos a rodar por el suelo sin separarnos. Podemos intentarlo tocándonos sólo con los dedos gordos de los pies derechos, o con los dedos de los dos pies pero con las piernas cruzadas.



## Esto no es una mano

Si estamos uno o dos... y no tenemos papel, pero sí unas ganas terribles de pintar... con un rotulador, boli o maquillaje..., cógete una mano y pinta jugando con las formas que te sugieran los dedos o la mano entera: un paisaje, un personaje, un coche, un coro...

Lo mismo puedes hacer en verano con la planta de los pies. Luego tumbate y deja que ellas cuenten su historia.



## Manguante

Prepárate en casa un guante viejo al que puedas coser o pegar ojos (bolas de ping-pong, botones ....), pelos (lana, cuerda...). De esta forma tienes un sencillo títere para que, agazapado detrás de un banco, hagas una comedia con tus amigos y amigas.

## Baraja de Películas

Jonás ha traído un montón de postales que tenía en un cajón de casa. Las barajamos bien y las ofrecemos a los demás en abanico, como las cartas de una baraja. Todos cogemos una postal y después de mirarla un rato alguien comienza a contar a todos la historia que nos sugiere esa foto. Escuchamos tranquilamente las historias de todos.

## Cuéntame un cuento

Esta noche lee un cuento antes de dormir. Mañana podrás contarlo en el parque a tus amigos, mientras descansas de algún juego muy movido.

## Los vendedores

Cogemos una hoja de periódico, un palo, o una piedra... y nos vamos por ahí con ello. Vamos pensando un rato largo en que no es una piedra, ni un palo, ni un periódico sino muchas otras cosas... espejo, caleidoscopio, toalla... Nos juntamos y mostramos al resto de la gente (con auténtico "espíritu de vendedores de ungüentos"), todas las posibilidades de nuestro objeto. Podemos presentarlo uno solo o por parejas (cada vez uno).

## Películas

Escribimos cada uno algunos títulos de películas que todos conocemos en varios papeles. Una vez doblados y mezclados, alguien de nosotros coge uno e intenta explicarnos de qué película se trata, únicamente a través de gestos. El resto tenemos que adivinar el título de la película.

## Un paso más

### ¡TE ENCONTRÉ, COCODRILO !

Se escriben en papeles las siguientes características : alto, pequeña, con bigote, gordito, en chandal, en vaqueros, en bicicleta, calvo, con zapatos de tacón, con bastón etc.; se echan en una bolsa. Se van cogiendo papeles de dos en dos y se debe buscar a una persona que reúna esas características. Cuando se encuentra, es fundamental decirle lo siguiente: ¿Sabes que no ha sido nada fácil encontrarte, cocodrilo?



### EL NIDO DE CHUFLETAS.

Un grupo permanece un rato mirando hacia lo alto de un árbol contemplando un imaginario nido de chufletas. Si se acompaña de comentarios, movimientos de brazos, etc. el grupo seguro que aumenta por momentos.

## CANGREJO

¡Anda o corre hacia atrás!

## HABLA A UN ÁRBOL

Cuéntale en alto tus cosas y deja que él te cuente las suyas. Cuando hay muchos árboles.... la tertulia está servida.

## EN UN BANCO

Sentado en un banco, lee un libro, haz punto, juega al ajedrez... ( sin libro, sin agujas, sin tablero ni fichas, claro).

## LA FOTO

Hacer una máquina de fotos con una caja de leche y pedir a algún desconocido que os haga una foto en una postura divertida.

## ESCALERAS MECÁNICAS.

En unas escaleras ponte en la posición que tendrías si fueran mecánicas. Puedes acompañarlo de exclamaciones y gestos. También puedes mirar extrañado a la gente que sube las escaleras andando normal.



## RECIÉN PINTADO

Advertir en pasos de cebra, líneas continuas, etc. a la gente que pasa que está RECIÉN PINTADO

## TIC SALTARÍN

Andar botando y pedir a alguna persona que te pare. Por supuesto, al poco de parar, el "tic saltarín" continua (hasta que el cuerpo aguanta).

## ¡ CUIDADO CON LAS OBRAS !

Dibujar con tiza en el suelo de un lugar de paso dos líneas paralelas a un metro de distancia una de otra. Intentar que todo el mundo pase entre las dos líneas como si fuera un puente. Puede servir el argumento de que el terreno de fuera resbala, hay obras... o algo por el estilo.

## LA ORQUESTA

Hacer una orquesta sin instrumentos. El público puede pedir la canción que desee porque la orquesta siempre sabrá tocarla.

## PASEANDO A SULTAN

Sólo con una cuerda de metro y medio en una mano, pasear a un perro imaginario.





### A CABALLO

Pasear a caballo siempre ha sido divertido. Puedes ir en tu caballo imaginario al trote, al galope, saltando, a cámara lenta... y hasta puedes convertirte en caballo y llevar en tu carruaje a algún paseante del parque.

### DÍGAME

Hablar por teléfono por parejas a una distancia de, por lo menos, cuatro metros. Cuando el grupo es numeroso el desbarajuste está asegurado.

### IMITA A ALGUIEN

Es divertido imitar solo o por grupos los mismos movimientos que hace alguien que pasea tranqui-

lamente por el parque. A veces es más disimulado formando una fila detrás del personaje imitado.

*A los adultos imitados les dejamos dos alternativas: seguir el juego y pasárselo bien jugando (que casi lo tienen olvidado) o enfadarse; pero si tú le dices que es un juego, raro será que se enfade.*

# Pequeños retos

## Gimnasia extraña

### YA ES DE DÍA

Abrir las piernas, dar una palmada delantera y subir los brazos estirando todo el cuerpo y bostezando plácidamente

### LOS CABALLOS

Moviendo la cabeza rápidamente de un lado a otro, a la vez que relajamos los mofletes y dejamos la boca semiabierta, imitamos el relinchar de un caballo.

### ¡ QUÉ MOFLETES !

Nos masajeamos con las dos manos la frente, los mofletes, la barbilla, los labios...etc.

### U, O, A, I

Decimos en alto estas cuatro vocales exagerando todo lo posible el movimiento de boca y mandíbulas.



### PSHEEE

Girar lentamente la cabeza a izquierda y derecha estirando el cuello a la vez que ponemos cara de decir "Psheee" o "ni fu ni fa".

### ESTÁ CAYENDO UN CERDO

Mirar hacia arriba y seguir con la mirada hasta el suelo a un cerdo imaginario que cae del cielo.

### SI, SÍ, SÍ, SÍ, SÍ, SÍ

Asentir con la cabeza que lo hemos visto caer (al cerdo).

### Y A MÍ QUÉ

Levantar los hombros y dejarlos caer muertos.

### REMANDO CON LOS HOMBROS

Formar círculos con los hombros primero hacia delante y luego hacia atrás.

### POR ALLÍ

Señalar a muchos sitios, primero con un brazo y luego con el otro... acompañándolo con "por allí", "por allí"...

### CAZANDO MOSCAS

Intentar cazar con las manos moscas imaginarias que vuelan alrededor de nuestro cuerpo.

### COMIENDO MOSCAS

Simular que nos tragamos una mosca y que vuela por dentro de nuestro cuerpo. Por cada parte que pasa (pies, piernas, pecho...) nos crea un extraño tembleque.

### PLOM, PLOM, PLOM

Mover las manos arriba y abajo como si fuésemos a rifar, a echar a suertes.

### LA BATERÍA

Improvisar un solo de batería moviendo mucho las muñecas.

### AFRODITA

Con las piernas semiflexionadas sacar el pecho hacia adelante y volverlo a su posición inicial. ¡Ojo! Sólo el pecho, los hombros no.

### ANÍS LA ASTURIANA

Con los brazos en jarras y las piernas abiertas hacemos movimientos de giro de cadera a izquierda y derecha.

### SE TE HA CAÍDO LA DENTADURA

De pie y con las piernas abiertas agacharse a tocar suelo con las manos, sin doblar ni un pelo las piernas.

### ATANDO LOS ZAPATOS

En la misma posición que antes agacharse a atarse primero el zapato izquierdo y luego el derecho, sin doblar las piernas.

### REMOVIENDO EL CHOCOLATE

Con las piernas semiflexionadas hacer giros de cintura formando círculos con la idea de que damos vueltas a un caldero con chocolate, y éste va pasando de ser muy espeso y costar mucho esfuerzo removerlo a ser cada vez más claro.

### LAS MAJORETES

Andar levantando exageradamente las rodillas.

### GOL-COZ

Damos una patada con la pierna derecha delante y una coza hacia atrás con la pierna izquierda. Tenemos que hacerlo con un ritmo fijo y continuo.

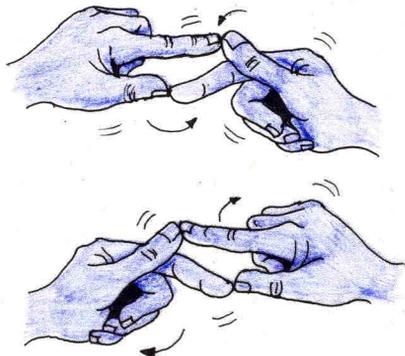
## Mano mañosa

Coge una hoja de papel de periódico con una sola mano, arrúgala y haz una bola. Con la misma mano y en el suelo plancha al máximo la hoja de papel. Luego fabrica un elemento sólo con esa mano (sombrero, corbata, pañuelo, flor...). Cambia de mano, ¡no te pases!



## Hacer puñetas

Esperando a los amigos en un banco..... Une alternativamente el dedo pulgar de una mano con el dedo índice de la otra lo más rápido que te sea posible.



## Coger el palo

Nos colocamos dos, uno frente a otro. Uno de los dos tiene un palo entre las manos. Sin avisar lo deja caer y el de enfrente tiene que cogerlo antes de que llegue al suelo. Luego se cambia y el otro tira el palo.

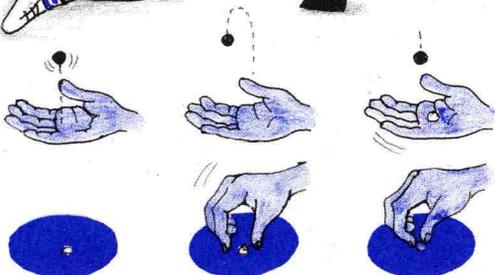
Prueba a cogerlo con las palmas hacia arriba (más fácil), y con las palmas hacia abajo (más arriesgado).





## La taba

Ponemos en tierra cinco pequeñas piedras distanciadas una de otra un palmo. Lanzamos al aire la primera piedra, cogemos la segunda y atrapamos al vuelo la primera. Luego lanzamos las dos piedras al aire, cogemos la tercera y atrapamos las otras dos... y así sucesivamente.



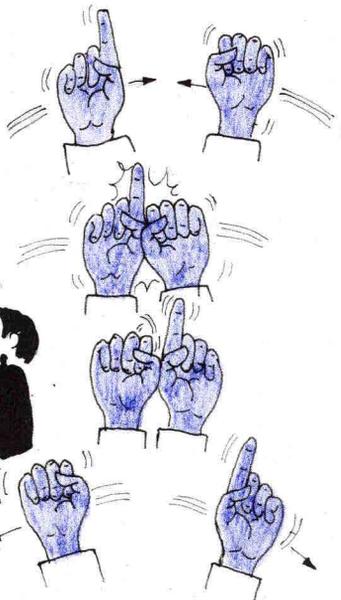
## Abra cadabra

¡MAGIA! Es muy sencillo.

Colocamos una mano con el dorso hacia arriba y el puño cerrado, y la otra con todos los dedos escondidos menos el índice.

Cuando las manos chocan, el dedo que estaba extendido se esconde rápidamente y se extiende el índice de la otra mano.

Hazlo delante del público y asómbrales.



## Muelle humano

Nos ponemos por parejas, colocados frente a frente con las palmas de las manos tocándose. Damos un paso hacia atrás y sin separar los pies del suelo nos dejamos caer hacia delante hasta apoyarnos nuevamente en las palmas de las manos de la pareja. Vamos repitiendo lo mismo, cada vez un poco más atrás... hasta que sea posible.



## Subir de espaldas

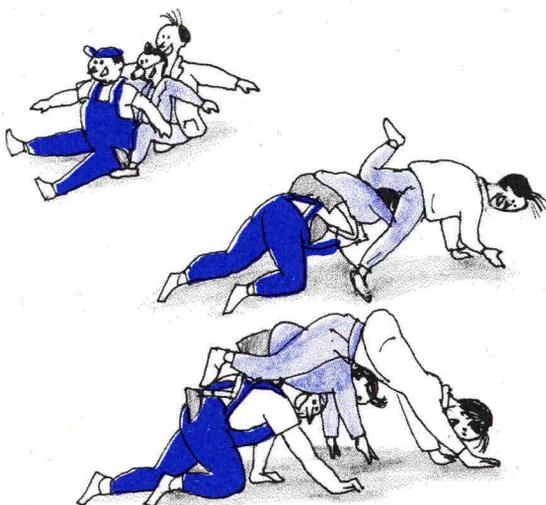
Dos se sientan espalda contra espalda, con las rodillas dobladas. Desde esta posición intentan levantarse apoyándose con la espalda y sin mover sus pies. También pueden intentar sentarse de nuevo.

Si lo hacemos 3, 4 ó 5 es mucho más divertido.

## La estrella

Vamos a realizar un equilibrio colectivo. ¡Atención! Nos colocamos en círculo, cogidos de la mano, con las piernas un poco abiertas y separadas hasta tener los brazos casi estirados. Nos numeramos alternativamente con el número 1 o el 2.

Los que tienen el número 1 se inclinan hacia delante muy despacio hasta conseguir el punto de equilibrio con los números 2 que se inclinan hacia atrás. Una vez conseguido se puede cambiar, los 1 van hacia atrás y los 2 hacia adelante. Cuando le hayamos cogido la marcha pasamos de una posición a otra sin parar : 1 adelante y 2 atrás, 1 atrás y 2 adelante.....



## El ciempiés

En grupos de unas 6 personas nos sentamos unos detrás de los otros, con las piernas abiertas y bien juntos. Las manos se colocan hacia arriba y junto con todo el cuerpo, se balancean de un lado a otro, hasta que a una señal todos giran coordinadamente y se quedan apoyando las manos en el suelo y los pies sobre la persona que está debajo. Una vez conseguido el ciempiés se echa a andar.

# Los equilibristas



## La carretilla

Alguien se estira mirando al suelo y se apoya en las manos mientras el otro le coge por los pies. Avanza moviendo las manos y el que le lleva procura no correr demasiado para no hacerle caer.



## El pequeño faro

Uno está sentado en el suelo con las piernas cruzadas. Otro detrás de él, pone un pie sobre su hombro derecho. Alguien le ayuda a subir y a poner su otro pie sobre el hombro izquierdo. Cuando ya está arriba, apoya sus pantorrillas en la cabeza del que está sentado para aguantarse mejor.

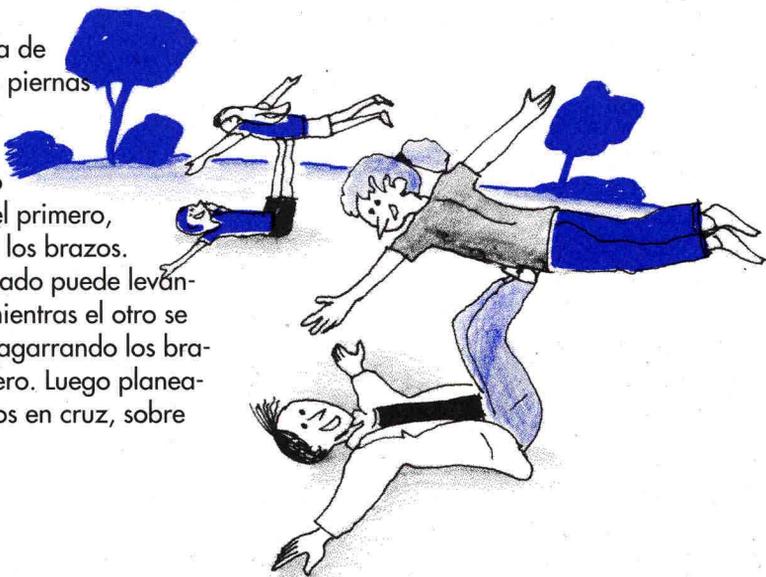


## El avión

Alguien se tumba de espaldas con las piernas encogidas.

Otro se tumba mirando al suelo sobre los pies del primero, le mira y separa los brazos.

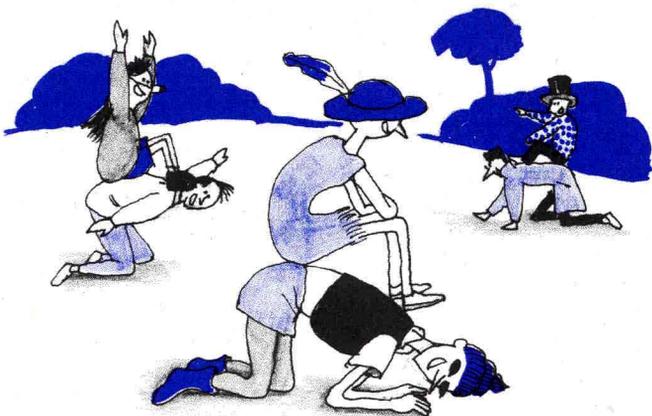
El que está tumbado puede levantar las piernas mientras el otro se estira en el aire agarrando los brazos del compañero. Luego planeará, con los brazos en cruz, sobre sus piernas.



## El beduino

Uno está arrodillado apoyándose en los codos y los antebrazos. Otra se sienta en su culo y pone los pies en su nuca. Una vez que los dos han encontrado su equilibrio, el "camello" empieza a balancearse suavemente, mientras el "beduino" mira fijamente

hacia el lejano oasis. Cuando sean expertos en hacer Kilómetros de desierto, el camello puede separar sus brazos y efectuar movimientos de vuelo, sin que le moleste el peso del otro.



## Ben-hur

Dos (los caballos) se arrodillan uno junto a otro apoyándose sobre sus manos, cruzando los brazos interiores. El conductor se coloca de pie sobre sus espaldas y hace avanzar a los caballos en línea recta o curva. Los dos caballos mantienen juntos los hombros y las caderas.



## Revolotear

En el suelo, uno se apoya sobre las manos y con las piernas separadas. El otro se coloca detrás de él, le coge por las caderas y le levanta. Mientras éste le rodea con sus piernas, eleva el tronco hasta la horizontal y separa los brazos en cruz, a la vez que el otro gira.



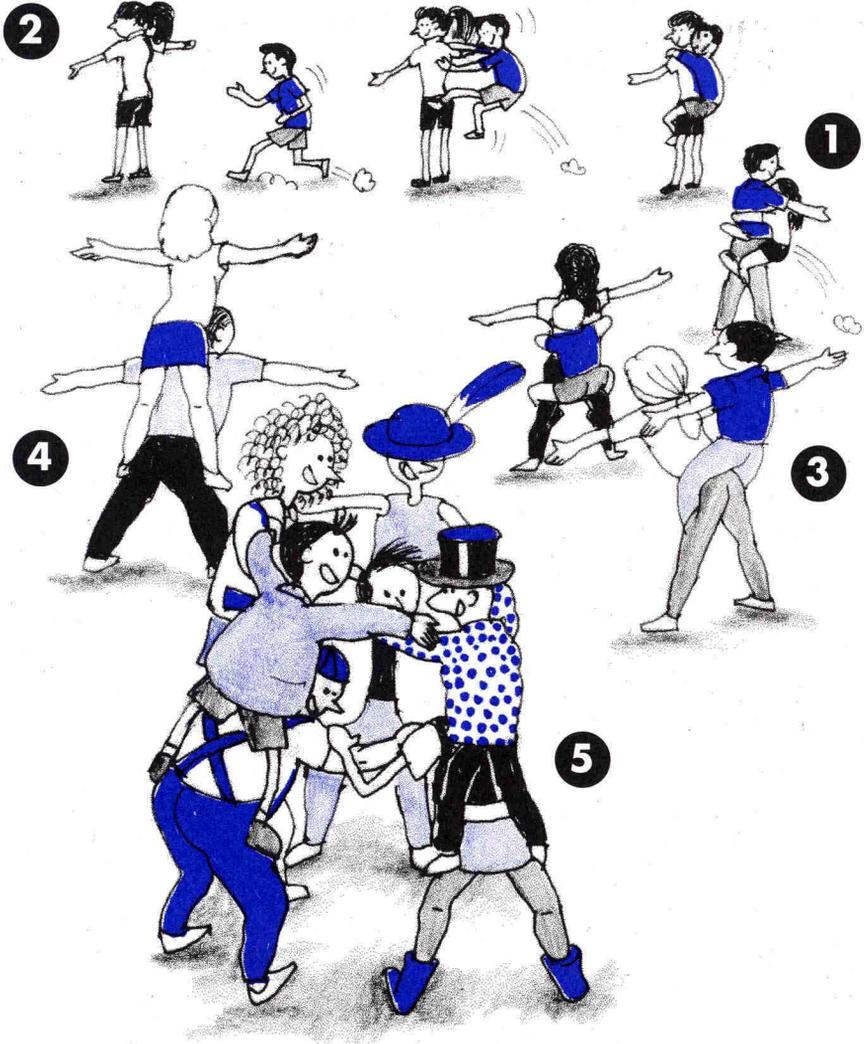
*Y... atención porque entramos en el mundo del... " más difícil todavía"..... el riesgo de las ACROBACIAS.*

## **Acrobacias sencillas**

En éstas uno siempre hace de portor (el que aguanta) y el otro de volante (el que vuela). El portor siempre tiene la misma postura: los pies separados tres palmos con las rodillas mirando hacia afuera y las piernas flexionadas, bajando el culo todo lo que puedas sin que te resulte incómodo, como si estuvieses montando a caballo, pero con la espalda bien recta. Separa los brazos del cuerpo para que se adapte bien el volante. El volante hará todos los apoyos importantes en la parte más alta de la pierna, junto a las caderas, tiene que lograr colocarse suavemente a esa altura sin caer fuerte.

- 1 • De frente volante y portor. El volante salta sobre el portor abrazándose como un oso y quedándose sentado, y apoyando sobre la parte más alta de las piernas del portor. Queda completamente encajado en el portor.
- 2 • El portor da la espalda al volante, que salta y queda como a corderetas pero echando todo el peso sobre la parte alta de las piernas del portor.
- 3 • El portor da la espalda al volante que en el salto apoya sus rodillas en la parte alta de las piernas del portor y luego apoya el cuerpo sobre su espalda y suelta los brazos poniéndolos en horizontal para equilibrarse. Y recuerda que más que saltar es "volar" hasta allí.
- 4 • Si "vuelas" un poco más alto, ayudándote con las manos en sus hombros, puedes apoyar los pies en la parte más alta de las piernas y sujetarte con tus piernas en su espalda.
- 5 • Si la última acrobacia la hacemos entre más gente, formamos un corro y podemos subir a la vez todo un segundo piso.

Empieza por donde quieras



*Y... atención, porque entramos en el placer mundo de los MASAJES.*



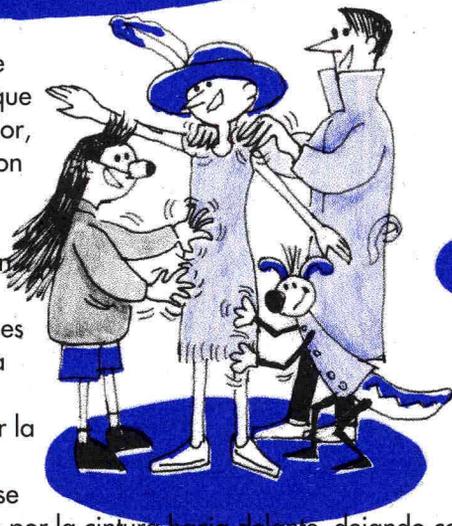
## La batidora

Nos juntamos 6 personas. Uno se tiende sobre la espalda de otro que está en el suelo a cuatro patas. Los otros cuatro sujetan cada uno los brazos y las piernas y las van moviendo a la vez que el que está en el suelo flexiona y extiende alternativamente su espalda. Después todos se cambian de sitio y pasan para ser masajeados.

## La ducha

En grupos de cuatro. Uno se pone en el centro mientras que los otros, colocados alrededor, le hacen un ligero masaje con los dedos desde la cabeza hasta los pies, haciendo el rumor de la ducha. Se hacen tres pases de ducha con la punta de los dedos, tres pases de jabón con la palma de la mano y otros tres pases de ducha. Los cuatro pasan por la ducha..., claro.

Si sólo estamos tres, el que se coloca en el medio se dobla por la cintura hacia delante, dejando caer los brazos y relajándose. Los otros dos, a ambos lados, comienzan desde la punta de los dedos hasta los pies.



*“Vamos a malabarear, el malabareador que malabaree buen malabareador será.”*

## **Malabareando**

Jugamos de dos en dos

1 • A la vez, cada uno lanza una pelota bombeada de la mano derecha a la izquierda del otro.

Un, dos, HOP!

2 • Una mano detrás de la espalda se queda quieta. Uno lanza la pelota y el otro antes de que le llegue, tira la suya por debajo de la que viene y a la misma altura : Un, dos, HOP...HOP!

3 • Con 2 pelotas cada uno.

Cada uno lanzamos una pelota hacia el frente y cuando está en el aire nos cambiamos la otra de mano : Un , dos, HOP!. Luego podemos cambiar de sentido.

4 • Una mano detrás de la espalda.

Uno tiene dos pelotas y el otro una. Empieza el que tiene 2. Lanza cada vez que una pelota está llegando.

5 • Lanzas igual que en el anterior, pero de lado y agarrados por la cintura.

6 • Cuatro juegan a la vez. Cada uno con dos pelotas.

Se lanzan todas las pelotas de manos derechas a manos izquierdas : Un, dos, HOP!.

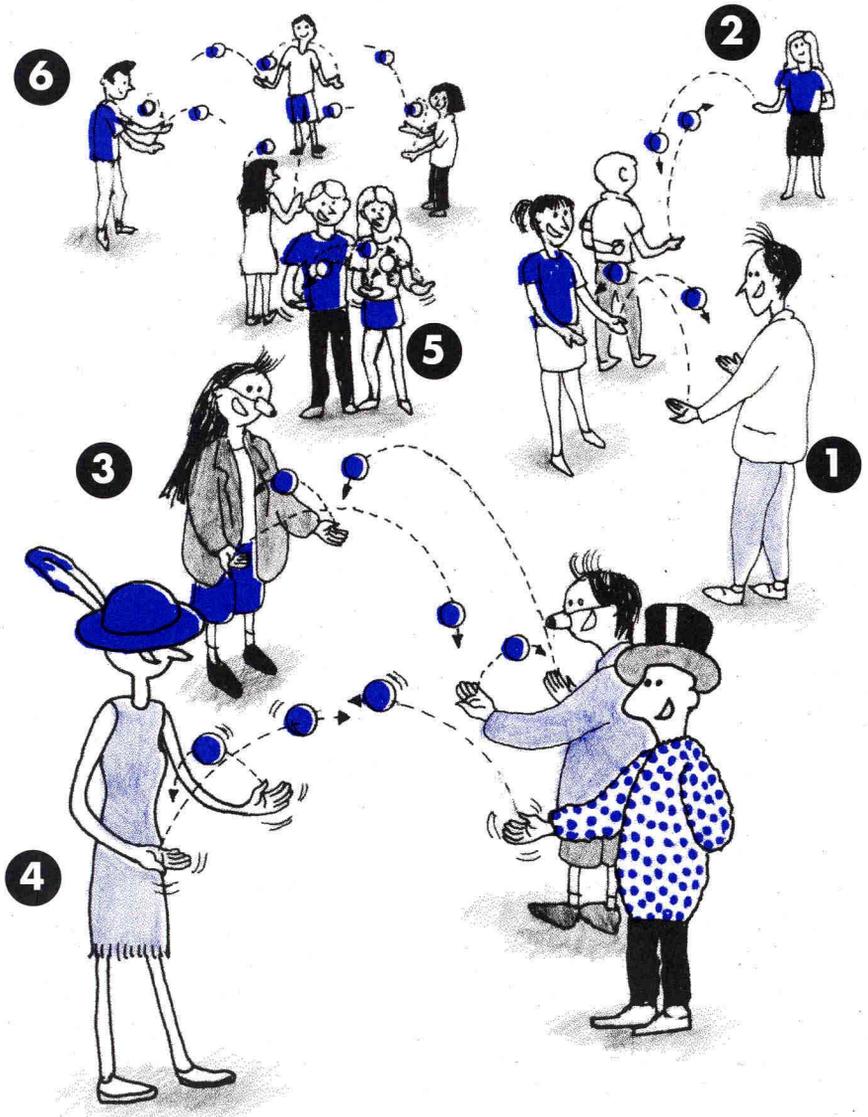
- Luego hacemos un cambio de sentido

- A la vez que lanzamos damos una vez un paso hacia delante y otra hacia atrás.

## **¿ CÓMO CONSTRUIR TUS PELOTAS DE MALABARES ?**

- Prepárate los materiales para hacerlo en casa. Coge tres bolsas de plástico muy pequeñas, o córtalas (del tamaño de las de pipas), llénalas por la mitad con lentejas y cúbrelo todo con dos globos a los que le cortas la boquilla. Primero metes un globo y luego el otro en sentido contrario.

- Si no tienes pelotas puedes hacer malabares con piñas.



# Entre todos y todas

## ¿Que cosas podeis hacer juntos?

Ponte junto a uno o más amigos o amigas.

- ¿ Puedes ser verdaderamente alto con tu compañero ?
- ¿ Puedes ser lo más bajo posible ?
- ¿ Puedes ser una rana con tu compañero ?
- ¿ Puedes botar a tu compañero como una pelota ?
- ¿ Puedes ir detrás de tu compañero, enroscando tus brazos alrededor de su pecho y andar al mismo tiempo que él ?
- ¿ Podéis hacerlo cuatro personas ?
- ¿ Podéis andar a través de un recorrido de obstáculos (un banco, un bordillo...) sin soltaros de la mano de vuestro compañero ?
- ¿ Podeis conseguir un palo y juntos intentar coger y botar una pelota de playa usando los dos vuestros palos ?
- ¿ Puedes moverte por el parque con tu espalda apoyada en la espalda de tu compañero y saltando hacia delante y luego hacia atrás ?
- ¿ Podéis hacer un bocadillo humano con 4 ó 5 amigos : Lechuga, tomate, mostaza, y dos rebanadas de pan ?
- ¿Puedes hacer una silla humana para que tu compañero se siente?
- ¿Puedes sentarte frente a tu compañero pies con pies, y remar un bote?
- ¿ Puedes pensar más cosas para hacer juntos, que a nosotros ya no se nos ocurren más ?

## Sumar 10 cooperativamente

Todos juntos y cada cual con una mano escondida tras la espalda. A la de tres, todos sacamos la mano enseñando el número de dedos que queramos. Tenemos que conseguir que entre todos sume 10, ó 15, ó 25.

## Zapatos congeladores

Es hora de descalzarse y ponerse un zapato en la cabeza. Vamos a intentar hacer DE TODO con el zapato ahí arriba, pero evitando que se caiga al suelo : vueltas, agacharse, bailar una rumba, correr, saltar..... Si el zapato cae al suelo nos quedamos total y absolutamente congelados, como estatuas, hasta que otro se acerque, lo coja del suelo (sin que se le caiga el suyo) y te lo coloque de nuevo.





### **Arrancando zanahorias**

En corro, nos sentamos muy juntos y entrelazamos las piernas; las manos quedan libres. Uno desde fuera intenta arrancar las zanahorias de una en una, mientras éstas lo impiden haciendo fuerza sólo con las piernas. Cuando se arranca una, el corro se vuelve a entrelazar y la que ha salido ayuda a arrancar.

## Al pez, al pez, que nade bien

Nos ponemos por parejas mirándonos a la cara, con las manos unidas; una pareja al lado de la otra formando un pasillo. A la vez que con las manos hacemos un movimiento de subida y bajada vamos diciendo : "Al pez, al pez, que nade bien". Uno de la pareja de un extremo se lanza tumbado y con impulso al pasillo de manos y con los movimientos de todos se le va llevando hasta el final donde le recoge su compañero . Salta el siguiente.



## Troncos rodantes

Varios de nosotros hacemos de troncos y nos tumbamos, uno al lado del otro boca abajo. Otro (el leñador) se tumba perpendicularmente sobre sus espaldas. Todos los troncos comienzan a rodar en la misma dirección, llevando al leñador por encima de ellos. Cuando el leñador llega al último tronco se convierte a su vez en tronco, y el primer tronco en nuevo leñador.

Otra forma de jugar es tumbarse uno al lado de otro, boca abajo y muy juntos, sin dejar hueco entre ellos. El leñador se tumba sobre ellos pero en la misma dirección, paralelamente, y rueda sobre sí por encima de todos los troncos.



## Agua, por favor

Hacemos dos grupos. En un lado hay un cubo lleno de agua, y en el otro uno vacío. Los del lado del cubo lleno cogen agua en vasos, o latas y agarrándose un pie con una mano, van a la pata coja hasta encontrarse con los del otro grupo a los que llenan su vaso. Estos, también a la pata coja, lo llevan a su cubo. Entre los dos equipos tienen que vaciar uno y llenar otro.

¿Qué te parece hacerlo con los ojos cerrados en lugar de a la pata coja?

## La sardina

Se determina un espacio donde jugar. Una persona va a esconderse. Los demás, después de un rato, salen a buscarle. Quien la encuentra se esconde con ella. Así hasta acabar todos juntos como "sardinas en lata", escondidos en el mismo lugar.



## Juegos con paracaídas

Aunque no es muy fácil, puede ser que conozcas a alguien que tenga un paracaídas, o que un día que estés en el parque haya gente jugando con él ..... pues por eso ahí van estos juegos .

### LA OLA

Agarramos el paracaídas a la altura de la cintura y suavemente comenzamos a moverlo haciendo olas, primero pequeñas, luego de temporal. Mientras unos subimos, los otros bajan ...hasta que el vaivén de las olas sea igual en todo el círculo.

### PARAGUAS

Agarramos el paracaídas y lo bajamos hasta el suelo. A la de tres levantamos los brazos a la vez, lo más alto posible. El aire queda atrapado formando un enorme paraguas. Si al levantar los brazos damos un paso hacia delante todos a la vez conseguiremos que suba más arriba. Al bajar damos el paso hacia atrás.



### GRITANDO QUIÉN SOY

Jugamos con el movimiento del paraguas. Cuando el paracaídas está arriba del todo, uno del círculo corre al centro mientras la tela cae y se asoma por el agujero gritando su nombre. Cuando comienza a subir el paracaídas, se vuelve de nuevo al círculo y sale el siguiente.



### INTERCAMBIOS

Sostenemos el paracaídas sobre el suelo. A la de tres lo inflamos y alguien dice : " los que llevan calcetines azules" o cualquier otra cosa. Los que lo llevan pasan por debajo del paracaídas y cruzan al otro lado.

### ¿QUIÉN HA DESAPARECIDO?

Todos cerramos los ojos. Se esconden debajo del paracaídas dos o más. Buscad quien ha desaparecido.

### RUEDA GIRATORIA

Cogemos el paracaídas a la altura de la cintura, solamente con la mano derecha, colocándonos de lado, de forma que todo miramos en la misma dirección. Así corremos hacia delante manteniendo tenso el paracaídas. A una señal se puede cambiar de dirección agarrándolo entonces con la mano contraria.

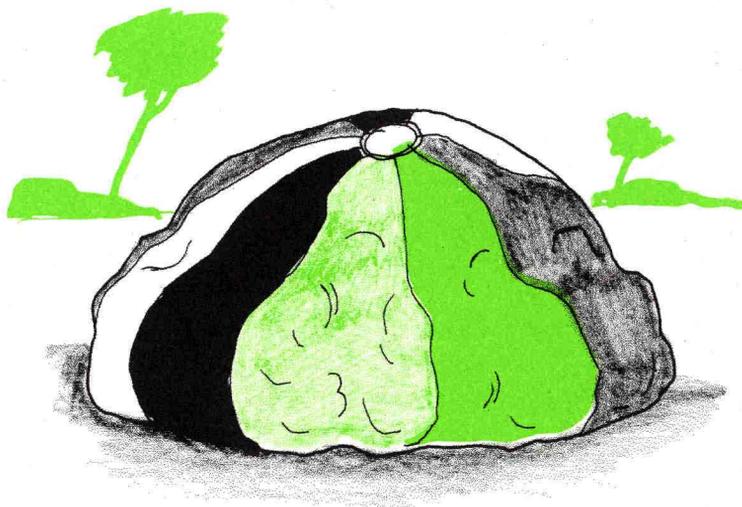
Podemos numerarnos del 1 al 3 . Cuando digamos uno de estos números, los que lo tengan sueltan el paracaídas y corren alrededor en la misma dirección hasta llegar de nuevo al lugar donde estaban antes.

### PALOMITAS DE MAÍZ

¿Habeis probado lo ricas que salen las palomitas de maíz con el paracaídas?. Pues echa pelotas de ping-pong, calcetines rellenos, pelotas de playa o cualquier otra cosa y mueve el paracaídas hasta que salten todas. El juego dura más si dos personas se encargan de devolver al paracaídas las palomitas que han saltado fuera.

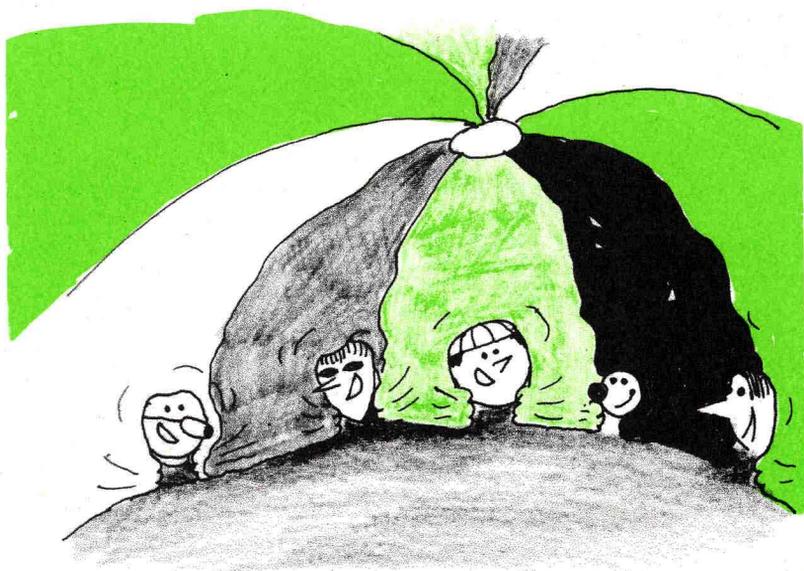
### IGLOO

Agarramos el paracaídas y lo bajamos hasta el suelo. A la de tres levantamos los brazos lo más alto que podamos dando un paso hacia delante. Al bajar nos lo pasamos por la espalda sentándonos en el suelo con el borde del paracaídas debajo del culo. Hemos hecho un igloo (casa de esquimal).



### COCODRILOS

Nos sentamos alrededor del paracaídas con los pies debajo de la tela. Uno comienza a hacer de cocodrilo que reptar por debajo de la tela y va agarrando a gente de los pies tirando de ellos hacia el interior convirtiéndolos en cocodrilos. El juego acaba cuando todos somos cocodrilos. Aprovechamos estar sumergidos en esa enorme tela para hacer el ganso a gusto.



### ABUELAS DIVERTIDAS

Nos ponemos en corro, inflamos el paracaídas y a la bajada damos un paso al centro y nos lo colocamos en la cabeza como si fuera el pañuelo de la abuela, mientras vamos bajando hacia el suelo, nos tumbamos boca abajo de forma que dentro del paracaídas sólo se ven las cabecillas de todas las abuelas.

### PELOTA RODANTE

Rodamos una pelota por el borde del paracaídas, primero en una dirección y luego en otra. Hay que hacer el movimiento de la ola, para que circule bien. También podemos rodarla alrededor del agujero central sin que se caiga por él.

### ANDANDO SOBRE LAS OLAS

Sujetamos el borde del paracaídas. Uno o dos comienzan a andar descalzos sobre el paracaídas. Los otros agitan formando olas.

### VIENTO SOBRE NUESTRAS CABEZAS

Nos repartimos los números 1 y 2. Los que tienen el número 1 van al centro y se agachan. El paracaídas baja sobre su cabeza, agitado por los números 2. Elevar de nuevo el paracaídas y cambiar los papeles.

# Juego-creo-recreo-juegos

¡Por fin !

Ha llegado el momento en el que te toca a tí inventar los juegos que quieras y estas páginas están para ayudarte.

En el libro te habrás encontrado juegos que ya sabías, que jugabas de otra manera, juegos nuevos... Nuestra idea es que los juegues como quieras y, si cada vez los juegas de una manera diferente, mucho mejor.

Cuando inventamos juegos, lo primero que hay que pensar es que lo más importante es inventarlos, luego probarlos y quedarte con lo que más te guste.

Aquí te contamos algunas cosas para que lo hagas, unas que quizás ya hayas utilizado, y otras, más locas, más raras, que tienes que probar para entrar en el mundo de las cosas nuevas. Pero sobre todo estas ideas son para los mayores, que son los que tienen más problemas para inventar y jugar.

## Cambiando un poco los juegos de siempre

### “VOY A CAMBIARLO”

Es muy fácil . Coges un juego y dices : “Voy a cambiarlo”

Eliges un juego cualquiera y piensas : ¿Cómo lo hago de otro modo? ¿Y si lo hago más grande? ¿Y si en vez de... hago...? ¿Y si lo hago al revés? ¿Y si lo hago con MÁS cosas? ¿Y si lo hago con OTRAS cosas ? etc.

### LA ZAPATILLA

-¿Cómo lo juego de otra forma?

Esta vez jugaremos todos tumbados en el suelo y nos pondrán la zapatilla encima.

-¿Y si lo hago más grande?

Con una zapatilla gigante

-¿Y si en vez de ... hago .....?

En vez de coger al que corre le lanzo la zapatilla a ver si le doy.

-¿Y si lo hago con más cosas?

Con dos zapatillas

-¿Y si lo hago con otras cosas?

Con una camiseta o un sombrero ...

### QUE NO CAIGA (LA PELOTA)

-¿Cómo lo juego de otra forma?

En lugar de lanzarla nos la pasamos de uno a otro sin manos.

-¿Y si lo hago más pequeño?

Con pelotas y palas de ping-pong jugamos a que no se caiga.

-¿Y si en vez de ... hago ...?

Si jugamos con telas o mantas que cogemos entre todos... a intentar que no caiga.

-¿Y si lo hago con más cosas?

Con dos pelotas o con cinco globos...

-¿Y si lo hago con otras cosas?

En lugar de pelota usamos una caja grande.

## "LO CAMBIO CON TARJETAS"

Escribimos en tarjetas de colores frases con los verbos : COMPARAR , MEZCLAR Y CAMBIAR.

Comparar con el mar, comparar con un polvorón, comparar con un zapato...

Mezclar con algo de risas, mezclar con silencio...

Cambiar de formas, poner el juego al revés, cambiar el objetivo...

Haz muchas tarjetas, barájalas, elije una de cada tipo y relacionálas con un juego.

## EL PAÑUELO

-Compara este juego con un avión.

Todos nos convertimos en avionetas y al salir a pillar el pañuelo (la saca de correos) llevamos los brazos como alas y hacemos el sonido del avión.

-Mezcla en el juego ir agachados.

Mientras esperamos en el hangar, estamos agachados, calentando motores.

-Cámbiale una regla por otra de la que tiene el parchís.

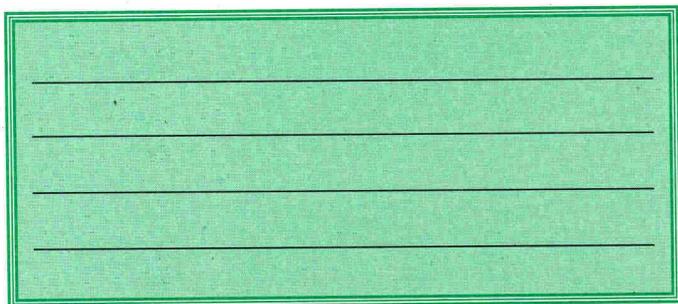
Si llevas el n.º 6, cuando te nombran sales y también a la siguiente jugada, sea el n.º que sea.

## Juegos nuevos poniendo condiciones.

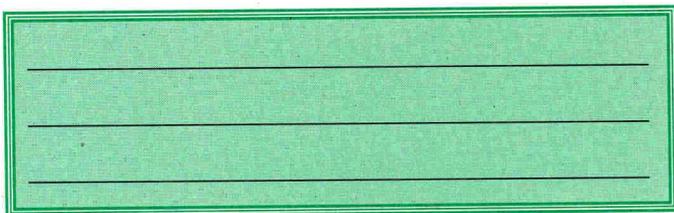
Haz un juego: de saltar, para 10 personas, azul, en el que nadie gane, de pintar, de animales... ( todo esto a la vez)

Por ejemplo, "El zoológico saltarín": Se juega a pintar con rotulador azul. Los diez tienen un papel pegado a la ropa y mientras saltan a la cuerda como "al pasar la barca" hay que ir haciendo el dibujo de un animal en el papel de otro por parejas. (Este juego lo inventaron unas chicas del C.P. Jerónimo Blancas de Zaragoza)

¿Y si te decimos: verde, para seis, volando, de esconder, sin reir, sin mover... ?



¿Y si tu dices...?

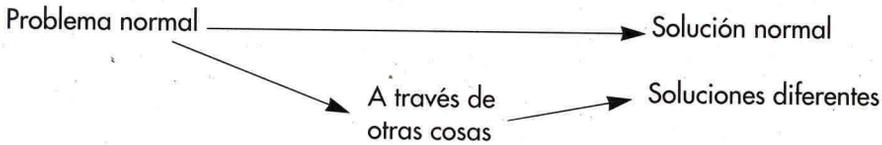


## Juegos nuevos con ideas un poco mas raras

Para inventarte estos juegos debes arriesgar más, tienes que estar dispuesto a pensar en cosas que no sirven para nada y buscar en ese mundo las nuevas ideas.

Si piensas como siempre → Tendrás ideas mas o menos como siempre  
(que no está nada mal)

Si piensas en otras cosas → tendrás ideas nuevas



### "A TRAVÉS DE PALABRAS"

- Busca una palabra. Por ejemplo: UNIVERSO
- Piensa cosas sobre esa palabra: Muy extenso, que llega a todos, conjunto de cosas o seres, donde vivimos, todo lo que nos rodea, con muchos planetas y astros....
- Se trata ahora de inventar un juego a partir de esas ideas.

Por ejemplo: Todos somos planetas y estamos girando con los brazos abiertos sobre nosotros mismos. Cuando chocas con alguien te pones a girar con él en la misma dirección. Hay que conseguir la contracción total del universo y girar todos al mismo lado.

... Otras palabras : LAVADORA, LEÓN, BOCADILLO.

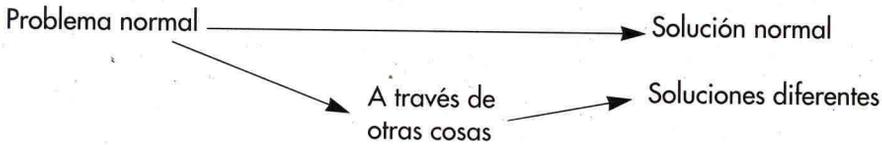
... Piensa otras....

## Juegos nuevos con ideas un poco mas raras

Para inventarte estos juegos debes arriesgar más, tienes que estar dispuesto a pensar en cosas que no sirven para nada y buscar en ese mundo las nuevas ideas.

Si piensas como siempre → Tendrás ideas mas o menos como siempre  
(que no está nada mal)

Si piensas en otras cosas → tendrás ideas nuevas



### "A TRAVÉS DE PALABRAS"

- Busca una palabra. Por ejemplo: UNIVERSO
- Piensa cosas sobre esa palabra: Muy extenso, que llega a todos, conjunto de cosas o seres, donde vivimos, todo lo que nos rodea, con muchos planetas y astros....
- Se trata ahora de inventar un juego a partir de esas ideas.

Por ejemplo: Todos somos planetas y estamos girando con los brazos abiertos sobre nosotros mismos. Cuando chocas con alguien te pones a girar con él en la misma dirección. Hay que conseguir la contracción total del universo y girar todos al mismo lado.

... Otras palabras : LAVADORA, LEÓN, BOCADILLO.

... Piensa otras....