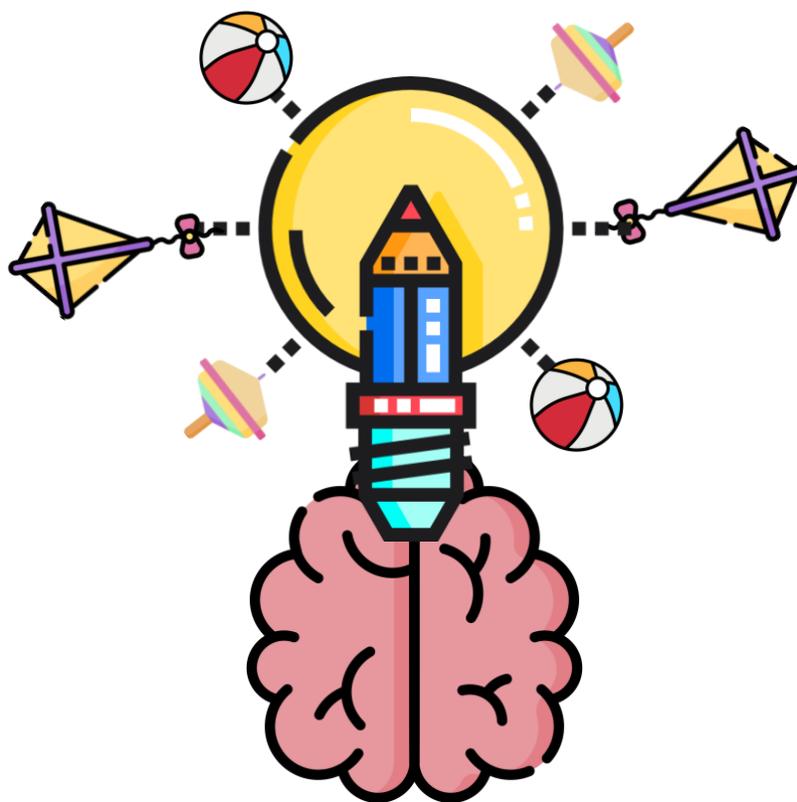


En sus marcas, listos... ¡Juega!

La actividad física y el juego para  
el aprendizaje significativo



KIT DE ACTIVIDADES



“El momento de jugar” puede ser interpretado de múltiples formas, desde un tiempo libre, de esparcimiento, de no hacer nada; para nosotros a partir de hoy significará el momento de aprender.

Cada vez que buscamos aprender a cerca de algo, lo asociamos con cosas que conocemos previamente y a lograr darle un sentido con base en esos cimientos que ya tenemos apropiados; por ejemplo, si quisiéramos aprender a leer una partitura musical, primero deberemos saber sobre matemáticas, figuras geométricas y figuras musicales, notas, ritmos, etcétera, y asociando cada uno de estos conocimientos podremos al final lograr leer una partitura musical.

Ahora bien, ¿cómo podemos lograr este aprendizaje significativo a través del juego? ¿cómo lograremos que el momento de jugar sea el momento de aprender? el juego como herramienta educativa es una de las más valiosas a lo largo de todas las etapas de la vida, todos jugamos, nos gusta divertirnos y disfrutamos de él.

Descubre cómo lograr aprender significativamente a través de esta herramienta con la serie de actividades y tips que te compartimos a continuación, los cuales fueron descritos a grandes rasgos en el webinar “*En sus marcas, listos... ¡juega! La actividad física y el juego para el aprendizaje significativo*”

# ÍNDICE

1. Mi huella de carbono
2. ¡Doctora-Doctor!
3. Ultimate-El disco de la paz
4. Fútbol sólido, líquido y gaseoso
5. Saltamontes y gusanos
6. La reina de las tres erres
7. Nuestra familia nos protege
8. Honestidad mundial
9. Tips para elaborar juegos

# 1. Mi huella de carbono

## OBJETIVO:

Usar la energía con responsabilidad. Reflexionar sobre los hábitos de consumo para el ahorro de energía y reconocer los beneficios de las energías limpias.

## Aprendizaje significativo.

Los y las participantes identifican cómo se puede usar el valor de la responsabilidad para reducir su consumo de energía.

## DESARROLLO INSTRUCCIONES DEL JUEGO

**MATERIALES:** Conos.

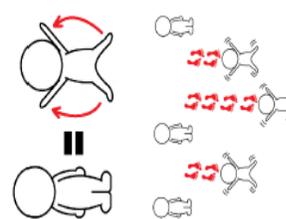
- Organiza a los y las participantes en una fila y marca la fila con conos.
- Realiza las preguntas de la tabla que aparece abajo. Los participantes deben contestar SÍ o NO.
- Según la respuesta de los y las participantes, deben avanzar dando saltos tipo "Jumping Jacks"

“Los saltos se realizan partiendo de pie con las piernas juntas y los brazos pegados a la cara lateral de los muslos; se pasa a realizar un salto al frente y en un mismo gesto separar las piernas y dar una palmada con los brazos estirados por encima de la cabeza”

- El número de saltos a realizar se indica en la tabla de abajo.

Las preguntas pueden variar según el contexto.

Preguntas	Número de jumping jacks	
	SI	NO
¿Hay más de cuatro focos en tu casa?	4	2
¿Los focos de tu casa son ahorradores?	2	4
¿Usas calefacción en tu casa?	4	2
¿Llegas a la escuela caminando?	2	4
¿Ves la televisión más de una hora al día?	4	2
¿Usas tu teléfono más de una hora al día?	4	2
¿Te bañas en menos de cinco minutos?	2	4
¿Cuándo vas al mercado llevas tu propia bolsa?	2	4
¿Respondiste con honestidad a estas preguntas?	2	4



## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

- ¿Qué es una huella? ¿Las huellas que dejamos con nuestros pies son permanentes o temporales? ¿De qué depende?
- ¿Qué es un combustible fósil? ¿Para qué utilizamos este tipo de combustible?
- ¿Cuáles de nuestras acciones generan una huella de carbono?
- ¿Cómo puedes ahorrar energía en la escuela y en la casa?

## 2. ¡Doctora-Doctor!

### OBJETIVO:

Aprendizaje significativo.

Comprende la importancia de la prevención de enfermedades y pone en práctica la técnica de lavado de manos.

Los y las participantes identifican estrategias de prevención de enfermedades como la técnica del lavado de manos.

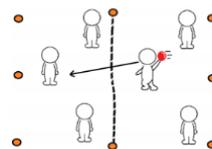
### DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:

**MATERIALES:** Conos, cuerdas, pelotas, pañuelos y jabón líquido.

1. Delimita el área de juego con conos y divide en dos partes iguales como se muestra en el esquema.
2. Forma dos equipos mixtos, cada uno de los cuales representa a una comunidad.
3. Los y las participantes deben lanzar la pelota al equipo contrario buscando tocarlos únicamente de la cintura para abajo.
4. La pelota representa una enfermedad que viaja de una comunidad a otra en el espacio de juego. No porque se desee contagiar, sino para representar que así se transmiten ciertas enfermedades.
5. Pide a un equipo que nombre una doctora y al otro equipo que nombre a un doctor, quienes poseerán un número determinado de medicinas (por ejemplo, cinco dosis) y tendrán la responsabilidad de dar una dosis de medicina a las personas cuando estas se hayan contagiado.
6. Entrega a la doctora y al doctor cinco pañuelos, los cuales representarán las dosis de medicina. Si se acaban las dosis, los participantes que sean contagiados tienen que salir del hospital que se encuentra a un lado del área de juego. El juego se divide en dos etapas:
  - a. **Primera:** Las doctoras y doctores son inmunes y pueden desplazarse en el área de juego sin ningún riesgo de contagio.
  - b. **Segunda:** La enfermedad se hizo más peligrosa, las doctoras y doctores dejan de ser inmunes. Si se contagian, salen del juego con sus medicinas. Permite a los equipos que hagan una estrategia y no se contagien.
9. Al terminar la actividad, todas los y las participantes que no hayan salido del juego darán un abrazo a las personas que estén el hospital.

### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

- ¿Cómo te organizaste con tu equipo?
- ¿Puedes prevenir algunas enfermedades?  
¿Cuáles y cómo?
- ¿Por qué dimos un abrazo a las personas que salieron del juego?



### 3. Ultimate-El disco de la paz

**OBJETIVO:**

Participa en su contexto inmediato con ideas para la construcción de comunidades pacíficas, escucha las opiniones de sus compañeros y llega a acuerdos.

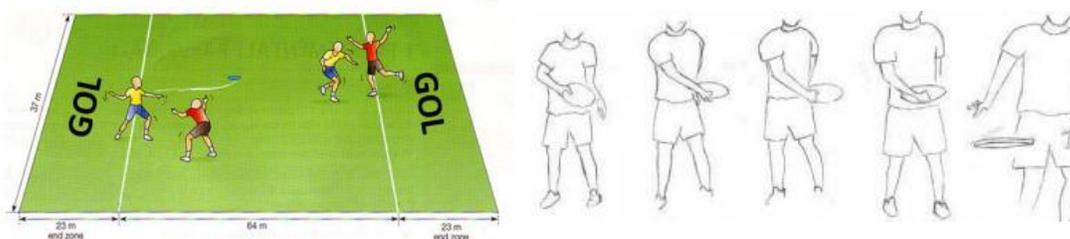
**Aprendizaje significativo.**

Los y las participantes comprende su rol para construir comunidades pacíficas, justas, incluyentes y libres de miedo y violencia.

**DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:**

**MATERIALES:** Conos, pañuelos, discos voladores (frisbees).

1. Delimita el área de juego con conos, incluyendo un área de GOL en cada extremo del área.
2. Muestra el disco volador y explica la forma de tomarlo y de lanzarlo.



4. Forma dos equipos mixtos de igual número de participantes, entrega a cada equipo un paliacate del mismo color para diferenciarlos.
5. Da unos minutos para que cada equipo forme un círculo y practique el lanzamiento; esto servirá como calentamiento y, además, como reconocimiento de las personas que integran el equipo.
6. Para comenzar, los dos equipos se ubican en la línea de su respectiva zona de anotación.
7. Uno de los equipos, con un lanzamiento o saque, envía el disco al otro equipo para comenzar el juego.



8. Los participantes que poseen el disco avanzan haciendo pases con el objetivo de dar un pase en la zona de anotación, ya que así se hace un punto o gol.

9. No se puede correr con el disco y no puede haber contacto físico entre los jugadores, sólo se puede bloquear como en el básquetbol. La mínima distancia entre un participante y otro es un brazo extendido. Acciones como arrancar el disco de las manos, obstaculizar al correr, saltar violentamente o tirar el disco de las manos de otro jugador se consideran falta.

10. Cuando haya un pase incompleto, el disco volador pasará a manos del equipo contrario sin importar quién lo tocó al último.



11. Si alguien hace notar una “falta” o hace un llamado por alguna lesión o golpe involuntario, todas y todos tienen que parar y quedarse quietos en la misma posición hasta que se solucione el problema; entonces, quien tuvo el disco por última vez puede reanudar el juego.

12. En el momento en que cada participante se compromete voluntariamente a respetar las reglas y a no violarlas, resulta ser su propio árbitro. Esto significa que en cualquier diferencia de opinión debe de ganarse la honestidad, el respeto por los demás y el juego limpio.

13. Al finalizar, sin importar los puntos obtenidos por cada equipo, estos se sientan en el círculo de la amistad para comenzar sus reflexiones del partido.

14. Si se detecta que los participantes no están incluyendo en el juego a las participantes, se puede agregar la siguiente regla: Si un participante tiene posesión del disco, su siguiente pase debe ser a una participante y si una participante tiene posesión del disco, su siguiente pase debe ser a un participante. En caso de no respetar esta regla, el disco pasa al equipo contrario.

### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

- En este juego estaba prohibido tocar a otro participante, ¿Qué se siente estar en un lugar donde sabes que nadie te va a lastimar? ¿Qué puedes hacer para que tu salón de clases sea un lugar donde todas las personas se sientan seguras y libres de miedo?
- En el juego ante cualquier controversia tenías que llegar a acuerdos justos, ¿qué puedes hacer para llegar a acuerdos con tus compañeros y que estos acuerdos sean justos?
- En el juego todas las personas pudieron jugar, fue un juego incluyente, ¿qué puedes hacer para incluir a todas las personas en las actividades de tu grupo?
- ¿Quiénes son los responsables de que haya un juego limpio?

## 4. Fútbol sólido, líquido y gaseoso

### OBJETIVO:

Aprendizaje significativo.

Relacionar los estados físicos del agua con el frío y el calor.

Los y las participantes identifican el ciclo del agua a través de la relación entre el frío y el calor.

### DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:

**MATERIALES:** 12 conos, una o dos pelotas, paliacates de dos colores

1. Forma dos equipos y entrega a los y las participantes de cada uno de ellos un paliacate del mismo color.
2. Delimita el área de juego con los conos, se debe formar un rectángulo a modo de cancha de fútbol incluyendo dos porterías. Divide el campo de juego en tres secciones como se muestra en el esquema.
3. Distribuye a los participantes equitativamente en las tres secciones de la cancha. Los participantes no pueden salir de la sección que se les asignó.
4. Indica a los participantes que están hechos de agua y que en cada sección de la cancha hay una temperatura distinta:
  - a. **Frío:** En esta sección el agua se congela, los y las participantes no pueden flexionar brazos y piernas.
  - b. **Calor:** En esta sección el agua se vuelve vapor, los y las participantes deben mantener todo el tiempo los brazos estirados y apuntando hacia arriba.
  - c. **Templado:** En esta sección el agua está en estado líquido, los y las participantes pueden correr libremente.
  - d. Los porteros también deben adoptar la forma de sus compañeros de sección.
  - e. Se sugiere que la “zona templada” se encuentre en la sección media de la cancha.
6. Lanza una o dos pelotas al centro de la cancha y pide a los participantes que metan gol en la cancha contraria, siempre adoptando un estado del agua según la temperatura de su sección y sin salir del lugar que se les asignó.
7. Después de un tiempo, pide a los participantes que cambien de sección. Todos los participantes deben pasar por el estado sólido, líquido y gaseoso.

Nota: En otra versión del juego, debes pedir a todos los participantes que jueguen en estado sólido, líquido o gaseoso. Siempre haciendo énfasis que el paso de un estado a otro se debe al cambio de temperatura, usando frases como “subió la temperatura y ahora jugamos en estado gaseoso”, “hace mucho frío y ahora jugamos en estado sólido”, etcétera.

### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN

- ¿Qué pasa cuando el agua se congela? ¿En qué se transforma?
- ¿En qué lugares puedes encontrar el agua en estado líquido?
- ¿Qué puedes hacer a partir del día de hoy para mantener limpia el agua de ríos y lagos?



## 5. Saltamontes y gusanos

### OBJETIVO:

Reflexionar acerca de la relevancia del consumo diario de alimentos de los tres grupos presentados en el plato del bien comer. Reconocer la importancia de la actividad física para el funcionamiento integral del cuerpo humano.

### Aprendizaje significativo.

Los y las participantes identifican los tres grupos representados en el plato del bien comer y lo relacionan con el funcionamiento adecuado del cuerpo humano.

### DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:

**MATERIALES:** Imagen del plato del bien comer, imágenes o recortes de alimentos, letreros de grupos de alimentos, mantas para pegar alimentos.

1. Prepara el área de juego: En un extremo del área de juego cuelga o coloca en el piso una manta y pega en ella los alimentos. Coloca la lona del plato del bien comer junto a la manta.
2. En el otro extremo del área de juego coloca la otra manta y pega en ella los letreros de “Verduras y frutas”, “cereales”, “leguminosas y alimentos de origen animal”.
3. Forma equipos de siete u ocho personas. Pídeles se formen en fila en el siguiente orden: Una persona agachada seguida de otra de pie con las piernas abiertas y así sucesivamente como se muestra en el esquema.
4. Inicia el juego pidiendo un alimento a la primera persona de cada fila con la frase: “El saltamontes lleva a su plato...” y completa el enunciado con la característica de algún alimento. Por ejemplo: una fruta/un vegetal/algo de color rojo/una carne/semillas/un cítrico/algo dulce”.
5. El participante debe correr a la manta que tiene la imagen de los alimentos y del plato del bien comer, tomar el alimento solicitado, regresar a su fila y sortear a las personas de su fila para llegar al otro lado. Tendrá que saltar a las personas que están agachadas (como un saltamontes) y pasar debajo de las que tienen las piernas abiertas (como un gusano).
6. Al llegar al otro extremo de la fila, el participante debe correr a la manta que tiene los letreros de “Verduras y frutas”, “cereales”, “leguminosas y alimentos de origen animal” y debe pegar el alimento en el lugar correspondiente. Después, regresará a su fila y se formará adoptando la postura que corresponda (agachado o de pie con las piernas abiertas).
7. El juego puede continuar hasta que se considere necesario.



Manta con alimentos.



Manta con letreros.



Lona del plato del bien comer

### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

- ¿De dónde obtenemos energía para nuestras actividades diarias?
- ¿Qué alimentos te ayudan a mantener sanos tus huesos y músculos?
- ¿En qué te ayudan el resto de los alimentos que están pegados en la manta?
- ¿Conoces las reglas del plato del bien comer? ¿Crees poder seguirlas?

## 6. La reina de las tres erres

### OBJETIVO:

Aportar acciones para promover el consumo con responsabilidad y garantizar el derecho de los niños a recibir una educación que inculque respeto al medio ambiente natural, a través del manejo de los conceptos de producción y consumo responsable.

### Aprendizaje significativo.

Los y las participantes logran identificar alternativas de consumo responsable para los productos que consumen actualmente.

### DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:

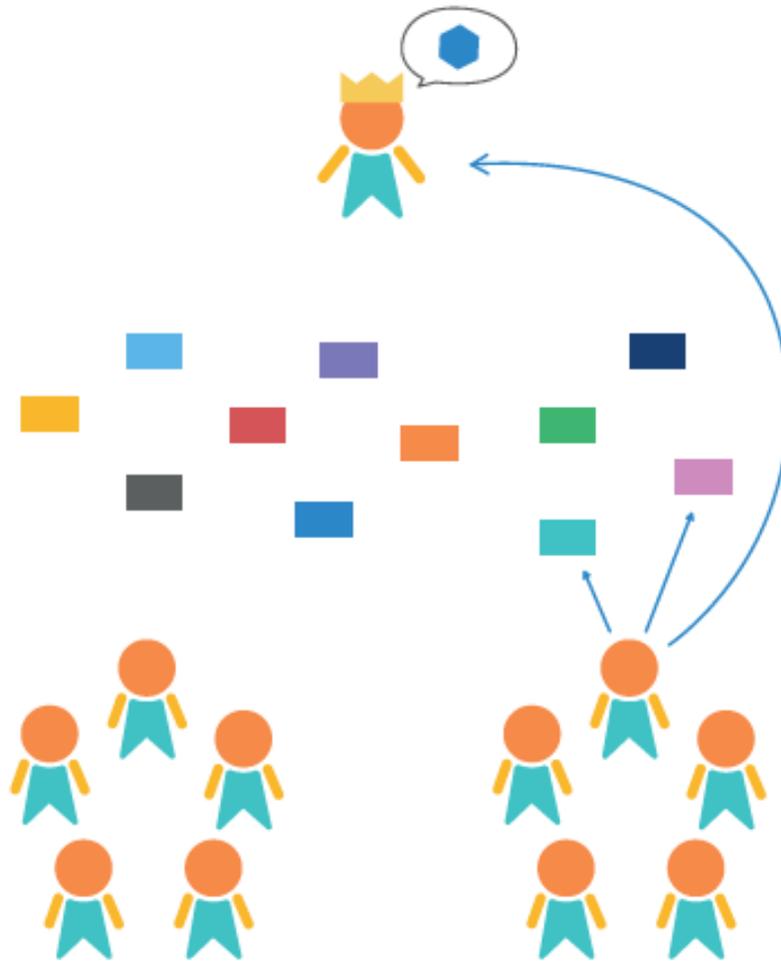
**MATERIALES:** Tarjetas recortables de productos.

- 1.- Delimitar el área de juego.
- 2.- Recorta las tarjetas de productos que se encuentran en el apartado Anexo 1, y distribúyelas en un espacio destinado a la búsqueda de productos.
- 3.- Forma cuatro equipos mixtos con el mismo número de participantes.
- 4.- Explica las reglas del juego:
  - a) La Responsable Reina Ramona (Alias “la Reina de las Tres Erres”) es un monarca reconocida por ser una consumidora responsable que Reduce, Recicla y Reutiliza.
  - b) El objetivo del juego es que los equipos cumplan los deseos de la reina, para lo cual, deberán organizarse para buscar los productos y objetos que la reina les solicite, lo más rápido posible y de manera ordenada.
  - c) En este caso, tú serás la reina y darás lectura a las peticiones; en cada solicitud pedirás un producto que se encuentra en el espacio de la búsqueda de los productos, y otro objeto que los alumnos puedan localizar en la escuela. En caso de que no se cuente con el segundo objeto sugerido, puedes cambiarlo por otro.

"Bienvenidas y bienvenidos a mi reino, el día de hoy tengo algunas peticiones para ustedes, ¿están listos?"		
Petición	Productos	Objetos (Pueden cambiarse)
1. El día de hoy, la reina comerá una rica ensalada y pide...	jitomates y...	un cinturón
2. El día de hoy, la reina saldrá al cine y pide...	un medio de transporte y...	un arete
3. El día de hoy, la reina fue de compras y pide...	una bolsa para sus compras y...	un suéter
4. El día de hoy, la reina quiere más iluminación en su castillo y pide...	un foco y...	un zapato derecho
5. El día de hoy, la reina desayunará y pide...	un café y...	una credencial
6. El día de hoy, la reina tiene sed y pide...	jugo de naranja y...	una pulsera
7. El día de hoy, la reina tiene una cena de gala y va a rasurarse y pide...	un rastrillo y...	lentes

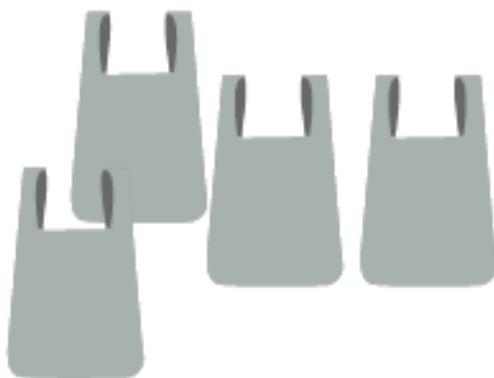
5. Una vez que se hayan cumplido las peticiones de la reina, exploren en conjunto, qué productos trajo cada equipo a la reina, lean la información que contiene cada tarjeta y reflexionen:

<b>La reina quiere que sus aldeanos le ayuden a cuidar del reino, por ello, va a revisar que los productos que pidió utilicen la menor cantidad de recursos, se puedan Reducir, Reciclar y Reutilizar y no afecten al medio ambiente, ¡comencemos!</b>
<p><b>1. Para la ensalada que la reina comerá:</b> ¿Qué jitomates serán mejores?, ¿cuáles comprarían ustedes?, ¿esta compra es una necesidad o un deseo?, ¿cuáles son los más frescos?, ¿cuáles tiene menos conservadores?, ¿cuáles son más baratos?, ¿cómo puedes usar las tres erres con este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?, ¿cómo puedes evitar la compra excesiva y el desperdicio de este producto?</p>
<p><b>2. Para trasladarse al cine:</b> ¿Qué transporte será mejor utilizar?, ¿el automóvil o la bicicleta?, ¿este servicio de transporte, es una necesidad o un deseo? ¿cuál recomendarían ustedes?, ¿cuál contamina menos?, ¿cuál necesita menos inversión para usarse? ¿cuál es mejor para nuestra salud?, ¿por qué?, ¿cómo puedes usar las tres erres con este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?</p>
<p><b>3. Para guardar sus compras:</b> ¿Qué bolsa debería utilizar?, ¿esta compra es una necesidad o un deseo? ¿cuál contamina menos?, ¿por qué? ¿cuál puede utilizar más de una ocasión?, ¿cómo puedes usar las tres erres con este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?, ¿cómo puedes evitar la compra excesiva y el desperdicio de este producto?</p>
<p><b>4. Para iluminar su castillo:</b> ¿Qué foco ayudaría a la reina a ahorrar energía?, ¿esta compra es una necesidad o un deseo?, ¿cuál dura más tiempo?, ¿cuál contamina menos?, ¿cómo puedes usar las tres erres con este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?, ¿cómo puedes evitar la compra excesiva y el desperdicio de este producto?</p>
<p><b>5. Para su desayuno:</b> ¿Su café debería servirse en un vaso desechable o en un vaso térmico?, ¿por qué?, ¿esta compra es una necesidad o un deseo? Si la reina utiliza un vaso desechable todos los días, ¿cuántos vasos usaría al año? Si utilizará un vaso térmico, ¿cuántas veces los podría utilizar en un año?, ¿podrá contaminar menos?, ¿por qué?, ¿cómo puedes usar las tres erres con este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?, ¿cómo puedes evitar la compra excesiva y el desperdicio de este producto?</p>
<p><b>6. Para saciar su sed:</b> ¿Qué jugo de naranja debe elegir la reina?, ¿esta compra es una necesidad o un deseo?, ¿el que está en un empaque o el que puede preparar y llevar en su vaso? ¿cuál tiene menos conservadores?, ¿cuál generaría menos basura?, ¿cómo puedes usar las tres erres en este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?, ¿cómo puedes evitar la compra excesiva y el desperdicio de este producto?</p>
<p><b>7. Para su cena de gala:</b> ¿Qué rastrillo puede utilizar más de una ocasión?, ¿esta compra es una necesidad o un deseo?, ¿es mejor si elige un rastrillo sin navajas de repuesto?, ¿por qué?, ¿crees que contaminaría menos si elige solo uno con repuestos?, ¿cómo puedes usar las tres erres en este producto?, ¿qué otro ejemplo como este conoces?, ¿cómo puedes evitar la compra excesiva y el desperdicio de este producto?</p>



### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

- ¿Habrían cambiado los productos que ofrecieron a la reina si hubieran tenido tiempo para leer las tarjetas?, ¿por qué?
- ¿Utilizan alguno de los productos que la reina pidió?, ¿cuál?
- ¿Les gustaría cambiar los productos que usan actualmente por otros que contaminen menos?, ¿cuáles?
- ¿Por qué hay que comparar entre los productos que se van a comprar?, ¿por qué es mejor consumir lo que se produce en la comunidad o lo que se vende en los pequeños establecimientos?



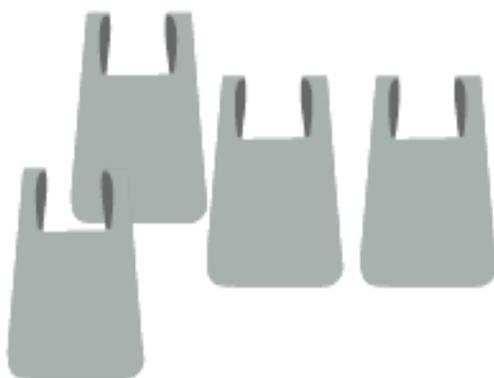
### Bolsa

- Es de plástico
- Tarda entre 10 y 20 años en desaparecer
- No son resistentes
- La mayoría termina en el mar
- Se fabrican con petróleo y contaminan



### Bolsa

- Son de tela
- Son reutilizables
- Resisten mayor peso
- Equivale al ahorro de 6 bolsas de plástico
- Su fabricación no contamina



### Bolsa

- Es de plástico
- Tarda entre 10 y 20 años en desaparecer
- No son resistentes
- La mayoría termina en el mar
- Se fabrican con petróleo y contaminan



### Bolsa

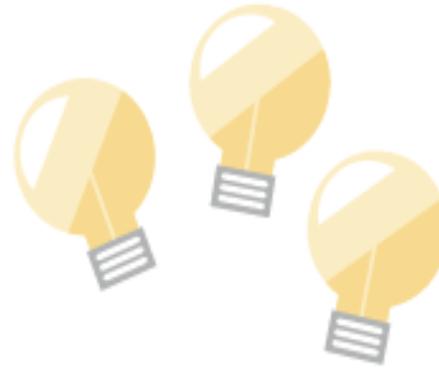
- Son de tela
- Son reutilizables
- Resisten mayor peso
- Equivale al ahorro de 6 bolsas de plástico
- Su fabricación no contamina





### Foco

- Es menos dañino
- Pueden durar de 8 a 10 años
- Ahorran un 70% de energía
- Producen menos calor y menos riesgos de incendio



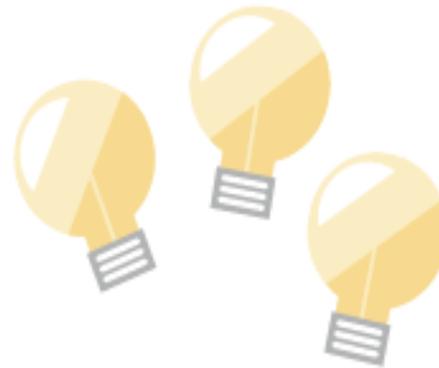
### Foco

- Utiliza un 70% de la energía en producir calor y solo un 30% en recibir iluminación
- Duran 8 veces menos que los focos ahorradores
- Por su corta duración, se requiere gastar más en su compra



### Foco

- Es menos dañino
- Pueden durar de 8 a 10 años
- Ahorran un 70% de energía
- Producen menos calor y menos riesgos de incendio



### Foco

- Utiliza un 70% de la energía en producir calor y solo un 30% en recibir iluminación
- Duran 8 veces menos que los focos ahorradores
- Por su corta duración, se requiere gastar más en su compra





### Café

- Al año, se utilizan alrededor de 600 mil millones de vasos de papel y plástico
- Es difícil reciclarlos
- El unisel contiene químicos que al calentarse, pueden ser dañinos para la salud



### Café

- Los vasos de acero inoxidable son muy resistentes
- Ayudan a mantener los líquidos calientes.
- Son reutilizables
- No contaminan



### Café

- Al año, se utilizan alrededor de 600 mil millones de vasos de papel y plástico
- Es difícil reciclarlos
- El unisel contiene químicos que al calentarse, pueden ser dañinos para la salud



### Café

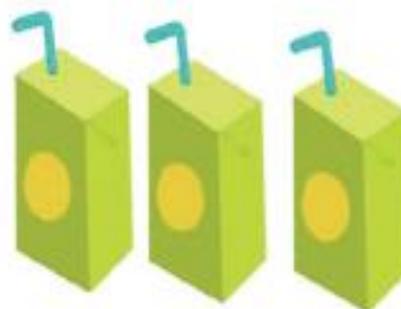
- Los vasos de acero inoxidable son muy resistentes
- Ayudan a mantener los líquidos calientes.
- Son reutilizables
- No contaminan





### Jugo de naranja

- No necesita un empaque
- No necesita el uso de popotes
- No tiene conservadores
- Es natural
- No genera basura



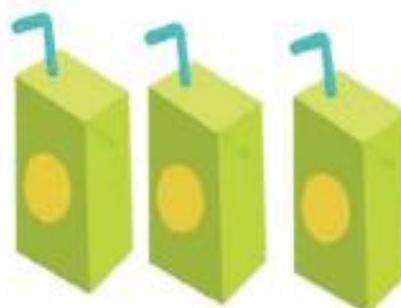
### Jugo de naranja

- Su empaque se convierte en basura
- Requiere de popotes que contaminan
- Tiene conservadores
- Tiene procesos químicos
- Es artificial y contiene azúcares



### Jugo de naranja

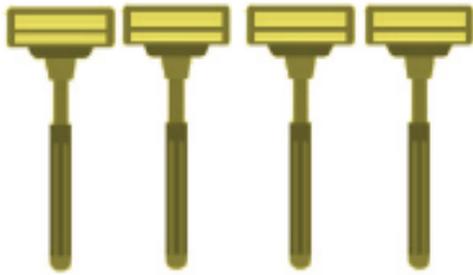
- No necesita un empaque
- No necesita el uso de popotes
- No tiene conservadores
- Es natural
- No genera basura



### Jugo de naranja

- Su empaque se convierte en basura
- Requiere de popotes que contaminan
- Tiene conservadores
- Tiene procesos químicos
- Es artificial y contiene azúcares





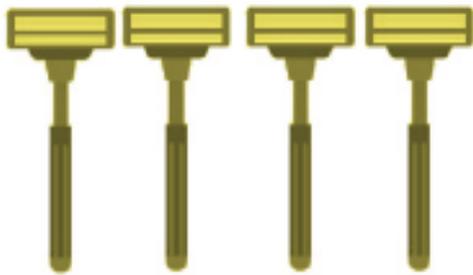
### Rastrillo

- Es de plástico
- No tiene navajas de repuesto
- Son desechables, sólo se utilizan una vez



### Rastrillo

- Es de metal
- Tiene navajas de repuesto
- Son reutilizables



### Rastrillo

- Es de plástico
- No tiene navajas de repuesto
- Son desechables, sólo se utilizan una vez



### Rastrillo

- Es de metal
- Tiene navajas de repuesto
- Son reutilizables





### Jitomates

- Ayudas a la economía local
- No se gasta mucho combustible para transportarlo
- No tiene empaque y no contamina
- No tiene conservadores



### Jitomates

- Se gasta mucho combustible para transportarlo
- Su empaque es de plástico y contamina
- Tiene conservadores



### Jitomates

- Ayudas a la economía local
- No se gasta mucho combustible para transportarlo
- No tiene empaque y no contamina
- No tiene conservadores



### Jitomates

- Se gasta mucho combustible para transportarlo
- Su empaque es de plástico y contamina
- Tiene conservadores





### Medio de transporte

- Ayuda a ejercitarse
- No utiliza combustible, no contamina
- Ayuda a la salud
- Necesita poco mantenimiento
- No es costosa



### Medio de transporte

- No ayuda a ejercitarse
- Utiliza combustible y contamina
- Necesita mucho mantenimiento
- Es más costoso que el transporte público
- Sus partes no son reciclables



### Medio de transporte

- Ayuda a ejercitarse
- No utiliza combustible, no contamina
- Ayuda a la salud
- Necesita poco mantenimiento
- No es costosa



### Medio de transporte

- No ayuda a ejercitarse
- Utiliza combustible y contamina
- Necesita mucho mantenimiento
- Es más costoso que el transporte público
- Sus partes no son reciclables



## 7. Nuestra familia se protege

### OBJETIVO:

Sensibilizar a madres y padres de familia sobre la importancia de proteger a sus hijos de los riesgos del internet y el mundo virtual por medio del juego “Nuestra familia se protege”

### Aprendizaje significativo.

Los y las participantes reconocen los e-derecho y utilizan responsablemente el internet y previenen: el ciberacoso, seguridad cibernética, manejo de la privacidad, tiempo en el que los niños, niñas y adolescentes pasan en el uso de las TIC.

### DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:

#### MATERIALES: Paliacates

1. Explica que en Internet y en redes sociales se corre el riesgo que existan personas que estén interesadas en robar la información de menores de edad. A través del juego, reflexionaremos sobre la importancia de cuidar la información personal de niñas y niños.
2. Forma equipos de seis personas y pídeles que 5 personas se tomen de las manos formando un círculo. Ellas representan una familia.
3. Una de las personas de cada familia, jugará el rol de hijo o hija que navega en internet y es susceptible de ser engañado para robar sus datos y los de su familia; o de ser abordado por un adulto.
4. La persona con el rol de hijo o hija se colocará un paliacate en la espalda, a la altura de la cintura. El paliacate no debe estar atado, solo metido entre la ropa y dejando la mitad expuesta. El paliacate representa toda la información personal que tiene la niña o el niño sobre sí mismo y su familia, la cual debe ser protegida.
5. La sexta persona en cada equipo (fuera del círculo), jugará el rol de un adulto que intenta robar la información. Tratará de quitar el paliacate de la espalda de la hija o hijo.
6. Las personas con el rol de familia, sin soltarse de las manos, girarán a la izquierda, derecha o se desplazarán para proteger a su hija o hijo y evitar que le quiten el paliacate.
7. Cambien de roles en algún momento para que los y las participantes experimenten diversas posibilidades.

### PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

- ¿Sabías que tus padres tienen el derecho y la responsabilidad de orientarte para tener un uso responsable del internet?
- ¿Has platicado con tus padres sobre tu actividad en internet?
- ¿Alguna vez has encontrado en internet información o imágenes que te inquieten? ¿Cómo podrías hacer equipo con tus padres para pedirles que te orienten al respecto?
- ¿Sabes qué es el modo de “Control Parental” y para qué se usa?



## 8. Honestidad mundial

### OBJETIVO:

Promover que las niñas, niños y jóvenes, practiquen el valor del Juego limpio al participar en la actividad respetando las reglas y construyendo un ambiente de convivencia igualitario y justo para todos.

### Aprendizaje significativo.

Los y las participantes identifican las posibilidades que tiene él o ella y su familia para colaborar en la construcción de una sociedad más justa.

### DESARROLLO/INSTRUCCIONES DEL JUEGO:

#### MATERIALES: 1 Gis

1. Los y las participantes vivirán dos experiencias de juego, en el primer momento se realizará el clásico juego “STOP”, donde la frase que guía el juego es “Declaró la guerra a mi peor enemigo que es...”, y en el segundo momento, la frase será “Declaro la paz y el juego limpio a mi mejor amigo que es...”, en éste último, se promoverá que el contacto entre los compañeros sea afectuoso, destacando la importancia de respetar las reglas y se diviertan en un espacio de armonía y convivencia construido por todos los participantes.

#### Primer momento

- 1.- Delimita un espacio amplio destinado a la actividad.
- 2.- Con el gis, dibuja cuatro círculos a una distancia considerable de acuerdo a la proporción del área de juego. En esos círculos escribe la palabra “ALTO” y dibuja un círculo más alrededor de cada uno de éstos, con 6 u 8 separaciones aproximadamente.
- 3.- Forma cuatro equipos mixtos de 6 u 8 personas. Si tu grupo es extenso y cuentan con un espacio amplio para el juego, puedes dibujar más de 4 círculos.
- 4.- Explica las reglas del juego:
  - a) Al interior de los equipos, cada miembro escogerá un país al que representará, y lo anotará con gis en su espacio.
  - b) Cada equipo jugará en un círculo de “ALTO” y decidirá cuál de sus jugadores dará inicio al juego con la frase: “Declaro la guerra a mi peor enemigo que es...” nombrando el país que representa un compañero; por ejemplo: “Declaró la guerra a mi peor enemigo que es Australia”.
  - c) En cada equipo deberán poner un pie en las divisiones que corresponden al país seleccionado, y cada que una persona inicia el juego diciendo la frase, todos los equipos salen corriendo sin soltarse, menos al equipo que escogieron; este equipo debe acercarse al centro del círculo gritando “ALTO”. En este momento el resto de los equipos deben quedarse congelados en el lugar en dónde estén.
  - d) El o la participante del centro escoge alguno de sus amigos para tratar de adivinar el número de pasos que los separa para ir a “declararle la guerra”, si adivina le dará una X al amigo que le acertó la distancia y si no adivina el amigo del centro él se pone una X.

## Segundo momento

- 1.- Delimita un espacio amplio destinado a la actividad.
- 2.- Utiliza los mismos círculos para jugar.
- 3.- Pueden continuar trabajando en los mismos equipos.
- 4.- Comparte con los y las participantes que ahora haremos ajustes a las reglas del juego. “Declarar la guerra” a un país en un juego que puede ser divertido y no se lastima a nadie, pero en la realidad la violencia puede traer mucho sufrimiento a las personas, siendo la corrupción una de las causas que generan conflictos.

### 5.- Explica las reglas del juego:

a) Ahora haremos una pequeña modificación al juego, en esta segunda parte la frase será “Declaro la paz y el juego limpio a mi mejor amigo que es...” con el objetivo de promover un espacio de armonía y respeto a las reglas, en el que todos practicamos la honestidad y el juego limpio, como herramientas importantes para combatir la corrupción en el mundo.

b) Cada equipo jugará en un círculo de “ALTO” y decidirá cuál de sus jugadores dará inicio al juego con la frase: “Declaro la paz y el juego limpio a mi mejor amigo que es” nombrando el país que representa un compañero; por ejemplo: “Declaro la paz y el juego limpio a mi mejor amigo que es Australia”

c) Cada equipo deberá tomarse de las manos y un representante deberá poner un pie en las divisiones que corresponden al país seleccionado, y cada que una persona inicia el juego diciendo la frase, todos los equipos salen corriendo sin soltarse, menos al equipo que escogieron; éste equipo debe acercarse al centro del círculo gritando “ALTO”. En este momento el resto de los equipos deben quedarse congelados en el lugar en dónde estén.

d) El equipo del centro debe escoger a un equipo al que le declararán el juego limpio y calcular con cuántos pasos pueden llegar hasta ellos. Los pasos pueden ser pasos grandes, como de elefante, pasos chicos como de hormiga, o inventar algún otro paso divertido.

e) Si el cálculo fue exacto, los equipos deben darse un abrazo fraternal porque se declararon la paz y el juego limpio, ahora ambos equipos formarán un continente de honestidad y juego limpio y deben acordar cuál será su nuevo nombre (México + Australia= ¡Mextraulia!).

f) El juego continúa cuando el equipo que formó el nuevo continente, diga la frase: “Declaro la paz y el juego limpio a mi mejor amigo que es...”

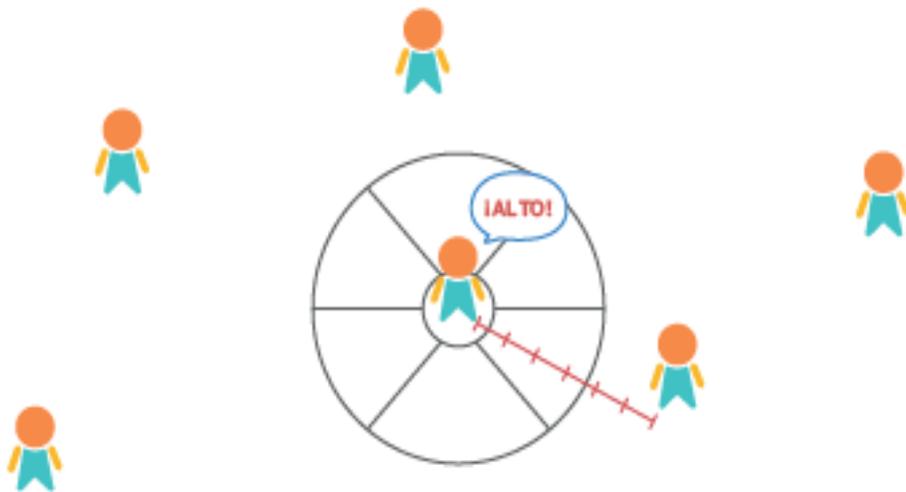
## PREGUNTAS DE REFLEXIÓN:

- ¿Es diferente decir: “Declaró la guerra a mi peor enemigo” a “Declaro la paz y el juego limpio a mi mejor amigo”? ¿por qué?
- ¿La corrupción y las acciones donde se hace trampa pueden afectar nuestra convivencia?, ¿cómo?
- ¿Cómo sería un lugar en el que todas las personas jugaran limpio? ¿Sería un mejor lugar para vivir?
- Si no eres una persona honesta ¿alguien más puede salir perjudicado?, ¿cómo?

1



2



## 9. Tips para elaborar juegos

El aprendizaje significativo es aquel que provoca cambios cognitivos estables y duraderos en el tiempo, que permiten a la persona dotar de sentido y significado, individual y social, a los nuevos conocimientos adquiridos. A continuación se enuncian varios tips que resultan de utilidad para detonarlo a través del juego con actividad física:

1. Haz una exploración sobre los conocimientos y experiencias previas del aprendiz en relación a los aprendizajes que se quieren generar; esto es indispensable para determinar el nivel de complejidad de los contenidos y actividades que implementes para detonar el aprendizaje significativo, que solo es posible si el contenido y experiencias a través de los que se busca detonar son potencialmente relacionados con la estructura de conocimiento de quien aprende.
2. Reta al aprendiz y hazlo salir de su zona de confort. Determina un objetivo de aprendizaje con un nivel de complejidad apropiado a partir de la exploración de conocimientos previos que realizaste; este nivel de complejidad debe implicar reto y ser alcanzable a la vez.
3. Define un objetivo claro de aprendizaje, que permita la conexión gradual de unos aprendizajes con otros, generando enlaces conceptuales, de forma que no se trate por tanto de conceptos, conocimientos y prácticas aisladas entre sí. La claridad en la meta de aprendizaje activa la motivación para aprender (De Miguel, 2015).
4. Promueve la apertura del aprendiz hacia el aprendizaje. El contacto con las personas que aprenderán debe facilitar su apertura, para ello promover emociones positivas como la sorpresa, la alegría y el interés es una apuesta segura. El simple hecho de encontrarse con algo que no es habitual en sus clases, con colores vivos que despiertan el entusiasmo, y generar una expectativa sorpresa futura, ya hace que se despierte su interés y con ello una mayor apertura. Las actividades rompehielo permiten crear un clima de apertura y generar emociones positivas que facilitan el aprendizaje. Constituyen una técnica dirigida a centrar al grupo en la tarea de aprender, cohesionar y facilitar el aprendizaje favoreciendo la creatividad, desinhibición y espontaneidad (De Miguel, 2015).
5. Promueve el cuestionamiento y la reflexión lanzando preguntas que pongan a prueba las propias teorías y conocimientos de quien aprende, fomentando el espíritu crítico, para evitar el aprendizaje automático o asimilación de conocimientos, y abrir paso a la duda para generar debate y creación de nuevo conocimiento.
6. Maneja una diversidad y variabilidad de estímulos. Utilizar colores, diferentes formatos de presentación, cambiar los tonos y ritmos de la voz, mover a los participantes, utilizar música, imágenes, videos, historias, construcción de figuras, etcétera (De Miguel, 2015).

7. Usa estrategias como el rol playing o la escenificación guiada permitiendo que quienes participan activamente se observen y realicen un auto feedback individual y grupal para elevar su nivel de consciencia. Al hacer escenificaciones y ver cómo actúan otros, se exploran nuevas opciones de comportamiento y se pueden realizar comparaciones y evaluaciones con el propio comportamiento, que dan lugar a la incorporación de mejoras, el reforzamiento de estrategias exitosas o la desactivación de conductas poco efectivas (De Miguel, 2015).
8. Da un papel activo y protagónico a quien aprende. Cada uno es dueño y responsable de su propio aprendizaje, y para ello la experiencia es necesaria. Procura que quien aprende esté activo durante todo el proceso. Que busque, investigue, experimente, explore, compruebe y se equivoque (De Miguel, 2015).
9. Utiliza juegos que impliquen la simulación de situaciones reales. La simulación puede mejorar los resultados porque se logran enlaces más significativos con el propio conocimiento y experiencias (Whitebread et al., 2017, p. 34). El que sean simulaciones que reflejen el contexto de quien aprende da mayor efectividad al aprendizaje.
10. Utiliza la lectura dialógica, de forma que al leer una historia hagas preguntas a quien aprende para alentar a relacionar la historia con su conocimiento actual. Puedes pedir a la o el aprendiz que piense qué puede estar sintiendo un personaje o destacar cómo un elemento de la historia se parece a algo en su vida. De este modo, puedes ayudar a quien aprende a formar un andamiaje para hacer conexiones entre la nueva información y la que ya conocen y darle mayor significado a esta nueva información, para apoyar el aprendizaje. (...) [Una] investigación hecha en museos para niños, sugiere que enseñar a los cuidadores a hacer preguntas tales como “por qué” ayuda a los niños a aprender más de sus experiencias (Benjamin et al., 2010) (Zosh et al., 2018, p.6).

Desarrollar un juego puede ser un gran reto, a continuación te compartimos algunos tips que te ayudarán a elaborar tus propios juegos.

1. Identifica quién será el público; niños, niñas, adolescentes, jóvenes adultos, adultos, adultos mayores, entre otros.
2. Observa las características de la población, guíate con las siguientes preguntas

## Piensa...

### ¿Quién será mi público?



¿Qué hacen?	
¿Qué les gusta?	
¿Qué no les gusta?	
¿Cómo son?	
¿Cómo era yo a su edad?	
¿Cómo ven a los adultos?	
¿Qué pueden hacer?	

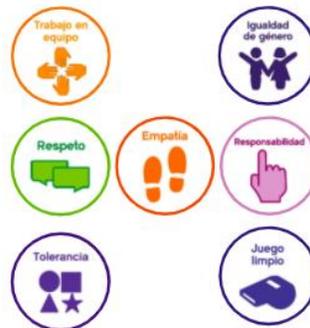
3. Selecciona el tema del juego.

### Seleccionar un tema

Área de desarrollo: física y ...

- Habilidades motoras
- Habilidades socioemocionales
- Capacidades físicas
- Creatividad
- Desarrollo cognitivo

Valores



ODS



Ejemplo de temáticas Educación para Compartir (2020)

MAPEO DE CONTENIDOS			
PÚBLICO OBJETIVO	ÁREA DE DESARROLLO	VALORES	ODS/TEMÁTICA

4. Define el objetivo del juego; guíate con la pregunta

## Definir un objetivo

¿Qué espero que aprendan?

<div style="background-color: #0070C0; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; width: 180px; margin: 0 auto;">                 ¿Qué queremos lograr?             </div>		<div style="background-color: #FF8C00; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; width: 180px; margin: 0 auto;">                 ¿Cómo lo queremos lograr?             </div>		<div style="background-color: #32CD32; color: white; padding: 10px; border-radius: 15px; width: 180px; margin: 0 auto;">                 ¿Para qué lo queremos lograr?             </div>
<div style="border: 2px solid #0070C0; border-radius: 25px; height: 200px; width: 180px; margin: 0 auto;"></div>		<div style="border: 2px solid #FF8C00; border-radius: 25px; height: 200px; width: 180px; margin: 0 auto;"></div>		<div style="border: 2px solid #32CD32; border-radius: 25px; height: 200px; width: 180px; margin: 0 auto;"></div>

5. Haz una lluvia de ideas con los juegos que conozcas, selecciona el que más se ajuste a tu tema y dale un significado. ¡También puedes inventar un juego!

## Diseñar el juego



## MAPEO DE JUEGOS

Juego	Descripción	Meta	Adaptación

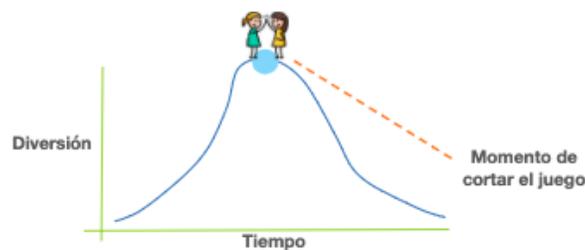
6. Elabora una lista de los materiales que utilizarás y averigua en dónde los puedes conseguir.

**Materiales** ----- ¿Qué materiales voy a usar? ¿Puedo conseguirlos?

¿Con cuánto tiempo cuento?

**Tiempo** -----

- Considera organizar a las niñas y niños
- Da las instrucciones en menos de dos minutos
- Tiempo para hacer el juego
- Tiempo para hacer las reflexiones



MATERIALES	TIEMPO

7. Calcula los tiempos de tus actividades, considera los siguientes puntos;

- ¿Con cuánto tiempo cuento?
- Considera organizar a los y las participantes.
- Da las instrucciones en menos de dos minutos.
- En cada juego incluye tiempo para las reflexiones.
- Termina el juego cuando estén en el punto más alto de la diversión.

8. Plantea preguntas de reflexión, considera que los y las participantes obtienen sus propias conclusiones. Guíalos a través de cinco preguntas clave y dales una secuencia entre todas las preguntas. A continuación, se muestran algunos ejemplos de preguntas de reflexión:

## Preguntas de reflexión

Niñas y niños obtienen sus propias conclusiones y hacen propuestas de mejora:

- Piensa en cinco preguntas clave
- Define una secuencia entre todas las preguntas

EJEMPLOS DE PREGUNTAS		
¿Qué hicimos?	¿De qué trató el juego?	¿Qué valor practicamos?
¿En qué se parece lo que hicimos a la realidad?	¿Qué pasa cuando...?	¿Conoces a alguna persona que...?
¿Y esto cómo afecta a las personas?	¿Cómo te sentirías si...?	¿En equipo puedes hacer algo?
¿Qué opinas?	¿Esto puede mejorar? ¿Cómo?	Si esto continúa, ¿cómo será en el futuro?
¿Qué puedes hacer a partir del día de hoy?	¿Qué pasa cuando no hay juego limpio?	¿Las niñas también pueden...?

## Diseña tu propio juego

