

7 JUEGOS

PARA NIÑOS SOLIDARIOS





La solidaridad es una herramienta fundamental para construir un mundo mejor. Dice la neurociencia social que cuando dos personas interactúan para ayudarse, en el cerebro se activan circuitos con efecto en la memoria y en las funciones ejecutivas. En otras palabras: la solidaridad despierta lo que los expertos llaman el cerebro social, ese lugar donde las emociones y el conocimiento pueden contribuir a hacer una sociedad mejor. Y los juegos pueden ayudar a activarlo.

Desde Fundación Aladina queremos proponer una serie de juegos a través de los cuales desarrollar valores como la solidaridad, el altruismo y la cooperación.



Teatro

Gracias al teatro, los niños se ponen en la piel de otras personas y experimentan lo que sería vivir en otras condiciones, llevar otra ropa, hablar diferente... Así, se trata de una forma divertida de trabajar la empatía, lo cual refuerza la solidaridad.

Se puede poner en práctica, por ejemplo, dramatizando algún cuento o fábula que conozcan.

Los juegos de improvisación también funcionan, proponiendo personajes y situaciones que tengan que ir desarrollando ellos mismos.

Os proponemos que escribáis en papelitos diferentes personajes. Pueden ser conocidos (futbolistas, cantantes, personajes de cuentos...). En otros papelitos, escribid ambientes y escenarios (una frutería, el colegio, un concierto...). Por último, escribid en diferentes papelitos una frase.

Después, coged, al azar, cada uno un papel de personaje, un único papel de escenario y una frase. Con estos elementos, empezad a improvisar una escena de teatro.



Juegos del mundo

Poner en práctica juegos tradicionales de otros países da a conocer a los niños otras culturas.

Un ejemplo sería el juego Mbube, originario de Sudáfrica. La palabra zulú mbube significa "león". El juego se desarrolla a la hora de comer para el mbube, que se lanza a la búsqueda de un antílope (impala) para saciar su estómago.

Los niños se colocan en círculo mientras que dos, con los ojos vendados, permanecen en el centro: el león y el antílope. El grupo de pequeños del círculo debe guiar al león para que atrape al impala gritando "¡mbube! ¡mbube!" rápido, cuando está cerca, y más despacio cuando se aleje.

Si al cabo de un minuto el león no ha dado con el antílope, otros dos niños toman el rol. En lugar de ayudar al león, el grupo puede auxiliar al impala a huir de la misma forma.



Los deportes de equipo

El deporte de equipo fomenta el trabajo coordinado en la búsqueda de un resultado común que prima sobre lo individual.

Deportes como el baloncesto, el fútbol, el balonmano, el béisbol... Refuerzan la capacidad de trabajo en equipo y el compañerismo. Participar en un equipo, sea del deporte que sea, fomenta el compañerismo, la empatía, relaciones personales con otros compañeros que no son necesariamente los mismos que

en clase; los niños muestran empatía, sentimientos de solidaridad, y se llegan a poner en el lugar del otro. Sentimientos positivos para una vida emocional, amplia, ya que conocerán a niños de otras zonas de la ciudad, con otras características y personalidades. Además, aprenden que todos son importantes en el equipo.

Os invitamos a que probéis nuevos deportes de equipo, como el béisbol, el críquet, voleibol...



Mural solidario

Las manualidades tienen muchísimos beneficios físicos y emocionales que resultan útiles a lo largo de la vida para los niños. Al trabajar con su creatividad, entrenan el lado derecho del cerebro, que es el responsable de las emociones, la sensibilidad estética, la visión espacial y la abstracción. Con todo ello, aprenden a expresar sus emociones y a mostrar el mundo tal como lo perciben. Además, desarrollan la concentración, la paciencia y la perseverancia.

Os proponemos la realización de un mural solidario. Se trata de realizar un mural compartiendo todos los recursos con los que contemos (pinturas, lápices, rotuladores, témperas, pegatinas...), donde puedan expresar, con dibujos o palabras qué es para ellos la solidaridad.

También podéis hacer un mural buscando en revistas y periódicos noticias e imágenes de todo el mundo que relacionen con la solidaridad y realizando con los recortes un collage.



La búsqueda del tesoro

Es un juego que a los niños de todas las edades les encanta. Es un juego muy completo porque tienen que pasar una serie de pruebas, pensar en las pistas que les dan para encontrar el tesoro y además juegan con más niños.

Este juego lo puedes hacer más corto o más largo según las pruebas y pistas que hagas. Si lo hacemos por equipos, se convierte en un juego perfecto para reforzar el trabajo en equipo y la solidaridad.



El lago encantado

Para jugar a este juego, se necesita tiza y aros de plástico.

Primero hay que delimitar un espacio en el suelo en forma de elipse, este espacio será nuestro lago.

Se colocan todos los aros dentro del espacio que se ha convertido en un lago encantado en el que nadie puede tocar el agua (el espacio que hay fuera de los aros). Se colocan los aros atravesando el lago, como si fueran piedras. Solo se puede pisar en el interior de los aros, que imitan piedras por las que tenemos que cruzar el lago.

Ningún niño puede tocar el agua, ya que si alguien se cae al lago, se le congelará el corazón. Solo se puede pisar en el interior de los aros, que imitan piedras por las que se cruza el lago.

Si alguien se cae al lago, no puede moverse hasta que venga otro jugador y lo salve, desheliendo el corazón del compañero dándole un abrazo.

Podemos ir separando cada vez más los aros para que sea más difícil cruzar el lago. También podemos incluir una variante: los siameses. Los jugadores forman parejas unidos por sus manos. Ahora, además de no poder pisar en el lago deben evitar que sus manos se separen.



El globo arriba

Los jugadores se distribuyen libremente por el espacio. Un jugador lanza un globo al aire. A partir de ese momento se trata de conseguir que el globo no toque el suelo teniendo en cuenta que no se

puede agarrar y que cuando una persona toca el globo se sienta en el suelo. El objetivo del grupo es conseguir que todos los jugadores se sienten antes de que el globo toque el suelo.