

Dirección de Educación Básica  
Departamento de Educación Física Estatal  
Oficina Técnico-pedagógica

# ¿Cómo 10+ el ocio en este receso ?

*Propuesta pedagógica para los días de contingencia*



Marzo de 2020.

**Recopilación: Mtro. Guadalupe Luis Coutiño López.**

**Integrante de la oficina Técnico - pedagógica del Departamento de Educación Física Estatal.**

**Tuxtla Gutiérrez, Chiapas.**

**Marzo de 2020.**

# Índice

**I.-Introducción**

**II.- Decálogo de protección**

**III.-Diez alimentos que debes consumir durante la contingencia.**

**IV.-10 actividades para no aburrirse**

**V.-10 juegos de cartas**

**VI.-10 Juegos con papel periódico**

**VII.-10 juegos para mejorar el pensamiento matemático.**

**VIII.-Sitios de 10 para visitar, jugar y aprender en Casa.**

**IX.-Fuentes de consulta.**

## I.-Introducción

Hoy, estamos viviendo una contingencia ante la presencia de un agente infeccioso de gran escala y magnitud, algo que nos hace cambiar por un periodo nuestros hábitos y nos obliga a protegernos y cuidarnos entre todos, debemos adecuarnos a esta nueva forma de vida de manera responsable y por el tiempo que sea necesario, para lo cual las autoridades del país han anunciado medidas preventivas que tenemos que acatar para estar bien y brindar bienestar a nuestros seres queridos.

Existen medidas claves para la contención de esta epidemia que a veces parecen drásticas, pero que son necesarias, como el no saludarse de beso con alguna persona, no dar la mano, no estar en lugares concurridos. Más sin embargo debemos ser resilientes, para adaptarnos positivamente a las situaciones adversas.

En este escenario y al invitarte a que permanezcas en casa, te proponemos actividades que puedas llevar a cabo para tu diversión y aprendizaje.

Estas acciones tienen un sentido educativo motriz y buscan como principal propósito desarrollar la competencia motriz, el intelecto y el cuidado de la salud.

### **¿Qué es un plan contingencia?**

Es un conjunto de acciones y estrategias alternativas a lo que normalmente se realiza, para poder seguir funcionando de manera que no altere el curso de las acciones planeadas. En este caso por prevención los alumnos de todas las escuelas del país han sido enviados a sus hogares. Mas sin embargo se están implementando actividades como la presente para que al estar en casa sigan aprendiendo y estudiando.

### **¿Qué es una epidemia?**

Es una enfermedad que ataca a un gran número de personas o de animales en un mismo lugar y durante un mismo periodo de tiempo. Es un daño o desgracia que afecta a gran número de una población y que causa un perjuicio grave.

### **¿Qué es una pandemia?**

Enfermedad epidémica que se extiende a muchos países o que ataca a casi todos los individuos de una localidad o región.

### **¿Qué es la resiliencia?**

Es la capacidad para afrontar la adversidad, se considera que las personas más resilientes tienen mayor equilibrio emocional frente a las situaciones de estrés, soportando mejor la presión.

Ser una persona resiliente es la capacidad que tiene una persona o un grupo para recuperarse, frente a la adversidad, para seguir proyectando el futuro. En ocasiones las circunstancias difíciles o los traumas permiten desarrollar recursos que se encontraban latentes y que el individuo desconocía hasta el momento.

## **II.- Decálogo de protección**

1.-Tu salud es lo primero, debes cuidarte, obedeciendo lo que tus padres te digan.

2.-Es de vital importancia que te asees las manos debidamente, frotándote desde las muñecas, nudillos y entre dedos con jabón y agua o con gel antibacterial.

3.-Este es un periodo para resguardarse en casa, para no enfermarnos, no pidas salir, mantente en casa.

4.-Saluda con afecto a las personas pero no de manos ni de beso, esto no hace que no sientas cariño por ellas, simplemente es prevención.

5.-Debes estar al tanto de las noticias, debes saber qué es lo que está pasando en el mundo.

6.-Si te sientes con fiebre, dolor de cabeza y empiezas a toser avisa rápidamente a tus padres.

7.-Si por una urgencia tienes que salir fuera de casa usa un cubre bocas y trata de no tocar metales, cristales, madera u objetos en la calle. Mantén la sana distancia.

8.-Aséate correctamente báñate y lava la ropa que usaste al salir a la calle.

9.-Está al tanto de las personas mayores, ellas son vulnerables cualquier rareza avisa a tus padres.

10.-informate y anota los números de emergencia en algún lugar que recuerdes, no dudes en llamar si alguien de tu familia se siente mal.

### III.-10 alimentos que debes consumir durante la contingencia.

Alimentos que estimulan el sistema inmunitario :En el contexto en el que vivimos actualmente, resulta fundamental reforzar el **sistema inmunológico**, ya que el COVID-19 se ha extendido y ha afectado a un gran número de personas, según informa la Organización Panamericana de la Salud (OPS).Ante esto es importante además de seguir **las medidas de prevención e higiene**, que te alimentes bien para conservar un buen estado de salud. Por lo cual, aquí te traemos algunos alimentos antioxidantes que puedes consumir para mantener tu sistema inmunológico fuerte y listo

para la batalla.



**1.--FRUTAS CÍTRICAS:** Las cuales tienen un alto contenido en vitamina C que ayudan a la producción de glóbulos blancos, ayudan a la prevención de infecciones respiratorias ejemplos de ellos son. Naranja, mandarina, limón, lima, los kiwis.



**2.-ALIMENTOS FERMENTADOS:** Casi el 70% del sistema inmunológico depende de la flora intestinal. alimentos como el yogurth natural hecho en casa con lactobacilos es lo mejor.



**3.-VEGETALES CRUCÍFEROS:** Su nombre puede sonar algo raro, pero son una familia de vegetales que incluye el brócoli, coliflor, la col, el repollo. Protegen contra elementos patógenos y contaminantes .



**4.-VERDURAS LOCALES ORGÁNICAS Y CRUDAS:** Las verduras son las mejores aliadas para reforzar las defensas, para aprovechar al máximo sus propiedades hay que procurar que sean frescas, orgánicas y sin procesar ni cocinar.



**5.-FRUTOS ROJOS Y CÍTRICOS:** Son los mejores antioxidantes del mundo vegetal, además de llevar menos azúcar que muchas frutas, los cítricos son una estupenda fuente de vitamina C ideal para prevenir los resfriados.



**6.-PROPÓLEO Y POLEN DE ABEJA:** Si las abejas tenían razón , además de la miel y la jalea, las abejas producen otras dos sustancias muy recomendables, el propóleo un potente antimicrobiano y el polen de abeja un gran revitalizante.



**7.-COCO Y ACEITE DE COCO:**El aceite de coco es rico en ácido láurico, que se convierte en monolaurina en el cuerpo; que es el compuesto que contiene la leche materna y que sirve para fortalecer la inmunidad del cuerpo.



**9.-EL AJO :**El humilde y cotidiano ajo es antibacteriano, antiviral, fungicida, anticancerígeno y reduce el colesterol, se recomienda consumirlo fresco.



**10.-TÉ VERDE:** Cuando se trata de antioxidantes , nada supera el poder del té verde, incluyen hasta 17 veces mas antioxidantes que los frutos rojos.

# 10 Actividades para no aburrirse



## ACTIVIDAD 1

**Nombre:** Encuentra la palabra

### Materiales

4 cajas de cartón provistas de una carpeta con hojas blancas y lápices. Cada caja tendrá una letra distinta para saber que corresponde a cada participante o equipo según cuantos sean (A, B, C, D). Estas estarán alejadas entre sí.

Reloj de arena o cronómetro.

**DESARROLLO:** Cuando se marque el inicio del juego, cada grupo se dirige a su respectiva caja. Una vez allí, se dice la primera categoría y se pone el reloj en movimiento, lo que cada equipo o participante deberá aprovechar para escribir la mayor cantidad de elementos de la categoría que se nombró.

El coordinador abarca todas las categorías y puede repetir alguna otra él es el que decide a qué horas termina el juego, pero lo anunciará anticipadamente. Las categorías pueden cambiarse de común acuerdo. O cada equipo en cada estación hacer distintas categorías e ir cambiando a cada una de las estaciones.

Gana quien sume mayor cantidad correctas de palabras de cada categoría.

### CATEGORÍAS Y EJEMPLO DE ORGANIZACIÓN

ANIMALES	NOMBRES DE PERSONAS	NOMBRES DE CIUDADES DE MÉXICO	NOMBRES DE PAISES	NOMBRES DE FRUTAS	MARCAS DE AUTOS

## **Actividad 2**

**Nombre:** Piso donde poso.

**Materiales:** 8 pares de plantillas de pies (una roja y otra azul). que tendrás que elaborar dibujando los pies de algún compañero o los tuyos.

Señalización de los puntos de salida y llegada, con conos, botellas vacías o telas, bolas de periódico etc.

Reloj o cronómetro

**Objetivo:** Conseguir recorrer con las plantillas la mayor distancia posible en el menor tiempo posible, ya sea de forma individual o por parejas, o en pequeños equipos.

**Desarrollo:** Se busca que quien este en el turno de participación avance a la meta establecida poniendo y pisando la plantilla de un color y colocar adelante la otra plantilla y sin tocar ni pisar otro lugar vaya avanzando de este modo, si toca con otra parte del cuerpo la superficie, algún mueble o cualquier material iniciará de nuevo el recorrido. Triunfa el que haga el recorrido en el menor tiempo posible.

Si es por equipos será por turnos y se deberán poner de acuerdo en el recorrido, para los turnos de participación.

### **Actividad 3**

**Nombre:** Polo casero

**Materiales:** Palos de escobas o bastones.

Muchas pelotas de papel periódico o tela de diferentes tamaños y envueltos con cinta canela para que no se destruyan fácilmente. Tapas de garrafones o de botellas. Cajas de cartón

**Objetivo:** Conseguir trasladar el mayor número de pelotas y meterlas en la caja de cartón correspondiente.

**Desarrollo:** Puede jugarse individualmente o en pequeños equipos, si es de la primera forma se trata de partir de una meta y conducir con el palo de escoba un material hasta meterlo en la caja de cartón que le corresponda.

Esto puede hacerse con un solo objeto o pueden ser varios objetos, pero la condición sería que solo se podrá trasladar un objeto a la vez y luego regresar por otro, hasta que termine.

Otra forma de participación podrá ser que individualmente traslade un objeto por entre obstáculos en zig-zag hasta la caja, meter el objeto y regresar a la base corriendo.

Si es en equipos se realizará con un solo bastón y cada participante deberá esperar su turno en la línea de salida acordada.

Gana quien introduzca en la caja los objetos uno a uno, antes que los otros.

#### **Actividad 4**

**Nombre:** Memoria colectiva

**Materiales:** 1 juego de cartas de memorama, 2 mesas, lápiz y hojas blancas, un cronómetro o reloj de arena, una sábana o toalla que ocultará las tarjetas acomodadas.

**Objetivo:** Conseguir recordar entre todo el grupo, el mayor número de los dibujos que se hayan visto y anotarlos.

**Distribución:** 2 mesas una con las tarjetas cubiertas con la toalla o sábana, otra mesa retirada enfrente a ella y los competidores, retirados de las mesas.

**Desarrollo:** cuando se marque el inicio del juego el coordinador levantará la sábana o toalla y el jugador o pequeño equipo que le toque el turno tendrá un minuto para ver las imágenes y luego irá a su lugar a anotarlas en 20 segundos más.

El equipo siguiente hará lo mismo. Gana quien tenga más aciertos, cada turno se podrán cambiar las tarjetas, por lo que al término de cada participación deberá hacerse la revisión de los aciertos.

Se recomienda no utilizar el total de tarjetas al principio para ir progresivamente aumentando la dificultad al juego y se vuelva más atractivo.

## Actividad 5

**Nombre:** La palabra secreta

**Materiales:** Hojas de reciclado, lápices de colores o plumones para colorear.

**Objetivo:** Se trata de acertar adivinando la palabra secreta utilizando las pistas que se le otorguen.

**Desarrollo:** Si se juega de manera individual cada jugador tendrá una hoja en su poder, se acordará de cuantas letras será la palabra secreta y cada uno dibujará un dibujo para cada letra de la palabra que se adivinará. La primera letra de cada dibujo será la primera letra de la palabra a adivinar, el que da las pistas tiene la obligación de indicar cuál es el primer dibujo acomodando un número consecutivo en los dibujos, al final de la página se da un ejemplo. La palabra secreta se acomodará en los espacios que estará debajo de los dibujos. Gana quien grite primero la palabra secreta correcta.

1



Corazón

2 ojo



5 rayo

3 luna



4 ojo



C	O	L	O	R
---	---	---	---	---

## **Actividad 6**

**Nombre: Cuenteando ando...**

**Materiales:** 60 cartas 30 con dibujos de animalitos, personas, y cosas que podrían participar en algún cuento y 30 con los nombres de estas mismas.

2 cajas de cartón, una para los dibujos y la otra para los nombres de los mismos.

**Objetivo:** Encontrar el nombre de la tarjeta del dibujo y cuando se tenga el total de ellas inventar un cuento. Donde participen cada una de las tarjetas, pudiendo hacer un ordenamiento de sucesos y contarlos a los presentes.

**Desarrollo:** Se juega por parejas o en equipos de más integrantes, la primera parte del reto consiste en encontrar uno por uno los dibujos escritos anticipadamente por el coordinador en una hoja que estará el nombre del dibujo, para esto se tendrán que turnar los integrantes de los equipos para pasar a buscar primeramente el dibujo, y luego buscar en la otra caja el nombre de lo encomendado. Esta parte se gana cuando un equipo termine antes que el otro de encontrar sus cartas, dándosele 30 puntos

La segunda parte se ganará utilizando la imaginación, creatividad, expresión, animación para realizar el mejor cuento dándosele 70 puntos. Al final se suman las 2 partes y gana el que más puntos haya obtenido.

## **Actividad 7**

**Nombre:** Encuentra la frase.

**Objetivo:** Escribir palabras en el menor tiempo posible, así como formar frase con las mismas.

**Materiales:** Hojas de reciclado, lápices o lapiceros, mesas o pupitres.

**Desarrollo:** Se juega individualmente la indicación del coordinador será que a la señal y en un tiempo de 1 minuto cada participante deberá escribir una palabra con cada letra del abecedario, al terminar en el tiempo menos posible escribirán una frase que conste al menos de 5 palabras con sentido, para cada palabra del abecedario que escribieron esto lo realizarán durante 1 minuto. Gana quien logre mayor cantidad de frases, que tengan sentido y coherencia.

Ejemplo: si con la letra A un participante escribió **antílope**.

La frase de 5 palabras podría ser:

El **antílope** huye velozmente en la llanura.

## **Actividad 8**

### **Nombre: Comienza por el final**

**Objetivo:** Mejorar el lenguaje oral y escrito, se pretende ir mencionando palabras aprovechando la primera.

#### **DESARROLLO:**

Esta actividad puede realizarse con un solo niño o en grupo. Comienza un jugador cualquiera diciendo una palabra, el niño que le sigue debe decir otra palabra que tenga como primera letra la última de la palabra anteriormente dicha, y así sucesivamente.

#### **Ejemplo:**

Para niños más grandes (6 años en adelante) se pide que la primera sílaba de una palabra coincida con la última sílaba de la palabra pronunciada anteriormente Mamá - Mano - Nota Tacho - Choza

Paloma - Amor - Ratón - Nota - América

**-RECOMENDACION** Se pueden hacer ensayos con los niños. En este nivel el juego pretende que los niños reconozcan el sonido de las letras. Por ello se recomienda prescindir de la exigencia en la pronunciación y ortografía.

Ejemplo: Ratón - Nariz – Sol

## **Actividad 9**

### **Nombre: Continúa el cuento tú...**

**Objetivo:** Desarrollar el lenguaje y la comunicación, la expresión, la creatividad e imaginación al crear historias y seguir el hilo de un relato.

### **Desarrollo:**

1.- Los niños se sientan en círculo. El animador les pide estar atentos a la historia que él va a contar, porque cuando el quede callado continuará el compañero de la derecha.

2.-Requisitos: Que la historia sea la misma (si es un cuento de piratas no debe ser cambiado a cuento de hadas o a otra historia que no tenga que ver).

3.-Este juego privilegia el escucharse y estar atentos.

Para finalizar, se puede pedir a los niños que hagan un dibujo del cuento. ¿Qué fue lo que más te gustó de esta historia?

Que conserven los personajes; pueden agregar nuevos, pero conservando al protagonista.

El tiempo debe alcanzar para que todos aporten una parte a la historia.

## Actividad 10

**Nombre:** Veo, veo...

**Objetivo:** Desarrollar la imaginación y creatividad, así como el lenguaje y la comunicación.

**Materiales:** Tubos de cartón (del papel higiénico),

Pañuelos de tela preferencia blanco

Papel periódico cortado y retorcido de diferentes formas y del tamaño que quepan y tengan movimiento en el interior del tubo de cartón.

Lámpara de mano.

Cuarto oscuro o de preferencia jugarse en la noche.

**Desarrollo:** Se ponen muchos pedazos del papel retorcido de diferentes formas en el interior del tubo, el tubo se cubre con el pañuelo de manera que el papel no caiga, pero también de que con la 4 puntas podamos agarrarlo y agitar el tubo, también se tiene cuidado de que el pañuelo no sea tan grueso para que podamos ver a través de una de los lados del tubo y sea como un telescopio donde podamos ver las cosas más increíbles que nos imaginemos.

Cada participante agitará su "telescopio" y describirá lo que ve, y con cuidado podrá compartir con los demás lo que logró formar. gana quien tenga más creatividad e imaginación



# 10 Juegos con cartas



## **Juego 1.-**

**Nombre:** Rummy

**Objetivo:** Ser el primero en acomodar las cartas en la mesa.

**Materiales:** 8 juegos de cartas del 1 al 10 en total serían 80 cartas.

20 rojas

20 amarillas

20 azules

20 negras

Se formarán por cada color 2 juegos de cartas del 1 al 10.

**Desarrollo:** Para 3 y 4 jugadores se reparten 5 cartas a cada uno. Tras repartir, se situará una carta boca arriba. El resto se dejará en el mazo boca abajo para robar.

Al principio de la partida se decide por sorteo automático el jugador que es mano, es decir, el que empieza a jugar. En la siguiente ronda (si la hay) empezaría el jugador situado a la izquierda del actual.

Si se está jugando en modo exprés o si todos los jugadores se pasan del límite de puntos a la vez, gana el jugador que menos puntos tiene. En caso de empate, gana el jugador que ha cerrado, o en última instancia, el que vaya de mano.

## **Desarrollo del juego**

Al empezar su turno, cada jugador debe robar del mazo o de la pila de descartes. Tras ello, puede colocar sus jugadas sobre la mesa (corridas o escaleras ej., 1,2,3,4 o tercias 3 ó 4 cartas iguales). Para terminar su turno, el jugador debe descartar obligatoriamente una carta de su mano y depositarla boca arriba pasando el turno al jugador de su izquierda (sentido horario).

Si se terminan las cartas del mazo, se baraja y se crea un nuevo mazo. Cada jugador en su turno podrá tomar una carta del mazo, bajar cartas a la mesa o cambiar la carta nueva por una de sus cartas para ir haciendo su jugada.

## **Rummy**

Un jugador hace **Rummy** si coloca todas sus cartas sobre la mesa en un sólo turno. Esta jugada gana la partida al resto de jugadores.

## **Partida cerrada**

Cuando no existe la posibilidad de hacer combinaciones o añadir cartas, la partida se dará por cerrada. Cada jugador sumará los puntos correspondientes que tenga en ese momento a su favor.

Si alguien gana los puntos que les sobran a cada jugador se le dará al ganador. Gana el torneo quien llegue a 100 puntos.

## **Juego 2.**

**Nombre:** Dígalo con mímica.

**Objetivo:** Poder comunicarse sin hablar, sólo haciendo mímicas y gestos con sus manos y cuerpos. Poder comprender lo que el otro compañero quiere expresar.

**Materiales:** Tarjetas en blanco, lapiceros.

**Desarrollo:** El juego de Dígalo con mímica es muy fácil y divertido de jugar. Para comenzar los niños deben dividirse en dos grupos que deberán turnarse a lo largo del juego para hacer las mímicas y representaciones para que sus compañeros logren adivinar la palabra o frase que están intentado comunicar.

Escribe palabras o frases en papelitos y ponlos en una gorra o caja pequeña. En los papelitos puedes escribir:

Títulos de canciones o películas.

Animales, deportes, dibujitos animados o personas famosas.

Verbos o acciones, profesiones.

La dificultad de las palabras o frases elegidas para el juego dependerá de la edad de los niños. Gana quien adivine más palabras

### **Juego 3.**

**Nombre del juego:** Quita y Pon

**Objetivo:** Desarrollar el pensamiento estratégico y el pensamiento matemático, además de practicar operaciones básicas como suma y resta.

**Materiales:** Las mismas cartas utilizadas en el rummy podrían servir. De no ser así podríamos aumentar cada juego de cartas del 1 al 15.

Un dado con los signos de más y menos.

Hojas y lápices para realizar operaciones y anotaciones de quien va ganando.

**Desarrollo:** Cada jugador tomará 5 cartas que saldrán del mazo, el organizador dará a cada participante una carta del mazo sin ver (le llamaremos carta oculta), que será utilizada al tirar el dado. Si el dado cae en suma el jugador podrá poner su carta más alta que tenga en mano al lado de la carta que le dieron y que todos voltearán al mismo tiempo para cotejar quien obtuvo la suma más alta. Gana quien tenga el resultado más alto. Para la resta será lo mismo solo que la carta oculta se resta a la que escoja el jugador. Se puede jugar también ahora la carta oculta estará destapada y la de los jugadores estarán tapadas y cada jugador después de tirar el dado escogerá una de las que le corresponde y la volteará para saber el resultado.

#### **Juego 4.**

**Nombre:** Scrabble con cartas.

**Objetivo:** Formar palabras que coincidan con otras ya formadas, se estimula el desarrollo del lenguaje y la comunicación y el conocimiento de palabras y conceptos.

**Materiales:** 98 cartas para el juego, las cuales te proporcionamos para que las puedas elaborar.

**Desarrollo:** Se empieza por rifar quién jugará primero. El jugador que saque la letra más cercana a la A, comenzará el juego. Entonces se le reparten 7 barajas a cada jugador, (pueden jugar de 2 a 4 personas). El objetivo del juego es tratar de formar una palabra con las letras de las cartas. Pero tienes que agregarla a otra palabra que habrá sido formada, sin dañar la anterior. Todas las que se formen tienen que tener sentido. La puntuación se logra sumando los valores de las cartas. Al jugar, puedes formar 2 palabras al mismo tiempo, porque puedes cambiar la anterior y formar la tuya. Entonces se te sumarán los valores de las dos jugadas. Siempre hay que tener 7 cartas en tu juego, si usas 4 cartas en una jugada, pide 4 cartas más. A mayor número de cartas que juegues, mayor puntuación. Si logras formar una palabra con las 7 cartas en una sola jugada, se te sumarán 50 puntos adicionales. El jugador que acumule mayor cantidad de puntos será el ganador. El jugador que empieza la partida, duplicará automáticamente el valor de su jugada. Hay cartas especiales, las de doble tanto de palabra, y la de triple tanto de palabra. Sirven para duplicar o triplicar el valor de tu jugada. Esas también entran en la repartición de las cartas, sólo tienes que agregarla a tu jugada y el valor se te duplicará o triplicará. La otra carta especial es el comodín. Este se usa como una letra, la que necesites, pero no tiene valor. Al sumar el total de la palabra, su valor es cero. Ningún jugador puede usarla como otra letra. Si la usas como una A, será así durante toda la jugada.

La partida termina cuando no haya más jugadas posibles por hacer.

PLANTILLA DE SCRABBLE

A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>
A <sub>1</sub>	A <sub>1</sub>	B <sub>3</sub>	B <sub>3</sub>	C <sub>3</sub>	C <sub>3</sub>	C <sub>3</sub>	C <sub>3</sub>	CH <sub>5</sub>	D <sub>2</sub>
D <sub>2</sub>	D <sub>2</sub>	D <sub>2</sub>	D <sub>2</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>
E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	E <sub>1</sub>	F <sub>4</sub>	G <sub>2</sub>	G <sub>2</sub>	H <sub>4</sub>
H <sub>4</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	I <sub>1</sub>	J <sub>8</sub>	L <sub>1</sub>	L <sub>1</sub>
L <sub>1</sub>	L <sub>1</sub>	LL <sub>8</sub>	M <sub>3</sub>	M <sub>3</sub>	N <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>	N <sub>1</sub>
Ñ <sub>8</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>	O <sub>1</sub>
P <sub>3</sub>	P <sub>3</sub>	Q <sub>5</sub>	R <sub>1</sub>	RR <sub>8</sub>	S <sub>1</sub>				
S <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	S <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	T <sub>1</sub>	U <sub>1</sub>
U <sub>1</sub>	U <sub>1</sub>	U <sub>1</sub>	U <sub>1</sub>	V <sub>4</sub>	X <sub>8</sub>	Y <sub>4</sub>	Z <sub>10</sub>		

## **Juego 5**

**Nombre:** La botella y las cartas

**Objetivo:** Realizar diferentes acciones motrices interpretando códigos.

**Materiales:** una botella de plástico vacía, tarjetas con las acciones a realizar, para mayor dificultad pueden ser solo dibujos de las acciones.

**Desarrollo:** Se gira una botella quien la gire es el que participa. Anticipadamente se pone un círculo de cartas alrededor de los jugadores con diferentes acciones que podrán hacer . Las acciones pueden realizarse con dibujos o describiendo la acción con un texto. Las acciones serán actividades motrices como saltar con 1 pie, saltar una cuerda, reptar como culebrita, rodar como tronco , hacer 5 lagartijas, realizar sentadillas, etc...

## **Juego 6**

**Nombre:** Comodín manda...

**Objetivo:** Realizar actividades motrices y desarrollo del pensamiento estratégico.

**Materiales:** Se necesitan 4 o más juegos de cartas dependiendo de cuantos quieran jugar, cada uno con 10 cartas y un comodín.

**Desarrollo:** Cada jugador revuelve un juego de cartas que dará al compañero de la derecha. Inicia el juego el jugador que gane adivinando un acertijo, una adivinanza o un juego de manos y seguirá el de la derecha, se tira 1 dado y a la vez sin ver, se saca una de las cartas que cada jugador tiene, la cual tendrá un ejercicio motriz, rápidamente deberán gritar el nombre del ejercicio y hacerlo tantas veces como marque el dado. Al continuar otro jugador se revuelven las cartas de cada uno. Gana y deja de hacer las pruebas quien saque primero el comodín. La variante puede ser que cada jugador le saque una carta al de la derecha.

Los ejercicios pueden deben ser creados y membretados con un nombre que todos sepan.

## Juego 7

**Nombre:** Acrósticos geniales

**Materiales:** Hojas blancas y lápices o lapiceros, prensadores de ropa y unos metros de meca hilo o lazo para hacer un tendedero.

**Objetivo:** Desarrollar el lenguaje y la comunicación, la creatividad e imaginación así como la utilización de adjetivos positivos.

**Desarrollo:** El coordinador de la dinámica dicta a los participantes nombres de personas conocidas sean, tíos, abuelos, papas, maestros, entrenadores etc.

Solicita a todos que coloquen el nombre en forma vertical, en el margen izquierdo de la tarjeta. - Se indica que busquen para tres letras del nombre, tres adjetivos positivos que reflejen una cualidad personal y las escriban en la tarjeta a continuación de la letra elegida (ver ejemplo). Luego se les pide que quien haya terminado corra y lo tienda en el tendedero.

Ejemplo:

A migable  
N  
G enial  
E ntusiasta  
L  
A

Puede hacerse más complicado haciendo el nombre completo, o con personas que no conozcamos y poniendo adjetivos que consideremos de esa persona; para al final describirla como pensamos es.

## **Juego 8**

**Nombre:** Lotería.

**Objetivo:** reconocer actividades de oficios, personas, animales etc...

**Materiales:** cartas de lotería y frijoles.

**Desarrollo:** cada jugador elije una carta de lotería al azar, el gritón comienza el juego exclamando "corre" el mismo extrae cartas del bonche y pronuncia el nombre en alto, si la imagen de la carta está en la tabla del jugador se coloca un objeto encima (frijoles) , gana quien complete en su tabla todas las cartas y grite " lotería".

La variante puede ser cambiar las cartas por otras imágenes, llenar solo una fila o columna del tablero,

## **Juego 9**

### **Nombre: El tendedero**

**Objetivo:** Desarrollar el lenguaje y la comunicación, pensamiento matemático, el pensamiento estratégico, habilidades como la coordinación fina, y la rapidez.

**Materiales:** Las mismas cartas del scrabble (98) con las mismas letras y del otro lado 9 veces se repetirán del 0 al 9 para completar 90 cartas las 8 que sobran se quedan sin marcar.

Pinzas de ropa las suficientes y un lazo o hilo delgado y largo para hacer un tendedero.

**Desarrollo:** El coordinador dirá alguna cifra o número (dependiendo del nivel de nuestros niños) y estos correrán a buscar entre las tarjetas para colgarlo con las pinzas, gana el primero que termine. Lo mismo podrá hacer diciendo una palabra o una frase. Este juego puede ser individual o en pequeños equipos y se pueden combinar frases y números.

## Juego 10

**Nombre:** 5 palabras

**Objetivo:** Desarrollo del pensamiento estratégico, lenguaje y comunicación y la socialización entre pares.

**Materiales:** Las cartas de scrabble pueden servir, sino un alfabeto en tarjetas.

2 dados.

Un cuaderno, hojas de reciclado y lápiz para anotar.

**Desarrollo:** Se define quien arranca la partida, se colocan las cartas en una plantilla así:

1	A	B	C	D	E	F
2	L	K	J	I	H	G
3	LL	M	N	Ñ	O	P
4	V	U	T	S	R	Q
5	W	X	Y	Z	A	B
6	H	G	F	E	D	C
izq. der.	6	5	4	3	2	1

El que inicia tirará los 2 dados al mismo tiempo, el de la mano izquierda será para la fila que le corresponde, el de la derecha para la letra de esa columna, ejemplo.

Si Luisito tira el dado de la mano izquierda  = 4

Y el de la mano derecha,  = 2

A él le corresponde la letra R.

En 30 segundos escribirá la mayor cantidad de palabras con esa letra, en niños más pequeños con el solo pronunciarlas estará bien, si queremos complejizarlo más, además de escribirlas deberá de hacer un párrafo escrito con esas palabras con coherencia.

# **10 JUEGOS CON PAPEL DE PERIÓDICO**

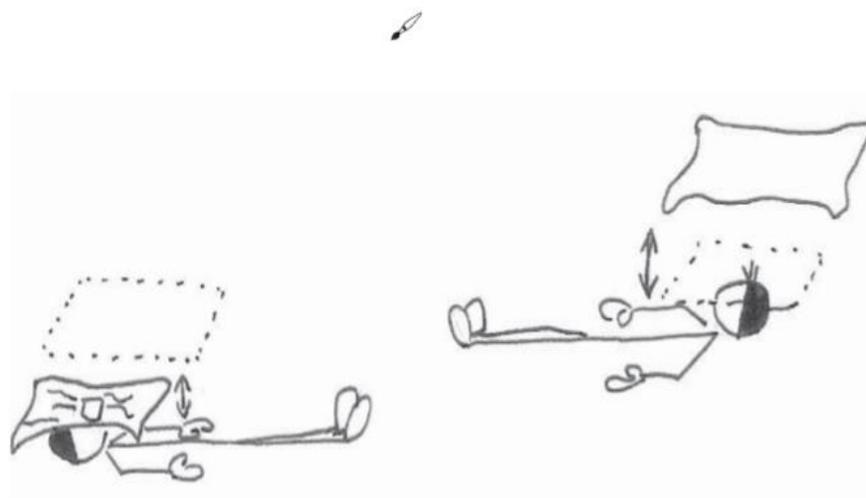
## Juego 1

**Nombre:** "LA BOMBA DE AIRE"

**Materiales:** Papel De Periódico

**Objetivo.** Activar los sistemas de relajación a través de la respiración controlada. Concientizar al alumno sobre las dos fases de la respiración, es decir, inspiración y espiración.

**Desarrollo:** Cada alumno se tumba sobre el suelo, en tendido supino, y se coloca la hoja de papel sobre la cara. A través de la expulsión del aire por la boca, intentarán elevar dicha hoja. La toma de aire se realizará por vía nasal. El profesor indicará el ritmo de la respiración y, de este modo, el ritmo de subida y bajada de papel (lento, moderado, rápido...).



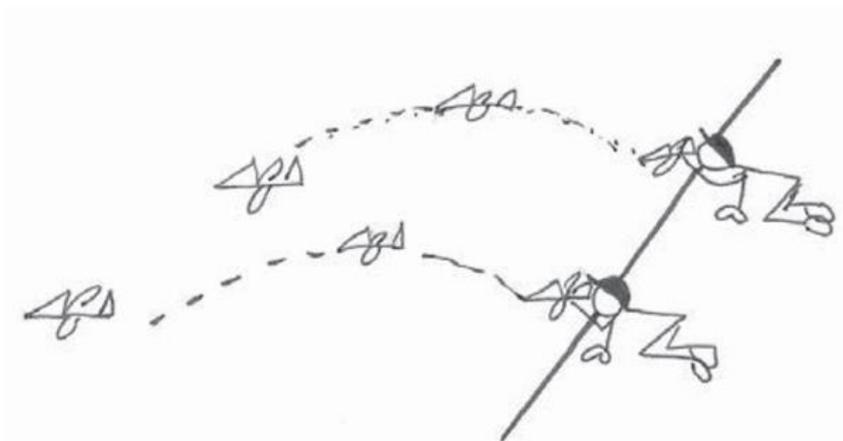
## Juego 2

**Nombre:** "CARRERAS DE AVIONES"

**Materiales:** Papel de Periódico

**Objetivo:** Trabajar los lanzamientos. Estimular la psicomotricidad fina.

**Desarrollo:** Cada alumno fabricará un avión con una hoja de papel. Posteriormente, todos los alumnos se situarán detrás de una línea fijada, cada uno lanzará su avión a la señal del profesor. Se trata de ver qué avión llega más lejos.



### Juego 3

Nombre: "EL PERIODICO"

Materiales: papel de periódico

Objetivo: Desarrollar las capacidades perceptivas. \*Desarrollar la estructuración espacial.

**Desarrollo:** Distribuimos por el suelo del patio tantas páginas de periódicos como participantes. Todos los participantes se desplazan sin pisar las hojas. Cuando el que coordina el juego dé la señal, todos intentarán situarse encima de cualquiera de las hojas repartidas por el suelo, haciendo una figura con su cuerpo. Cada que vayan a su periódico deberán doblarlo por la mitad. Gana quien mantenga el equilibrio y adopte la posición que ideó siendo esta la más original y creativa. Podemos añadir mayor dificultad modificando las formas de desplazamiento.



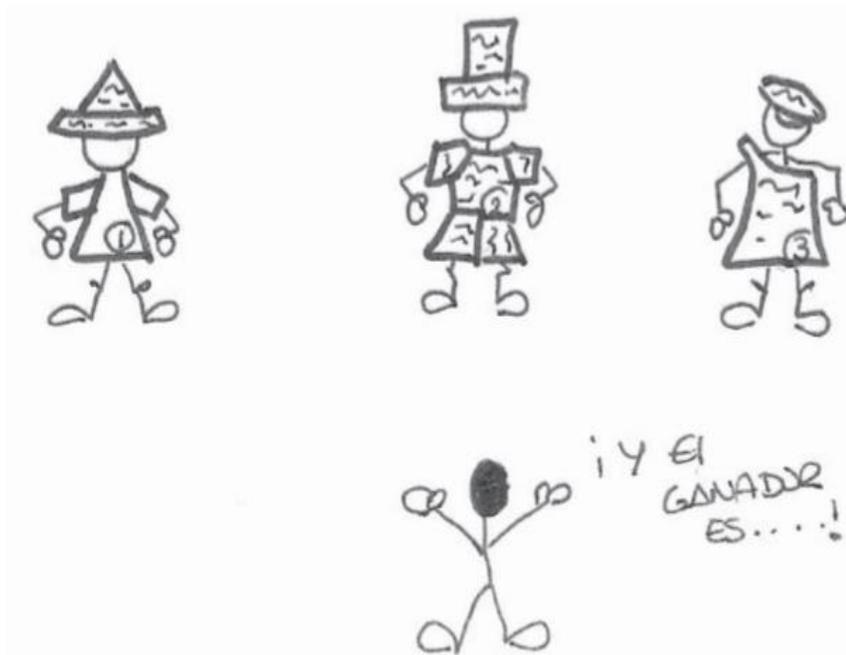
## Juego 4

**Nombre:** "MI VESTIDO ES EL MÁS BONITO"

**Materiales:** Papel de Periódico

**Objetivo:** Desarrollar la imaginación. Desarrollar la psicomotricidad.

**Desarrollo:** El juego consiste en que cada participante debe hacerse un vestido con los papeles de periódico, incluido un sombrero. Cuando todos lo hayan hecho, se hará un concurso para ver quién es el ganador.

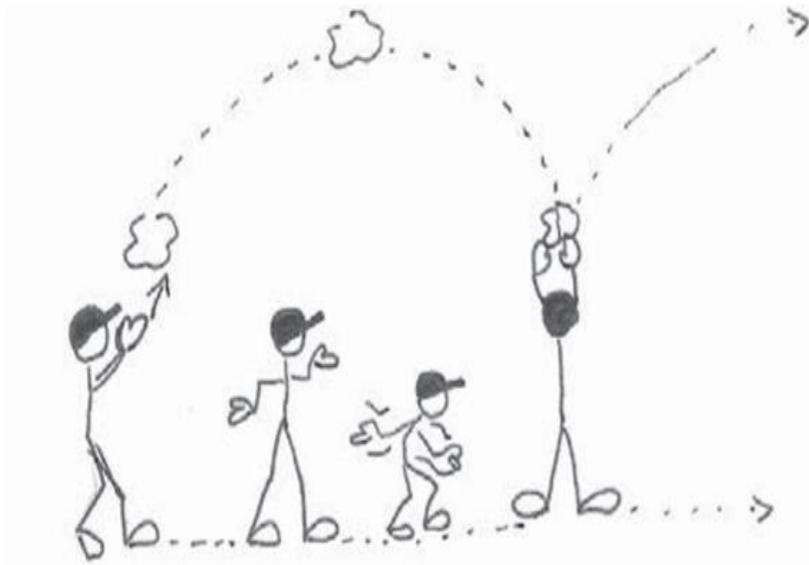


## Juego 5

Nombre: "BOLA CARTÓN" Materiales: Papel de periódico

Objetivo: Desarrollar el golpeo. Mejorar la coordinación óculo-manual.

Desarrollo: El juego consiste en lanzar la pelotita al aire golpeándola con la palma de la mano, antes de que caiga se hacen diferentes movimientos, tratando de aumentar su número y dificultad cambiando de posiciones: "¿Cuántos golpes doy a la pelotita sin que se caiga? Y ¿En cuántas posiciones diferentes?"



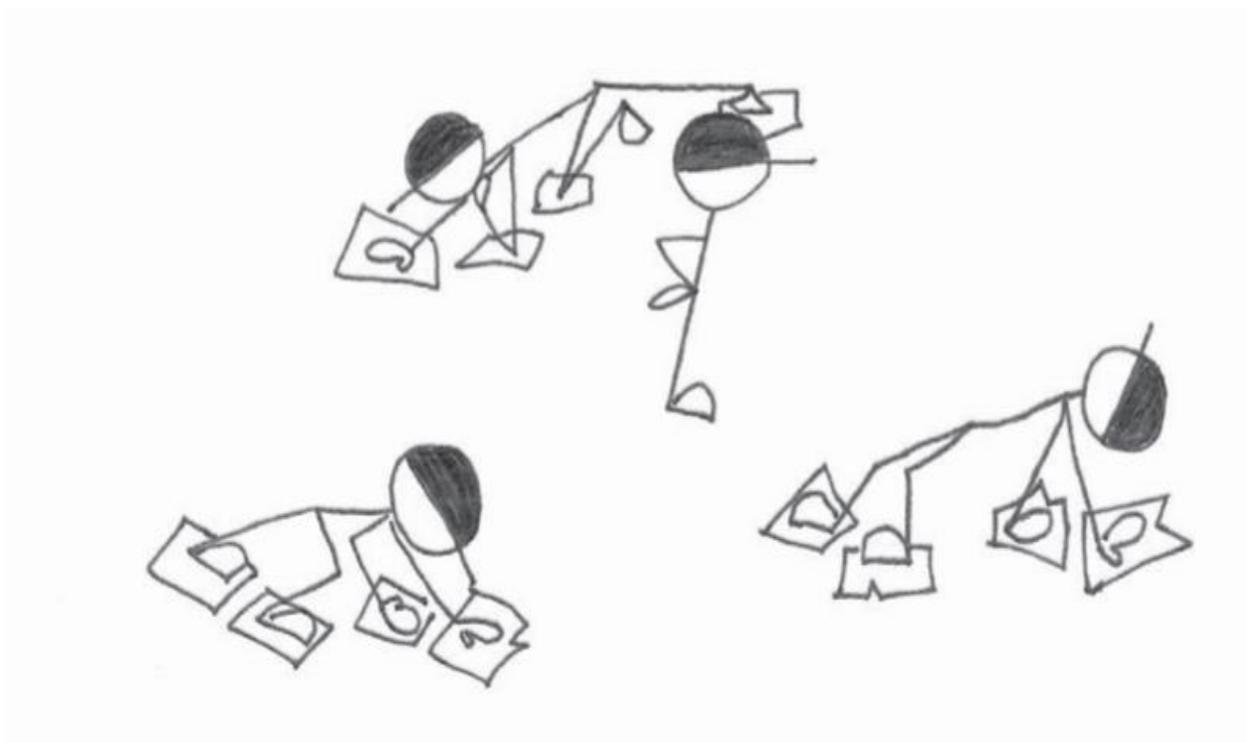
## Juego 6

**Nombre:** Twister original

**Materiales:** Papel de periódico

**Objetivo:** Desarrollar y mejorar el equilibrio. Fomentar la capacidad creativa en el niño.

**Desarrollo:** La clase se dividirá en grupos de cuatro. Un alumno se la queda. El resto, tendrá cuatro recortes de papel cada uno. El que se la queda, coloca los cuatro papeles de uno de los jugadores en el suelo. Éste deberá colocar un apoyo de su cuerpo sobre cada uno de los papeles de la forma que quiera. A continuación, el que la queda, colocará los cuatro papeles de otro jugador, y luego los de otro. Así progresivamente. El jugador que pierda el equilibrio y se caiga, pasará a quedarla. En el caso de que todos hayan mantenido el equilibrio y ninguno se haya caído, se la vuelve a quedar el mismo.



## Juego 7

Nombre: APOYOS"

Materiales: Papel de Periódico

Objetivo: Conocer las zonas corporales de las que se compone nuestro cuerpo.  
Divertirse de forma sana y divertida.

Desarrollo: Los alumnos se situarán por parejas con cinco trozos de papel cada una. Uno de los dos miembros, indicará al otro, cuántos apoyos debe tener sobre los trozos de papel a la vez que se los va cambiando de lugar constantemente. Se cambiarán los turnos.



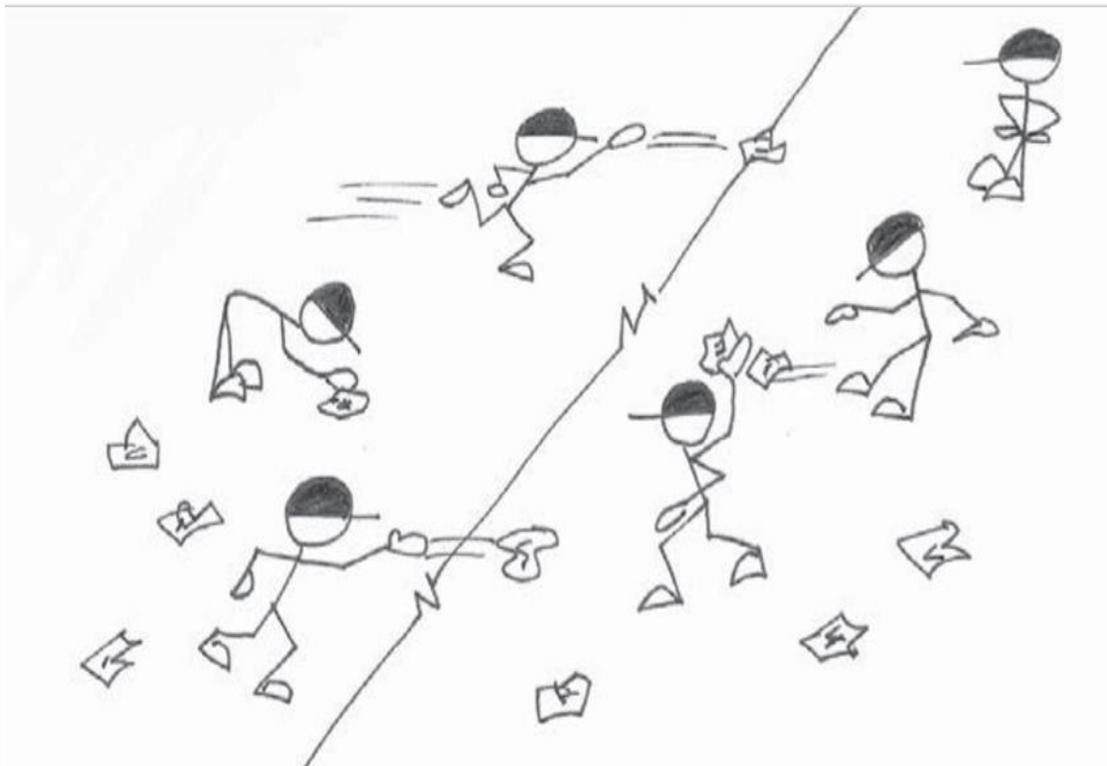
## Juego 8

**Nombre:** GUERRA DE MINAS"

**Materiales:** Papel De Periódico

**Objetivo:** Desarrollar la coordinación óculo- segmentaria de los participantes. Favorecer la cooperación entre los compañeros del mismo equipo y comportarse de manera correcta y adecuada con los del equipo contrario.

**Desarrollo:** Hay dos equipos separados por una línea. Cada jugador dispone de dos hojas de periódico con las que debe hacer dos pelotas. Luego, las lanzará al campo contrario y devolverá las que sean lanzadas al propio. Vencerá el equipo que tenga menos bolas en su campo al finalizar el juego.



## Juego 9

**Nombre:** "EL BOTE TIESO"

**Materiales:** papel de periódico

**Objetivo:** Mejorar la fuerza y potenciar la coordinación general.

**Materiales:** Deben formarse grupos de diez alumnos cogidos por los hombros y formando un círculo. En su interior se ponen dos hojas de periódico abiertas formando un pequeño cuadrado. Consiste en que, una vez agarrado todo el grupo, tienen que tirar y moverse, para tratar de que alguno del grupo, pise el cuadrado. Éste pagará prenda, es decir, que hará lo que el mande el grupo. Por otro lado, quien se suelte se elimina.



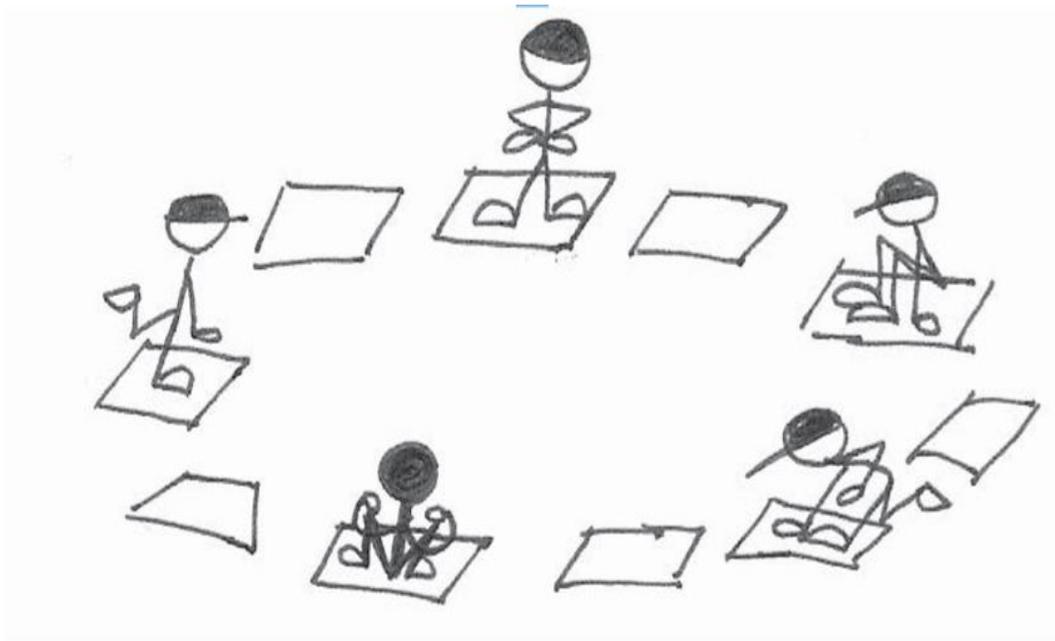
## Juego 10

**Nombre:** Adelante o atrás

**Materiales:** Papel de periódico

**Objetivo:** Desarrollar la espacialidad. Trabajar el esquema y la conciencia corporal.

**Desarrollo:** Los alumnos estarán situados en fila india, esta, se rifará mediante cualquier suerte. En el suelo dispondremos papeles de periódicos formando una trayectoria que los alumnos deben seguir. Siempre quedará una posición o papel libre entre cada niño, que debe mantener la posición que indique el profesor sobre el papel (por ejemplo: de puntillas, a pata coja, sentados...). Además, cuando el profesor diga "adelante o atrás", los niños cambiarán de lugar según la indicación, modificando así la trayectoria, el que se equivoca pierde y se va hasta atrás del recorrido, se trata de ir escalando posiciones.



VII.-Fichas para mejorar el Pensamiento Matemático

## VIII.-Fichas para mejorar el pensamiento matemático.





## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

# Ensalada de números<sup>1</sup>

FICHA II



### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Jugaremos "Ensalada de Números" en grupo, sentados en círculo, con cantidades diferentes registradas en tarjetas.



### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

A reconocer números por alguna de sus características (si son pares o impares, si son mayores o menores que otro número, si son múltiplos o divisores de otro, si el lugar de las decenas o las unidades está ocupado por cierta cifra...).



### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Niños de 6 años en adelante. La dificultad del juego depende del rango numérico que se use (del 1 al 20, al 50, al 100, etc.) y de las características que mencionen los participantes.



### Materiales

#### ¿Qué necesitamos?

Para cada participante, una tarjeta (tamaño media carta) con un número escrito con plumones gruesos, para que el número de cada uno sea visible para los demás; también pueden usarse cartón o cartulina.



### Tiempo

#### ¿Cuánto dura la actividad?

Se recomienda jugar durante 40 minutos y, después, 10 minutos para realizar una puesta en común sobre lo que aprendieron.



### Desarrollo de la actividad

#### ¿Cómo lo haremos?

En primer lugar, determina un rango numérico adecuado. Para los niños de 6 y 7 años se sugiere hasta el 20; para los de 8 y 9 años puede ser hasta el 50, y para los más grandes, hasta el 100.

Varía los números que entregues; no se precisa que vayan en orden. Por ejemplo, si hay 10 participantes, no necesariamente tienes que entregar los números del 1 al 10; pueden ser otros, siempre que se respete el rango numérico.

5	9	12	15	24
27	35	38	46	50

1. Entrega a cada participante una tarjeta.
2. Pregúntales si saben el nombre del número e invítalos a que lo digan. Si alguno no lo sabe, pide a los otros participantes que le ayuden.
3. Ahora pregúntales: "¿Qué saben del número que tienen?" Cada uno dirá algo sobre su número: si es par o impar, cuántas decenas tiene, qué cifra ocupa el lugar de las unidades, si es múltiplo de algún otro número, etcétera.
4. Forma un círculo de sillas (el número de sillas debe ser una menos que la cantidad de participantes).

<sup>1</sup> Adaptado de Solares, D., "Canasta revuelta", en revista *Entre maestros*, vol. 6, núm. 19, Universidad Pedagógica Nacional, México, 2006.

FICHA II

# Ensalada de números

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



5. Invítalos a tomar asiento; uno quedará de pie.
6. Da las instrucciones a los participantes: "El compañero que quedó sin asiento dirá la frase 'Ensalada de...' y mencionará alguna característica de los números. Todos los participantes que tengan un número que cumpla con lo que se dijo deberán cambiarse de lugar. En esos momentos, quien está de pie aprovechará para sentarse. El compañero que quede sin asiento será quien ahora diga: 'Ensalada de...'. Si alguien dice: '[Ensalada local]', todos deberán cambiar de lugar."
7. Hagan un ensayo; di: "Ensalada de... [números mayores que 6]". Pide que todos los que tengan números mayores que 6 se cambien de lugar.
8. Acláralos que entre todos deben observar que se cambien de lugar los que deben hacerlo. En caso de que alguien que tenía que cambiarse no lo haga (o, por el contrario, si no tenía que cambiarse y lo hizo), se quedará de pie.
9. Inicia el juego. Cuando notes que alguien que se quedó de pie no puede mencionar la "Ensalada de...", apóyalo con alguna idea.
10. Después de jugar, organiza una puesta en común. Invita a los participantes a que compartan con todos qué aprendieron, si sabían todas las características de sus números, si se equivocaron alguna vez, en qué se equivocaron...



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

Es importante reconocer las características de los números. Los números pares son los que terminan en 0, 2, 4, 6 u 8, y los impares, en 1, 3, 5, 7 o 9.

El primer lugar de la derecha corresponde a las unidades; el segundo, a las decenas, y el tercero, a las centenas.

Los múltiplos de 4, por ejemplo, son 4, 8, 12, 16, 20... Los divisores de 20 son 1, 2, 4, 5, 10 y 20. Puedes encontrar información sobre múltiplos y divisores en Internet:

<<http://www.escolar.com/matem/07/multydiv.htm>>.



### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

En lugar de jugar con números puedes usar figuras geométricas. Un tamaño adecuado es trazar la figura geométrica tan grande como se pueda en una hoja carta. Pueden ser de cartón, cartulina o foami. Te recomendamos que sean todas del mismo color, para que los participantes digan características geométricas y no se fijen en el color. Las ensaladas se pueden hacer por el nombre (cuadrado, triángulo, trapecio...) o por alguna característica (número de lados, paralelismo, perpendicularidad, simetría, ...).



## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

# Rompecabezas

FICHA 12



### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Jugaremos a armar rompecabezas de figuras geométricas siguiendo las instrucciones verbales que nos dará un compañero.



### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

A reconocer figuras geométricas por su nombre o por alguna de sus características; a desarrollar nuestra orientación e imaginación espacial, así como el vocabulario geométrico necesario para dar y recibir instrucciones.



### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Los participantes pueden ser personas de 5 años en adelante. La dificultad del juego depende de las figuras geométricas que se usen, de la cantidad de ellas y de la forma en que decida colocarlas el compañero que arma la figura.



### Materiales

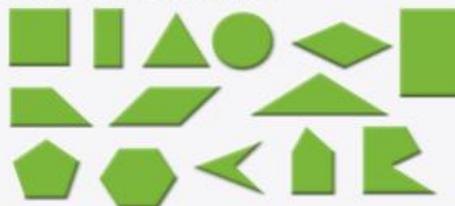
#### ¿Qué necesitamos?

Figuras geométricas de cartulina o foami de un tamaño tal que puedan ponerse varias en la mesa en que trabajarán los participantes. Para los niños de 6 y 7 años se sugiere usar cuadrados, rectángulos, círculos, triángulos y rombos; para los de 8 y 9 se pueden ya incluir otros cuadriláteros, como romboides y trapecios, y para los mayores, polígonos regulares y cóncavos. Las figuras deben ser todas de un mismo color.



### Desarrollo de la actividad

Cada participante debe tener un juego de figuras.



#### ¿Cómo lo haremos?

1. Pregunta a los participantes: "¿Les gusta armar rompecabezas? ¿Han armado rompecabezas siguiendo las instrucciones que les dé otra persona?"
2. Entrega a cada participante un juego completo de figuras.
3. Indicales que armen una casita. Cuando lo hayan hecho, pídeles que comparen sus trabajos: "¿Todas las casitas son iguales? ¿Todos emplearon las mismas piezas? ¿Qué se necesita hacer para que todas las casitas armadas sean iguales?" Guía la discusión para que los participantes se den cuenta de la importancia de dar instrucciones claras.
4. Organiza al grupo en parejas.
5. Pídeles que se sienten uno frente al otro y que entre ellos pongan un obstáculo (por ejemplo, una mochila) para que no vean lo que está haciendo su compañero.



### Tiempo

#### ¿Cuánto dura la actividad?

Se recomienda jugar durante 40 minutos y 10 minutos adicionales para realizar una puesta en común sobre lo que aprendieron.

FICHA 12

# Rompecabezas

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



6. Dales la siguiente consigna: "Uno de ustedes, sin que su compañero(a) lo vea, va a tomar 4 piezas, las que guste, y con ellas va a armar una figura. Después le va a dar las instrucciones a su compañero(a) para que construya la misma figura, con las mismas piezas colocadas en la misma posición. Cuando terminen, quiten el obstáculo y comparen sus figuras. Si no son iguales, busquen en dónde estuvo el error."
7. Mientras los participantes juegan, puedes caminar entre las parejas para confirmar que comprendieron las instrucciones; en caso necesario, puedes intervenir planteando preguntas como: "¿Comprendes lo que te dice tu compañero?, ¿por qué sabes que la pieza que tomaste es la que te indicó tu compañero?, ¿estás seguro de que así va colocada?", etcétera.
8. Cuando una pareja termine, indícales que intercambien los papeles.
9. Repite la actividad las veces que el tiempo lo permita.



### Puesta en común y valoración de los productos obtenidos

Al finalizar organiza una puesta en común; guíala con preguntas como: "¿Fue fácil armar los rompecabezas? ¿Sus figuras siempre quedaron iguales? Cuando no quedaron iguales ¿qué fue lo que pasó?" Permite que los participantes lleguen a conclusiones sobre la necesidad de usar correctamente el vocabulario geométrico (cuadrado, círculo, figura de seis lados, etc.) y de ubicación espacial (derecha, izquierda, etc.)



### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

Puedes trabajar con:

- ❖ Piezas de los diferentes tangramas (cuadrado, de corazón, rectángulo, etc.).
- ❖ Un geoplano y ligas, para formar figuras con base en las instrucciones que dé el compañero.



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

En este juego, los participantes tendrán que aprender a describir una figura geométrica y su posición con respecto a otras. En cuanto a la figura, pueden decir su nombre (si lo saben) o describirla: número de lados y si son o no del mismo tamaño, ángulos, etc. En el caso de la posición, usarán el vocabulario propio de la ubicación espacial (a la derecha, a la izquierda, arriba, abajo) con relación a otra figura y también la manera en que deben colocarla: sobre uno de los lados largos, como si estuviera apoyada en un vértice, etc. Si requieres mayor información sobre figuras geométricas, visita en Internet:

<[http://www.profesorenlinea.cl/geometria/figuras\\_geometricas.htm](http://www.profesorenlinea.cl/geometria/figuras_geometricas.htm)>.

## Juego y destrezas

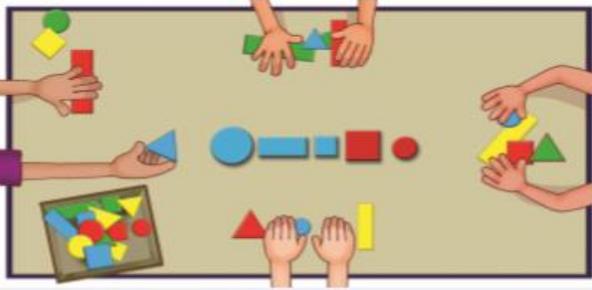
para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



FIGHA 13

# Dominó de diferencias

- Cada participante puede poner su figura a la derecha o a la izquierda de las figuras que ya están colocadas.
- Si toca el turno de un participante que no tiene una figura adecuada, tomará una de las que no se repartieron; si entre ellas no hay ninguna que le sirva, dirá: "Paso".
- Gana quien termine de poner primero todas sus figuras.



### Puesta en común y valoración de los productos obtenidos

Cuando hayan jugado varias partidas, organiza una puesta en común; pregunta: "¿Les pareció fácil o difícil este juego?, ¿por qué? ¿A veces se equivocaban? ¿En qué se equivocaban?"

### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

Las variantes pueden ser:

- En lugar de que la figura por colocar sea diferente en dos características, puede ser diferente en una sola característica.
- Aumentar una característica: figuras gruesas y delgadas. Si son de *foami*, consigue uno que sea más grueso, o pega dos o tres figuras iguales para hacerlas más gruesas.
- En lugar de colocar figuras a la derecha o a la izquierda, puede hacerse también arriba o abajo de la figura con la que se inició el juego; en este caso se forma una cruz. (En el ejemplo que se muestra se jugó en cruz y con una característica de diferencia.)



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

Las figuras propuestas son una adaptación de los llamados *bloques lógicos*. La actividad es un juego de observación y concentración en el que los participantes deben abstraer características de las figuras.

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

# Dominó de diferencias

FIGHA 13

### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Jugaremos dominó con piezas geométricas que son diferentes en forma, color o tamaño.

### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

A identificar las características de figuras (forma, color, tamaño), y a realizar abstracciones de características comunes y diferentes de dos objetos (esta habilidad es la base para clasificar).

### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Niños desde 5 años en adelante, adolescentes y adultos.

### Materiales

#### ¿Qué necesitamos?

Por equipo, un juego completo de las figuras que se muestran a continuación. Pueden ser de cartulina o *foami* de cuatro colores diferentes; deben ser cuatro formas distintas y dos tamaños (grandes y chicas). Por ejemplo:



### Tiempo

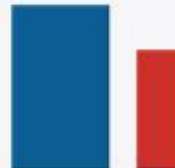
#### ¿Cuánto dura la actividad?

El tiempo es variable, y dependerá de la facilidad (o dificultad) y del interés de los participantes. Se recomienda jugar durante 30 o 40 minutos.

### Desarrollo de la actividad

#### ¿Cómo lo haremos?

- Pregunta a los asistentes: "¿Han jugado dominó? ¿Quién nos explica cómo se juega el dominó?"
- Después, indica que en esta ocasión jugarán dominó con otro tipo de fichas o piezas.
- Forma equipos de 2 a 4 integrantes.
- Entrega a cada equipo un juego de figuras. Indica que deben repartirse las figuras, 6 a cada uno; las demás se colocan a un lado.
- Cada equipo decidirá la manera de determinar qué integrante iniciará la partida.
- El primer jugador debe poner una de sus figuras al centro. El que está a su derecha colocará una figura que tenga exactamente dos características diferentes respecto de la que puso su compañero. Por ejemplo, si la primera figura fue un rectángulo grande azul, la segunda podría ser un rectángulo pequeño rojo (es diferente en color y tamaño).







## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

## Triste o contento

FICHA 16



### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Construiremos gráficas en donde los datos serán representados por todos los asistentes.



### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

A elaborar e interpretar gráficas en las que los participantes se darán cuenta de que ellos mismos forman parte de los datos, y a conocerse más entre sí, en cuanto a sus gustos y preferencias.



### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Los participantes pueden ser de todas las edades.

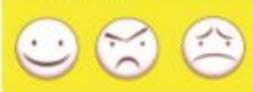


### Materiales

#### ¿Qué necesitamos?

Hojas blancas con dibujos de los temas que se graficarán; por ejemplo:

Estados de ánimo:



Estado del tiempo:



### Tiempo

#### ¿Cuánto dura la actividad?

Aproximadamente, 30 minutos representando gráficas con diferentes temas y 20 minutos en los que los participantes registrarán las gráficas elaboradas en hojas de papel.



### Desarrollo de la actividad

#### ¿Cómo lo haremos?

1. Pide a los asistentes: "Que levante la mano el que está contento, el que está enojado, el que está triste". Cuenta a quienes levanten la mano en cada caso. Pregúntales: "¿Conocen alguna forma de representar gráficamente estos datos?" En lluvia de ideas, deja que externen sus respuestas. Después, invítalos a participar en una actividad en donde representarán los datos.
2. Realiza la actividad en un lugar donde haya espacio suficiente (puede ser en el patio).
3. Prepara las hojas de los temas que van a trabajar. Te sugerimos que la primera sea la de los estados de ánimo.
4. Indica a los participantes que pondrás unas hojas en el piso y que ellos deberán formarse en fila en alguna de ellas.
5. Pon en el piso los dibujos de *Triste*, *Enojado* y *Contento* en una línea.



FICHA 16

## Triste o contento

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



6. Indícales a los participantes que se vayan formando en la hoja del estado de ánimo que más se acerque a cómo se sienten en esos momentos.
7. Cuando todos estén formados, pregúntales: "¿Cuántos están tristes? ¿Cuántos, contentos? ¿Cuántos, enojados? ¿Cuál es la fila en la que hay más personas? ¿Cuál es la fila donde hay menos?"
8. Invita a algunos voluntarios a que digan por qué están tristes, enojados o contentos (según lo que hayan elegido).
9. Continúa de la misma manera con otros temas que sean del interés del grupo (deberás preparar los dibujos respectivos).



### Puesta en común y valoración de los productos obtenidos

Al terminar de elaborar la última gráfica, pídeles que la representen de la manera que gusten en su cuaderno. Después, que presenten sus gráficas a sus compañeros y que entre todos traten de analizar algunas: "¿Qué representan? ¿Qué usó el compañero para representarlas? ¿Cómo lo hizo?"



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

Los pictogramas y las gráficas de barras que aparecen en revistas, periódicos y libros, tienen cierto grado de abstracción que muchas veces es un obstáculo para que los lectores puedan interpretarlos. Actividades como la que se sugiere en esta ficha permiten que los participantes tengan la experiencia de formar parte de un conjunto de datos que está representado en una gráfica. Deja que surjan de manera espontánea diferentes tipos de registros; por el momento, no se trata de que construyan gráficas muy elaboradas, respetando las convenciones para hacerlas. Un primer acercamiento y el punto de partida deben ser los registros espontáneos de los participantes. Puedes encontrar información sobre gráficas en:

<<http://html.rincondelvago.com/graficos-estadisticos.html>>.



### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

Una variante para lograr un grado de abstracción mayor que el trabajado en la actividad, consiste en pedir a cada participante que se dibuje en una tarjeta y le ponga su nombre. Mientras los participantes hacen su dibujo, se escribe en la parte baja del pizarrón, por ejemplo, el nombre de los meses. La dinámica se desarrolla igual pero, en lugar de formarse, ahora pasarán a pegar la tarjeta con su dibujo y su nombre encima del mes en que cumplen años; cada dibujo se pega encima del anterior. En este caso se obtiene un pictograma muy parecido a una gráfica de barras.





## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

# ¡Alto!

FICHA 17



### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Jugaremos "¡Alto!"



### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

Desarrollaremos la habilidad para estimar distancias, y para medir distancias con unidades no convencionales y con unidades convencionales.



### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Todos los asistentes.



### Tiempo

#### ¿Cuánto dura la actividad?

Aproximadamente, 45 minutos. Si un equipo termina antes, puede iniciar otro juego y detenerse cuando se le indique.



### Materiales

#### ¿Qué necesitamos?

Sólo se requiere un gis y espacio para dibujar un círculo como el siguiente en el piso. Con el gis se traza el círculo dividido en tantos sectores como participantes haya en el equipo. Cada participante elige el país que desea y escribe su nombre en el lugar que le corresponde. En el centro se dibuja un pequeño círculo y se escribe la palabra *ALTO*.



Para otras versiones también se requiere contar con un popote, regla, y metro o cinta métrica por equipo.



### Desarrollo de la actividad

#### ¿Cómo lo haremos?

1. Pregúntales si conocen el juego "¡Alto!" (es probable que algunos lo conozcan por su nombre en inglés: "Stop!"). Invítalos a que digan en qué consiste.
2. Organiza al grupo en equipos de 4 a 6 participantes.
3. Píde a los equipos que usen un gis para dibujar el círculo y que lo dividan en tantas partes iguales como integrantes haya en su equipo. Al centro, dibujarán otro círculo y, dentro de éste, escribirán la palabra *ALTO*.
4. Indicales a los participantes que cada uno debe elegir un país y que ponga su nombre en la parte del círculo donde se va a parar.
5. Dales estas instrucciones: "Uno de ustedes va a decir 'Pido la paz en nombre de...' y mencionará un país de los que están escritos en su círculo. Todos corren, excepto el del país mencionado, quien debe brincar al círculo del centro y gritar '¡Alto!'; en ese momento todos se detienen. El que está en el centro elegirá a uno de los que corrieron y tratará de adivinar cuántos pasos tiene que dar para llegar a él. Si adivina, se anota un punto; si no, el punto se le anota al compañero elegido. Al que haya ganado el punto le toca pedir paz en el siguiente turno."

FICHA 17

# ¡Alto!

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



6. Gana el que logre más puntos en el tiempo de juego.
7. Te sugerimos que, antes de iniciar el juego, verifiques que todos los equipos comprendieron las instrucciones.



### Puesta en común y valoración de los productos obtenidos

Después de que jueguen por un rato, organiza una puesta en común. Guía la discusión sobre las estrategias que usan los alumnos para estimar distancias; por ejemplo, pregúntales: "¿Quiénes ganaron? ¿Cuántos puntos hicieron? ¿Hicieron más puntos porque estimaban bien las distancias? ¿Qué hacían para estimar distancias y acertar?"

### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

Conforme vayan adquiriendo la habilidad para estimar distancias en pasos, es importante usar otras unidades no convencionales, como un popote: adivinar cuántos popotes caben entre quien está en el centro y el compañero elegido.

También pueden usarse unidades convencionales de medida, en lugar de pasos o popotes; por ejemplo, una regla, un metro o una cinta métrica, para estimar la distancia usando el centímetro como unidad de medida. Además, pueden hacer afirmaciones como las siguientes: "Hay más de un metro", "Hay más de dos metros, pero menos de tres", etcétera.



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

Para trabajar el tema de la medición de longitudes se recomienda usar unidades no convencionales, el cual es un conocimiento previo que los participantes deben construir antes de abordar las unidades convencionales; de ahí la importancia de que se enfrenten a experiencias en donde hagan mediciones con pasos, popotes, lápices, etc. Para conocer más acerca de la enseñanza de la longitud, te sugerimos la página:

<<http://funes.uniandes.edu.co/839/1/41comun.pdf>>.



## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

# Juego con dados<sup>3</sup>

FICHA 18



### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Practicaremos el cálculo mental al jugar con un tablero de números y dados.



### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

Desarrollaremos la habilidad de cálculo mental de las cuatro operaciones básicas al operar con números del 1 al 6.



### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Asistentes de 6 años en adelante. La dificultad del juego dependerá de los números escritos en el tablero.



### Tiempo

#### ¿Cuánto dura la actividad?

Se recomienda jugar durante 40 minutos. Si un equipo termina antes, puede iniciar otro juego y detenerse cuando se le indique.



### Materiales

#### ¿Qué necesitamos?

Por equipo, un tablero con números escritos, tres dados y fichas de colores (cada integrante del equipo debe tener 10 fichas de un mismo color, diferente de los otros integrantes). El tamaño de cada casilla del tablero debe permitir que sobre ella se ponga una ficha. Las fichas pueden sustituirse por botones, monedas o semillas diferentes para cada participante.

Para estudiantes de los grados superiores se sugiere un tablero de 16 casillas como el que se muestra. Para niños de 6 y 7 años, el tablero puede ser de ocho casillas, y los números, menores que 18.



1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32
33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	44	45	48	50	54	55
60	64	66	72	75	80	90	96
100	108	120	125	144	150	180	216



### Desarrollo de la actividad

#### ¿Cómo lo haremos?

1. Escribe el número 10 en el pizarrón. Pídeles a los asistentes que mencionen operaciones cuyo resultado sea 10; indícales que pueden usar sumas, restas, multiplicaciones y divisiones (trabaja siempre de manera verbal; no escribas las operaciones en el pizarrón).
2. Escribe ahora el número 30 en el pizarrón y pídeles que, con las operaciones que quieran y los números 3, 5 y 2, traten de obtener 30 como resultado (recuerda: no escribas las operaciones en el pizarrón).
3. Organiza al grupo en equipos de tres o cuatro integrantes.
4. Entrega a cada equipo un tablero, tres dados y las fichas de colores.
5. Da estas instrucciones a los participantes: "Por turnos, cada uno va a lanzar los tres dados. A partir de los puntos que caigan y haciendo operaciones, tratará de obtener como resultado alguno de los números del tablero. Dirá su operación en voz alta y los demás verificarán si está bien. Si es correcta, pone una de sus fichas en la casilla correspondiente; si no, pierde su



<sup>3</sup> Idea tomada de Ferrero, L., *El juego y la Matemática*, La Muralla, Madrid, 2004.

FICHA 18

# Juego con dados

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



turno y lo pasa a algún compañero que ya tenga algún resultado y lo haya anunciado antes que nadie. Si ninguno tiene respuesta alguna, el compañero de la derecha continúa el juego.

6. Adírales que sólo se puede usar una vez cada número obtenido en los dados; en cambio, las operaciones sí pueden repetirse.
7. El juego termina cuando todos los números tengan fichas o cuando se les indique que se detengan.
8. Gana el jugador que haya colocado más fichas en el tablero.



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

Realizar cálculo mental con los números del 1 al 6 y con las cuatro operaciones básicas. El cálculo mental constituye uno de los aspectos importantes en el programa vigente; está ubicado en el eje denominado *Sentido numérico y pensamiento algebraico*. Para conocer más sobre cálculo mental se recomienda el libro disponible en la página:

<[http://estaticos.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/curricula/pdf/primaria/calculo\\_naturales\\_web.pdf](http://estaticos.buenosaires.gov.ar/areas/educacion/curricula/pdf/primaria/calculo_naturales_web.pdf)>.

Puedes leer la introducción y, de ser posible, las partes correspondientes a las operaciones básicas.



### Recomendaciones

#### ¿Qué otras cosas debo saber del tema?

No se les pide a los participantes que realicen por escrito sus operaciones porque aquí interviene la llamada jerarquía de operaciones, que es una serie de convenciones sobre el orden en que hay que realizar las operaciones escritas. Por ejemplo, para  $6 + 4 \div 2$ , verbalmente obtendríamos 5, pero por escrito esta expresión vale 8, debido a que, atendiendo a la jerarquía de operaciones, la división debe hacerse antes que la suma. Si quisiéramos obtener 5, tendríamos que usar paréntesis:  $(6 + 4) \div 2 = 5$ . Por el momento, el trabajo con jerarquía de operaciones no es el propósito de este juego.

### Puesta en común y valoración de los productos obtenidos

Al finalizar, organiza una puesta en común; guía la discusión hacia las estrategias de cálculo mental de los alumnos; por ejemplo: "¿Quiénes ganaron? ¿Qué hacían para encontrar un resultado del tablero?"



### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

Para trabajar cálculo mental con números del 0 al 9 se puede construir, por equipo, una ruleta de 10 partes, y como flecha, un clip abierto (sujetado con un lápiz, como se muestra abajo). Se gira tres veces el clip y, con los números obtenidos, se trata de conseguir los que están en el tablero.





## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático

# Los números venenosos

FICHA 20



### Descripción general

#### ¿Qué haremos?

Jugaremos a "Los números venenosos"; si nos equivocamos, tendremos que responder preguntas de matemáticas.



### Propósitos

#### ¿Qué aprenderemos?

A identificar múltiplos de un número y repasar diversos contenidos matemáticos (de acuerdo con las preguntas que se les planteen a los que pierden).



### Rangos de edad

#### ¿Quiénes pueden participar?

Personas de 7 años en adelante. La dificultad depende de las preguntas que se hagan en las tarjetas.



### Tiempo

#### ¿Cuánto dura la actividad?

Se recomienda jugarlo durante 40 minutos y una puesta en común de 15 minutos.



### Materiales

#### ¿Qué necesitamos?

Un juego de tarjetas con preguntas de matemáticas, acordes a la edad y escolaridad de los participantes; por ejemplo:

¿Cuánto es  $40 + 35$ ?

¿Cómo se llama esta figura?



Raúl jugó a las canicas y perdió 5. Si se quedó con 8, ¿cuántas tenía antes de jugar?

¿Cuántos lados tiene un pentágono?

Al lanzar un dado, ¿cuáles son los resultados posibles?

¿Cómo se llama la figura que tiene tres vértices?

Mario compra un juguete de \$35 y paga con \$50. ¿Cuánto le dieron de cambio?

¿Cuántas caras tiene un cubo?

¿Qué parte de un entero representa 0.5?

Se recomienda que la cantidad de tarjetas sea el doble del número de participantes.



### Desarrollo de la actividad

#### ¿Cómo lo haremos?

1. Píde a los participantes que cuenten en voz alta de 2 en 2 y luego de 3 en 3. Diles que 3, 6, 9, 12 pertenecen a la serie del 3. Coméntales que en esta ocasión jugarán a que los números de alguna serie serán los "números venenosos".
2. Solicítales a los participantes que se sienten formando un círculo.
3. Indícales que jugarán a "Los números venenosos", de la siguiente manera: "Yo diré, por ejemplo, el 3. Entonces uno de ustedes empezará a contar '1' y dará una palmada; el de su derecha dirá '2' y palmada; el que sigue, como es 3, dirá '¡Pum!' y no dará una palmada. Luego siguen el 4 y el 5. Como el 6 pertenece a la serie del 3, el jugador dirá '¡Pum!' y no dará una palmada y así, sucesivamente."



FICHA 20

# Los números venenosos

## Juego y destrezas

para el lenguaje y el pensamiento lógico-matemático



4. Se hará una prueba para verificar que los participantes comprendieron las instrucciones.
5. Una vez que lo han comprendido, se iniciará el juego. Indícales: "Si alguien se equivoca deberá responder una de las preguntas que traigo en estas tarjetas."
6. Te recomendamos que, cada vez que se inicie una ronda, los participantes cambien de lugar, para que no siempre les toque el mismo número.



### Puesta en común y valoración de los productos obtenidos

En la puesta en común se trabajará, sobre todo, con las respuestas a las preguntas o problemas que tú hayas notado que se les dificultaron a los participantes. Para ello, plantea nuevamente las preguntas o problemas e invita a quienes sepan las respuestas a que se las expongan a sus compañeros.



### Actividades complementarias o variantes de la actividad

#### ¿De qué otra manera lo puedo hacer?

Las variantes pueden ser:

- ❖ No plantear preguntas, sino que el que se le equivoque sale del juego. En este caso el ganador será quien quede al final. Esta variante es conveniente para un grupo no muy numeroso o si los participantes no son muy inquietos.
- ❖ Dar dos consignas en lugar de una; por ejemplo: "Los números venenosos son los de la serie del 3 y los de la serie del 5". En este caso tendrán que decir "¡Pum!" tanto en los múltiplos de 3 como en los múltiplos de 5.
- ❖ Si los alumnos han adquirido cierta familiaridad con los múltiplos o si son de grados superiores, puedes darles consignas como: "Los números venenosos son aquellos que son múltiplos de 3 y también múltiplos de 5". Esta versión es más difícil, pues está implícita la noción de múltiplos comunes.



### Información general

#### ¿Qué necesito saber?

Algunos autores consideran que el cero es múltiplo de cualquier número. Dado que los participantes iniciarán contando desde 1, en este caso no es necesario considerar al cero. Un número  $a$  es múltiplo de otro  $b$ , si existe un número natural que multiplicado por  $b$  dé como resultado  $a$ . Por ejemplo, los múltiplos de 4 son: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, etcétera.

En la página < <http://www.escolar.com/matem/07/multydiv.htm> se encuentra información sobre múltiplos de un número.

VIII.-Sitios de 10 para visitar, jugar y aprender En Casa.

## VIII.-Sitios de 10 para visitar jugar y aprender en casa.



## **1.-MUNDO GUYI**

Excelente plataforma donde podrás bailar, moverte y ejercitarte con variadas rutinas rítmicas que mejorarán tu salud e incrementarán tu diversión.

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=mundo+guyi+zumba>

## **2.- Pausas activas**

Te proponemos un sitio muy creativo que te divertirá y aprenderás a lo grande. En Estados Unidos 14 millones de alumnos y maestros utilizan la plataforma y videos GoNoodle para tomar pausas activas, ejercitarse y aprender en el aula.

<https://w.w.w.gonoodle.com/>

## **3.-Canciones infantiles que enseñan**

Aprende, divierte y juega conociendo las más bellas canciones del grillito cri-cri, las cuales te guían internándote a un mundo maravilloso de imaginación y magia. Con ellos podrás imitar animalitos, cantar y bailar por un buen tiempo

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=canciones+de+cri+cri+para+bailar>

## **4.-circuitos motrices en casa**

Aquí un circuito motriz que puedes hacer en casa con tus padres, y con tu ingenio poder ir variando los ejercicios y la dificultad de los mismos. Pide apoyo a tus padres o hermanos, invítalos a participar, entra a esta página y diviértete.

<https://youtu.be/Wc2mj7aolQA>

## Fuentes de consulta

- <https://www.google.com/search?safe=active>

- <https://www.eluniversal.com.mx/menu/coronavirus-alimentos-que-ayudan-fortalecer-las-defensas>

-Juegos y destrezas para el desarrollo del pensamiento lógico-matemático .Adaptado de Solares, D., “Canasta revuelta”, en revista Entre maestr@s, vol. 6, núm. 19, Universidad Pedagógica Nacional, México, 2006.

-Juegos y técnicas de animación para la escuela básica. Recopilación Elisa Araya. Ministerio de Educación - República de Chile. Primera edición: 3.000 ejemplares

- Hernández Blázquez María Teresa, Gonzalo Rosón Riestra. Juegos de convivencia.

FERNÁNDEZ SÁNCHEZ MARÍA TERESA ¡No lo tires, juguemos! (Juegos con material de desecho).

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=mundo+guyi+zumba>

<https://w.w.w.gonodle.com/>

<https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=canciones+de+cri+cri+para+bailar>

<https://youtu.be/Wc2mj7aolQA>