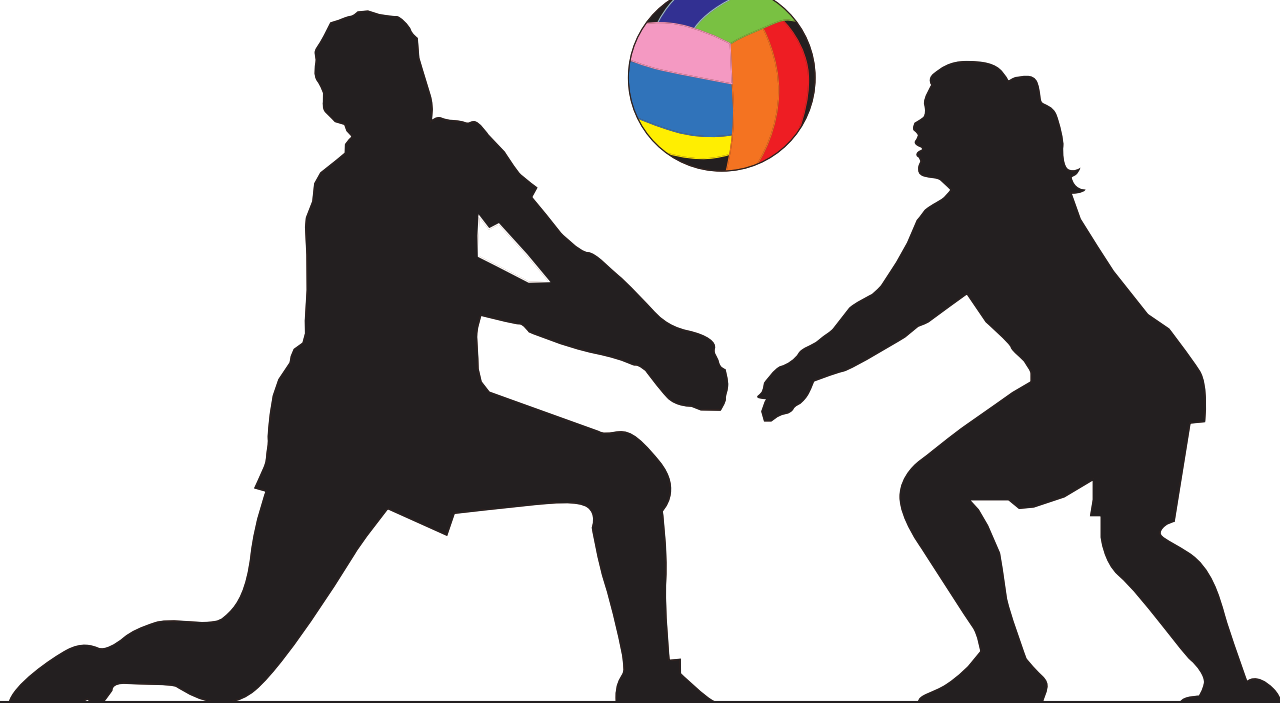
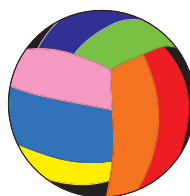


# RECREOS DIVERTIDOS

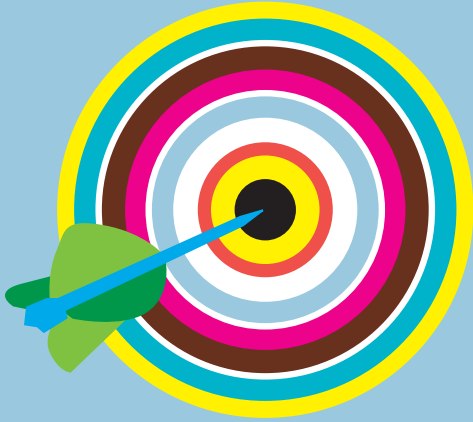
Jugar para la convivencia escolar

Deporte, juegos y valores





Organización  
de Estados  
Iberoamericanos  
Para la Educación  
la Ciencia  
y la Cultura



## TABLA DE CONTENIDO

1. Presentación
2. Los Recreos Divertidos
3. El Juego a través de las etapas del desarrollo del Niño, la Niña y Jóvenes
4. El Rol del Educador y la Educadora
5. Fomento de Valores a través del juego, ¿cómo?
6. Los Recreos Divertidos
7. Actores que son parte de los Recreos Divertidos
8. Algunas Dinámicas que pueden realizarse en los Recreos Divertidos



1era. Edición (2011)

Autoras:

Amy Víctor

Berenice Pacheco

Coordinación y Edición:

Analía Rosoli Murillo

Revisión:

Nelson Acevedo

Diseño Gráfico:

Orlando Isaac (+Lab)

ISBN: 978-9945-8789-2-9

Publicación OEI República Dominicana

Reservados todos los derechos © 2011

\*Este material está pensado para que tenga la mayor difusión posible y que, de esa forma, contribuya al conocimiento y al intercambio de ideas.

Se autoriza, por tanto, su reproducción, siempre que se cite la fuente y se realice sin ánimo de lucro.

# PRESENTACIÓN

La expectativa social hacia la escuela suele enfocarse en los aprendizajes tradicionales, sin embargo la escuela es el espacio ideal para aprender y practicar el “ser social”. En la escuela los niños y las niñas están inmersos en un proceso de continua construcción y deconstrucción de formas de relacionarse marcadas por la cultura de la sociedad a la que pertenecen. Allí los niños y las niñas actúan los valores de sus grupos de pertenencia, en especial los de su familia, y vivencian la existencia de diferentes escalas de valores que no siempre coinciden con la propia. Dentro del tiempo escolar el recreo suele ser el espacio de expresión libre en el que los patrones de convivencia aprendidos se actúan.

La estrategia Recreos Divertidos tiene como propósito favorecer la construcción de ciudadanía a partir de la construcción de nuevas formas de relacionarse durante el recreo para favorecer la convivencia pacífica. Esta estrategia surgió en el marco del Proyecto Multiplicar Valores x Ciudadanía (MVxC): Una opción para el Desarrollo Sostenible Municipal, que la Organización de Estados Iberoamericanos para la Educación, la Ciencia y la Cultura, a través de su Instituto para el Desarrollo y la Innovación Educativa (IDIE), impulsa en la República Dominicana desde el año 2008 en diferentes ayuntamientos del país.

El Proyecto Multiplicar Valores x Ciudadanía: Una opción para el Desarrollo Sostenible Municipal, tiene como propósito contribuir con el fortalecimiento del proceso de construcción de ciudadanía desde el ámbito municipal. Con tal propósito capacita a niños, niñas y jóvenes de 12 a 16 años como líderes en valores. Estos líderes son responsables de multiplicar lo aprendido a otros niños, niñas y jóvenes de su comunidad. En este marco los líderes de MVxC se convierten en valiosos recursos para el centro educativo ya que están sensibilizados sobre la necesidad de vivenciar los valores en cada espacio de convivencia.

En el año 2009 el IDIE de República Dominicana articuló esfuerzos con el área de Educación Física y Deportes del Ministerio de Estado de Educación (MINERD), iniciando un proceso de reflexión sobre la necesidad de buscar nuevas formas de relacionarse en el ámbito escolar que favorecieran la convivencia. En este sentido se valoró al recreo como el espacio idóneo para este propósito.

Las escuelas que han participado del Proyecto de Multiplicar Valores x Ciudadanía, son espacios idóneos para impulsar la estrategia de los Recreos Divertidos pues ya cuentan con una comunidad sensibilizada, sin embargo todo centro educativo que quiera impulsar esta estrategia puede hacerlo, pues solo precisa de la decidida convicción de que la convivencia se mejora aprendiendo a reflexionar sobre los modos de relacionarnos y practicando los valores que consideramos necesarios para vivir armónicamente.

Esperamos que toda la comunidad educativa se motive a desarrollar esta experiencia y que se anime a enriquecerla a partir de las propias experiencias vividas.

*Analía Rosoli Murillo*

Coordinadora del IDIE  
República Dominicana

# LOS RECREOS DIVERTIDOS

## Jugar para la convivencia escolar Deporte, juegos y valores

### El deporte y el juego: herramientas para la formación en valores.

El concepto de deporte escolar incluye aquellas prácticas físicas que se desarrollan en el ámbito educativo, y también aquellas no circunscritas a la escuela, pero cuya realización también debe estar sujeta a una orientación educativa y formativa, aunque sea desarrollada extra-escolarmente.

El deporte y el juego no son sólo formas de entretenimiento y diversión. El acceso y la participación en estas actividades son un derecho humano fundamental para garantizar una sana y plena calidad de vida, en todos los ciclos de vida.


En el caso de los niños, niñas y jóvenes, el artículo 31 de la Convención sobre los Derechos del Niño establece que los Estados "*reconocerán el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes*". Además plantea que los Estados Partes "*respetarán y promoverán el derecho del niño a participar plenamente en la vida cultural y artística y propiciarán oportunidades apropiadas, en condiciones de igualdad, de participar en la vida cultural, artística, recreativa y de esparcimiento*".

En nuestro país, la Constitución de la República Dominicana establece en su artículo 65 que "*toda persona tiene derecho a la educación física, al deporte y a la recreación*" y que "*corresponde al Estado, en colaboración con los centros de enseñanza y las organizaciones deportivas, fomentar, incentivar y apoyar la práctica y difusión de estas actividades*".

Por tanto, el Estado Dominicano asume el deporte y la recreación como política pública, garantizando la educación física y el deporte escolar en todos los niveles del sistema educativo.

Además, la Ley General de Deportes (no. 356-05) establece que es un interés nacional el "*fomento, promoción y práctica del deporte y la recreación*" (art. 2), y que "*todo ciudadano tiene*





derecho a recibir los beneficios de la práctica del deporte y la recreación, sin ningún tipo de discriminación social, económica, religiosa, política o por razones de edad y condiciones de salud” (art. 3).

Diversos estudios han determinado que los momentos de ocio y recreación son también espacios de crecimiento, y formas de aprendizajes de la interacción cultural y capacidad comunicativa, además de fomentar el desarrollo motriz, psicológico y socio-afectivo. De esta manera, el deporte implica la posibilidad de disfrute, de sano relacionamiento, y desarrollo físico y mental.

El deporte y la educación física son quizás la forma más visible, aunque no la única, de escolarización del cuerpo, y donde de manera intensiva se desarrollan las habilidades motrices y socio-afectivas del ser humano<sup>1</sup>.


El juego, la recreación y el deporte son actividades presentes, necesarias y universales en todos los seres humanos a lo largo de toda la vida. Estas actividades desempeñan un rol transcendental en el desarrollo de los niños, las niñas y jóvenes. Para ellos representan un medio tanto para conocer el mundo y aprender, como para expresar sus intereses, sentimientos y deseos. ¡Además, les encanta! Son numerosos los autores y autoras que, a través de diversos puntos de vista, consideran el juego como un factor importante y potenciador del desarrollo humano.

Comprender todo esto significa estar conscientes de la validez del deporte como herramienta pedagógica necesaria para promover relaciones educativas que favorezcan la igualdad de oportunidades y la inclusión (Blázquez, 1995, citado en Ruiz y Cabrera, 2004<sup>2</sup>).

En la Cumbre Mundial sobre la Educación Física (Berlín, 1999), se presentaron los resultados de diversas investigaciones realizadas a nivel internacional sobre las ventajas de la educación física, el deporte y el juego, entre las cuales podemos resaltar:

<sup>1</sup>Escuela Universitaria del Magisterio de Albacete. S.f. “Educar en valores a través de juegos motores y deportes”. Revista de Estudios. España.

<sup>2</sup>Ruiz, Guillermo; Cabrera, Dolores. 2004. “Los valores en el deporte”. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Revista de Educación, núm. 335 (2004), pp. 9-19. [http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335\\_03.pdf](http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_03.pdf)



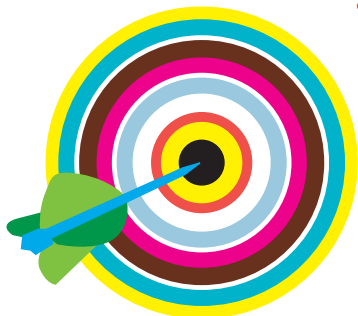


- Es un recurso a través del cual se adquieren destrezas y habilidades en todos los dominios del desarrollo: físico, cognitivo, de lenguaje y socio-emocional.
- La Adquisición de valores personales y sociales. No sólo contribuye a la formación de hábitos de cooperación, ayuda y empatía, sino también a la resolución de conflictos entre pares, desarrollo del autoestima y la construcción de valores y normas de convivencia.
- Incrementa la autoestima y reduce la tendencia a desarrollar comportamientos peligrosos.
- Mejora la salud, previene lesiones y daños derivados de malas posturas.
- Promueve el desarrollo habilidades lógico-matemáticas como son la construcción conceptos de números, figuras geométricas, entendimiento espacial y del tiempo, etc.
- Mejora el rendimiento escolar.
- Proporciona experiencias en actividades estructuradas, con objetivos y resultados claros.
- Ayuda a desarrollar el pensamiento abstracto a través de nociones como velocidad, distancia, profundidad, fuerza, y fuerza de impulso.
- Estimula el interés y el espíritu de observación y exploración para conocer el mundo que les rodea.
- Fomenta la capacidad de concentración y la actitud participativa.
- Contribuye la adquisición de buenos hábitos higiénicos y alimentarios.
- Contribuye a la maduración psicológica, en la medida que enseña la disciplina, manejo de las emociones, asimilación de los éxitos y frustraciones.
- Estimula y facilita la participación en actividades que pueden resultarles poco atractivas, convirtiéndose en la alternativa para aquellas actividades poco estimulantes e ilícitas (vicios, drogas, delincuencia, etc.).
- Favorece el desarrollo de la creatividad y la imaginación.
- Es un transmisor por excelencia de la cultura de cada pueblo.

Esto no sólo pone en evidencia la importancia del juego, la recreación y el deporte sino también que estas actividades representan una necesidad vital para el sano desarrollo de los niños, las niñas y jóvenes. De este modo resulta imprescindible que la familia, la escuela, la comunidad, la sociedad en general y el Estado, estén conscientes y se responsabilicen de que tienen la obligación de viabilizar este derecho.

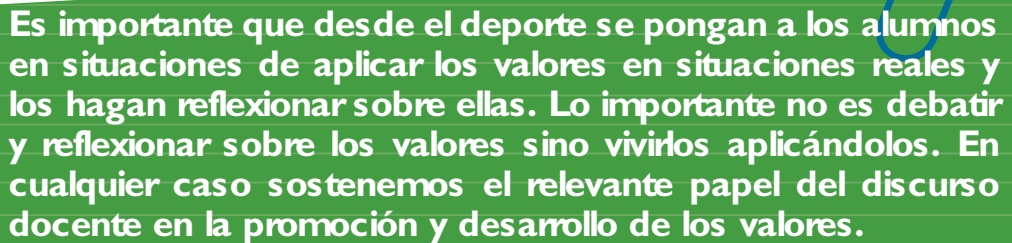
Históricamente, el deporte y el juego han sido considerados como herramientas clave para la formación en valores, a través de un clima lúdico y de diversión:

- **Superación personal y colectiva**
- **Autoestima**
  - **Integración y participación**
    - **Respeto y aceptación de las diferencias**
      - **Tolerancia**
      - **Perseverancia**
      - **Trabajo en equipo**
      - **Disciplina**
      - **Responsabilidad**
      - **Cooperación y mutua ayuda**
      - **Honestidad**
      - **Participación**
      - **Iniciativa**
      - **Originalidad y creatividad**
      - **Lealtad**
      - **Uso creativo del tiempo libre**
    - **Auto regulación emocional**
  - **Autoconocimiento**
- **Solidaridad**
- **Capacidad de diálogo y resolución pacífica de conflictos**
- **Humildad**



Pero esta formación en valores a través del deporte no se produce automáticamente. Es un hecho que el deporte puede también estimular sentimientos de insolidaridad, desprecio y deseo de ganar “por encima de todo”.

Es necesario que la educación en valores a través del deporte y el juego sea un proceso conscientemente dirigido y reflexivo. Así, a través del deporte y la educación física, es posible aportar al desarrollo físico, emocional, social y moral, para contribuir así a desarrollar mejores personas.



**Es importante que desde el deporte se pongan a los alumnos en situaciones de aplicar los valores en situaciones reales y los hagan reflexionar sobre ellas. Lo importante no es debatir y reflexionar sobre los valores sino vivirlos aplicándolos. En cualquier caso sostenemos el relevante papel del discurso docente en la promoción y desarrollo de los valores.**

Fuente: [http://www.oei.es/deporteyvalores/ComoeducarenvaloresComunicacion\\_3\\_\\_2\\_.pdf](http://www.oei.es/deporteyvalores/ComoeducarenvaloresComunicacion_3__2_.pdf)

El vínculo entre la educación de calidad, la formación en valores y el deporte queda resaltado en las Metas Educativas 2021, de la OEI

**META ESPECÍFICA 11.** Potenciar la educación en valores para una ciudadanía democrática activa, tanto en el currículo como en la organización y gestión de las escuelas.

**META ESPECÍFICA 12.** Ofrecer un currículo que incorpore la lectura y el uso del computador en el proceso de enseñanza y aprendizaje, en el que la educación artística y la educación física tengan un papel relevante, y estimule el interés por la ciencia, el arte y el deporte entre los alumnos.

# EL JUEGO A TRAVÉS DE LAS ETAPAS DEL DESARROLLO DEL NIÑO, LA NIÑA Y JÓVENES



Según expertos en desarrollo infantil (Jean Piaget, Erik Erikson, Lev Vigotsky, entre otros) existen varios estadios o etapas que marcan el desarrollo evolutivo del niño, niña y jóvenes. De estas etapas dependerá la forma o tipo de juego y recreación en los que ellos y ellas se interesen y se desenvuelvan.

Existen distintas formas de juegos que promueven el aprendizaje y el desarrollo de las diferentes áreas de la vida humana. Por ejemplo, desde el nacimiento hasta los dos años de edad, los y las infantes juegan con todos sus sentidos y movimientos para así conocer el mundo que les rodea. De este modo, la persona adulta responsable debe brindarles la oportunidad de jugar, y proveerles objetos y espacios sanos para el desarrollo del juego.

En este sentido, es importante que las educadoras y los educadores conozcan las necesidades e intereses que tienen los niños, las niñas y jóvenes según la etapa de

desarrollo en la que se encuentren y así saber cómo responderle para enriquecer la experiencia y aprovechar cada oportunidad para un aprendizaje valioso y significativo.

En los Recreos Divertidos se trabaja con niños, niñas y jóvenes desde los 6 hasta los 16 años de edad, ya expertos en el arte de jugar. Los niños y las niñas entre estas edades, son quienes se encuentran en la edad escolar o niñez media, como algunos autores la denominan. Durante este período, ellas y ellos son individuos plenamente sociables. De tal forma que sus amigos y amigas, así como también sus compañeros y compañeras de escuela, tienen una importancia única.

Además, durante esta etapa los niños y las niñas disfrutan mucho los juegos y los deportes de competencias, y los de mesa, a pesar de que todavía existe la posibilidad de que se involucren en algunos juegos imaginarios. En este sentido, los juegos reglados, o juegos con reglas, son los más comunes y a medida en que pasa el tiempo van adquiriendo mayores grados de complejidad. Y es que los niños y las niñas inventan sus reglas o las cambian, lo que implica un gran nivel de creatividad y autenticidad en cada juego. Según Jean Piaget, es precisamente en este momento donde se inicia el desarrollo del juicio moral y la autonomía en los niños y las niñas.

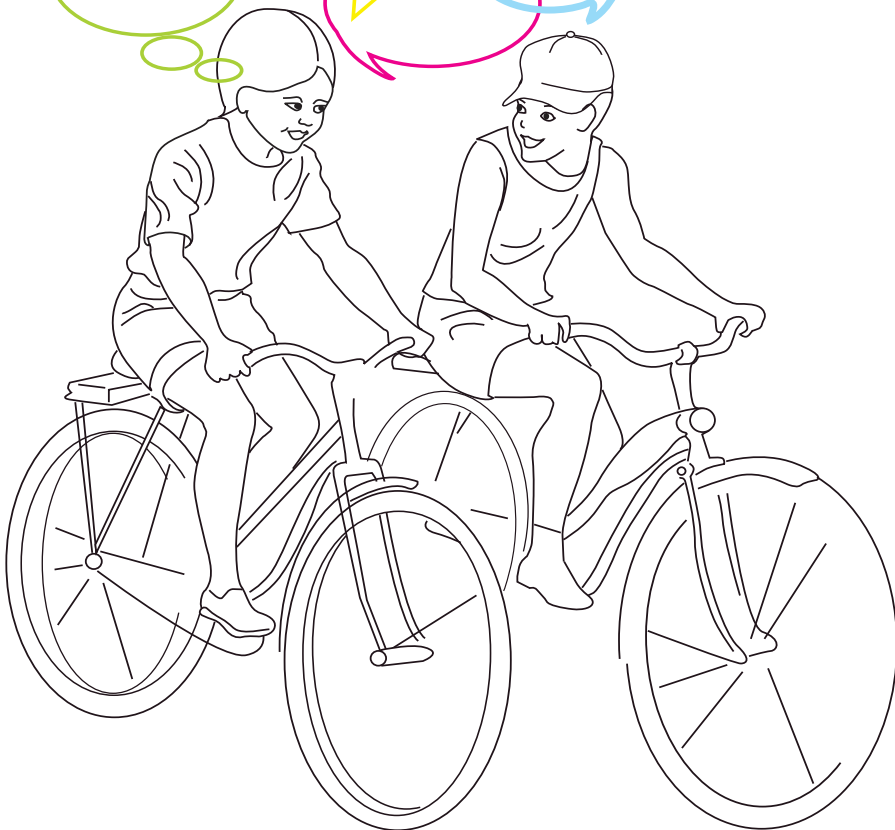
*Los juegos de reglas promueven en los niños y las niñas el desarrollo de diversas competencias sociales como son: resolución de conflictos, autocontrol, control de la agresividad, así como también normas de convivencia y valores tales como la responsabilidad, la confianza, la cooperación, entre otros.*

A partir de los 12 años de edad, los niños y las niñas han adquirido un pensamiento más abstracto, el cual continúa desarrollándose a lo largo de esta etapa. Expertos en desarrollo sostienen que esta etapa se caracteriza por grandes cambios físicos, cognitivos y, sobretodo, socio-emocionales. Y es que van dejando “lo infantil” detrás para ir convirtiéndose en adolescentes, etapa en la que alcanzan además la madurez sexual. Por ello, es un momento ideal para la formación en valores y convivencia social solidaria.

Es importante señalar que el mayor interés de las y los jóvenes suele concentrarse en las relaciones sociales. En tal sentido, el juego, la recreación y el deporte adquiere otro significado e importancia durante esta etapa.

El o la joven disfruta mucho más de participar en actividades en las que pueda desarrollar y demostrar diversas competencias. Así, el deporte y las actividades artísticas se encuentran entre sus preferidas, no sólo por lo divertido que puede ser, sino también por los grandes e innumerables beneficios para la salud, y por los retos y desafíos que le presentan. Incluso, en muchos casos ha contribuido a alejar a muchos y muchas adolescentes de actividades negativas, como son las drogas y la delincuencia.

En nuestro país, existen una gran variedad de deportes y actividades artísticas en los que las y los adolescentes se pueden desarrollar. Por ejemplo, están los deportes como el baloncesto, béisbol, voleibol, fútbol, gimnasia, tenis, natación y muchos otros más. También existen diversos grupos de bailes y artes plásticas. Por ello, es de suma importancia que las personas adultas les guíen y apoyen al involucrarse en este tipo de actividades.



# EL ROL DEL EDUCADOR Y LA EDUCADORA

Es evidente el valor y la importancia del juego, la recreación y el deporte para los niños, las niñas y jóvenes. Hemos visto que no sólo funciona como una herramienta para estimular los distintos dominios del desarrollo, sino que también ofrece diversas oportunidades de aprendizaje a través de las distintas áreas del saber. En este sentido, se hace necesario que las personas adultas, y en este caso educadores y educadoras estén conscientes de esto y a la vez promuevan y defiendan este tipo de actividad en sus estudiantes.

Los educadores y las educadoras tienen la responsabilidad de:

- Crear espacios, tiempo y proveer materiales para que los niños, las niñas y los adolescentes se recreen y se diviertan.
- Planificar actividades lúdicas o brindar el espacio para que sus alumnos y alumnas las planifiquen.
- Tomar provecho de los momentos de juego, recreación y deporte para la formación en valores y convivencia sana.
- Brindar oportunidades de juego y recreación diversas en cada estudiante para que pueda destacarse.
- Estimularles para que continúen desarrollando destrezas en estas áreas.
- Proveer espacios de conversación y reflexión acerca de dichas actividades.
- Promover los juegos tradicionales así como también bailes, cantos, artes plásticas, etc. con el propósito de transmitir la cultura dominicana.

En este sentido, el educador o la educadora puede contribuir con la formación integral de los niños, las niñas y los adolescentes a través del juego, la recreación y el deporte, su derecho.

# FOMENTO DE VALORES A TRAVÉS DEL JUEGO, ¿CÓMO?

Vivimos en una cultura que tradicionalmente fomenta el individualismo, el egoísmo y la competencia, y estas mismas actitudes son los que suelen fomentarse tradicionalmente a través de muchos juegos.

A partir de la manera en que se forman las personas en esta cultura, hemos aprendido e interiorizado una visión consciente e inconscientemente aceptada sobre el juego: jugar es equivalente a ganar o perder.

Se tiene la idea de que “para ganar no importa lo que haya que hacer” y que “el que gana es el que goza”. Se cree que no importa empujar, aprovecharse de las limitaciones del otro o la otra, o inventarse trampas cada vez más complejas.

Siempre que tengamos en mente el objetivo de ganar, vamos siendo socializados en la dicotomía social de ganar vs. perder, de fortaleza vs. debilidad, rudeza vs. ternura, de lo individualista vs. lo colectivo.

Ante esta realidad es necesario desarrollar alternativas de juegos que promuevan valores como la solidaridad, la unidad, la fraternidad, la confianza entre otros.

Si no hay confianza en el grupo, la comunicación no fluirá porque emisores y receptores siempre estarán preocupados de la agenda oculta del otro. Después de todo, el ser “chivos” es algo que hemos aprendido casi como estrategia de supervivencia. Si no hay confianza en el grupo, la creatividad se verá inhibida por el miedo a quedar mal ante el grupo, a ser criticada o malentendida.

Para contribuir al desarrollo de estos valores, debemos promover un tipo de juego que niegue lo puro y simplemente competitivo, y fomente lo solidario; que promueva la unidad y sepulte los intentos de fragmentación y sumisión. Juegos que al tiempo que nos divierten, desarrollen la confianza en el trabajo en equipo y permitan el crecimiento del amor fraterno.

Los juegos cooperativos tienen una estructura diferente y buscan objetivos diferentes que los competitivos.



## **En los juegos cooperativos:**

- a) Todas las personas ganan o todas las personas pierden, porque nadie compite contra nadie.
- b) Nadie sale del juego porque el objetivo es unir, no dividir.
- c) La energía y la alegría se unen para construir lo más positivo en los grupos, no para agredir. Nos alegramos cuando todos y todas logramos el objetivo colectivamente.
- d) El entretenimiento sano se convierte en algo que permite desarrollar y mantener capacidades físicas, mentales y psíquicas.
- e) Los juegos cooperativos liberan la creatividad de nuestros grupos.

## **Los juegos cooperativos son diferentes de la mayoría de los juegos que conocemos porque:**

- La gente juega **CON** los demás y no **CONTRA** los demás.
- Jugamos para superar desafíos y obstáculos y no para superar a los otros.
- Se busca la participación de todos y todas.
- Se le da importancia a las metas colectivas y no a las individuales.
- Se busca la creación y los aportes de todas las personas que participan en el juego.
- Se busca eliminar la agresión física contra las otras personas que están jugando.
- Se busca desarrollar las actitudes de empatía, cooperación, aprecio y comunicación.

Existen una serie de características que debemos ir desarrollando para disfrutar y aprender de los juegos cooperativos:

Se debe ser **COMUNICATIVO**: Más que explicar el juego, tiene que comunicar el sentido del mismo y transmitir los valores que ayuden a crear un ambiente de cooperación.

Se debe ser **CREATIVO** y **ALEGRE** ya que los juegos son para gozar y se debe motivar esta alegría.

- Se debe ser AMIGO-AMABLE, respondiendo a un contexto de unión y solidaridad.
- Se debe ser FLEXIBLE, sabiendo cuando cambiar algo y poder modificar, iniciar o detener el juego cuando no estaba previsto.
- Se debe ser SENSIBLE al grupo, a sus necesidades y al proceso que vive. PACIENTE porque a veces hay que esperar, porque las cosas no van al mismo ritmo que quisiéramos. Y SENSITIVO, es decir, que está listo a todos los sentidos.



Fragmentos adaptados de: Taller de Juegos Cooperativos. Escuela de Formación Socioeconómica y Cultural República Dominicana 2000.

# LOS RECREOS **DIVERTIDOS**

Recreos Divertidos es una estrategia de trabajo que busca fomentar la convivencia armónica en la escuela. Es un programa dirigido a estudiantes de segundo ciclo de básica que hayan participado en un proceso de formación en liderazgo en valores, que busca que ellos y ellas desarrollen actividades lúdicas y deportivas durante el momento del recreo con estudiantes de su mismo curso u otros grados. A través de estas actividades, se busca fomentar el desarrollo de liderazgos y trabajo cooperativo basado en el respeto, la igualdad, la justicia y la solidaridad.

Recreos Divertidos es una herramienta para ir desarrollando un clima favorable a la inclusión en la escuela, en la medida que docentes y estudiantes construyen comunidades de aprendizaje, se fomenta el liderazgo infantil y juvenil, y se promueven los valores.

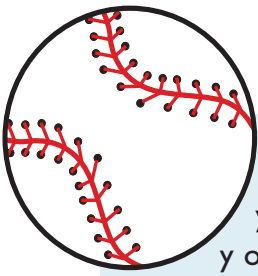
## **¿Cuál es la importancia del recreo para el fomento de valores por ciudadanía?**

La hora del recreo en las escuelas representa un breve descanso para el estudiante después del arduo trabajo en las aulas. Generalmente, se desarrolla en el patio y/o la cancha de la misma escuela, y con poca o ninguna dirección por parte de los maestros y las maestras.

El recreo es un espacio donde el y la estudiante decide qué hacer, cómo y con quién. Es un espacio para descansar, jugar, correr, conversar, hacer tareas...

Sería bueno resaltar que ellos y ellas decidan algunas veces qué hacer, pero es necesario modelar también buenas prácticas.

Lamentablemente, durante el momento del recreo se manifiestan conflictos, comportamientos agresivos y distintas formas de violencia. También es común que se practiquen juegos que fomenten la competencia y el individualismo, y no el trabajo cooperativo.



Muchas otras veces, también se realizan actividades en el recreo que fomentan la desigualdad pues se dividen algunas actividades para niños y otras para niñas, fomentándose así capacidades diferenciadas en unos y otras.

Debido a la influencia que lo lúdico tiene en el desarrollo de los niños y las niñas, es necesario desarrollar dinámicas creativas que permitan hacer del momento del recreo un espacio de aprendizaje a través del juego.

El juego y las actividades deportivas son excelentes medios para el desarrollo de capacidades psicomotrices, socio-afectivas, y de aprendizaje. **Muchas veces, los aprendizajes más significativos e importantes son aquéllos que se logran a través de lo que nos divierte.**

## **OBJETIVOS DE LOS RECREOS DIVERTIDOS**

- Desarrollar espacios lúdicos de educación en valores para la construcción de ciudadanía.
- Contribuir al desarrollo colectivo de destrezas físicas y sociales.
- Promover los valores de integración, respeto, perseverancia, trabajo en equipo, participación, liderazgo, disciplina, responsabilidad, cooperación y solidaridad.
- Convertir el momento del recreo en un espacio de aventura y convivencia colectiva a través del juego.

## **PASOS PARA REALIZAR LOS RECREOS DIVERTIDOS**

**Diagnóstico:** Es importante que en un primer momento observemos y evaluemos con atención lo que sucede en la hora de recreo en nuestras escuelas.

- ¿Qué sucede en el recreo?
- ¿Cuáles son los juegos que más se juegan?
- ¿Cómo se juegan esos juegos?
- ¿Cuáles valores se fomentan a través de esos juegos?
- ¿Cuáles juegos juegan en conjunto niños y niñas?
- ¿Cuáles juegos juegan niños y niñas por separado?
- ¿Se practican juegos que integren a estudiantes de distintas edades y grados? ¿cuáles?

- ¿Cuáles situaciones de violencia y agresividad suelen ocurrir en el momento del recreo?
- ¿Cuáles espacios de la escuela se utilizan en el recreo?
- ¿Cuáles nuevos espacios podrían utilizarse?

**Es importante que de manera individual y colectiva, respondamos estas preguntas y las debatamos. Así, podremos contar con información específica sobre las situaciones que ocurren en el momento del recreo, y qué tenemos que hacer para hacer de ese espacio un momento educativo en valores.**

**Formación:** Es importante que los maestros y maestras de Educación Física , junto con la persona que en la escuela tenga a su cargo el área de orientación y psicología, participen de procesos de formación sobre Dinámicas Recreativas en Valores, en articulación con especialistas del Instituto Nacional de Educación Física. Con esta formación las personas participantes manejarán herramientas teóricas y prácticas para el trabajo en los recreos divertidos.

También es importante que los y las docentes compartan sus conocimientos y experiencias previas en el trabajo con valores.

**Conformación del Equipo:** Es necesario que cada escuela conforme el equipo de líder de los Recreos Divertidos. Este estaría compuesto principalmente por la maestra/o de Educación Física y los niños, niñas y adolescentes que participaron de la capacitación en Multiplicar Valores por Ciudadanía, y/o que tengan liderazgo a lo interno de la escuela y tengan interés en involucrarse en este proceso.

Este equipo tendrá el objetivo de realizar una programación semanal de los recreos divertidos, dividirse las responsabilidades y motivar a toda la escuela para su participación activa. Es importante que en las aulas de los distintos grados así como en el acto de bandera, se motive a los alumnos para su participación en los Recreos Divertidos.

Cada escuela puede desarrollar de 1 a 3 recreos divertidos semanales, aunque esta metodología se puede asumir como un trabajo permanente del centro educativo.



# ACTORES QUE SON PARTE DE LOS RECREOS DIVERTIDOS

- **Departamento de Educación Física, del Ministerio de Educación:** Coordina y da apoyo a las acciones del proyecto, y apoya con la capacitación a maestros y maestras.
- **Directores/as Centros Educativos:** Dan consentimiento para la realización de la experiencia en su centro educativo y da seguimiento para su desarrollo.
- **Psicóloga y Orientadora escolar:** Acompaña el proceso de recreos divertidos, dotando de herramientas a los maestros/as y estudiantes para la resolución pacífica de los conflictos que puedan surgir, y desarrolla estrategias para hacer de los conflictos oportunidades para el aprendizaje, reflexión y crecimiento colectivo.
- **Maestra/o de Educación Física:** Coordina la programación y el desarrollo de los Recreos Divertidos, junto a los niños, niñas y adolescentes involucrados.
- **Maestra/o de Educación Artística:** Propone la integración de dinámicas artísticas, como teatro y canciones, que puedan ser realizadas durante las clases de educación artística y presentadas durante el Recreo Divertido.
- **Niñas, niños y adolescentes líderes en valores:** Lideran las actividades deportivas durante los “Recreos Divertidos”.

**Después de cada actividad, es importante reflexionar con todo el grupo involucrado en las dinámicas, acerca de los valores que se trabajaron en la actividad.**

## ¿QUIÉN ASUME EL PRINCIPAL LIDERAZGO EN LOS RECREOS DIVERTIDOS?

Son las niñas, niños y jóvenes que han participado del programa de Educación en Valores y para la Ciudadanía de la OEI, quienes deben asumir el mayor liderazgo en el proceso de Recreos Divertidos, con estudiantes de su mismo grado y cursos inferiores. El rol de las maestras y maestros es orientar y acompañarles en ese proceso.

## UN EJEMPLO DE LO QUE SERÍA UN RECREO DIVERTIDO

Un Recreo Divertido inicia con estudiantes líderes que desarrollan una dinámica lúdica o deportiva durante el recreo con estudiantes de su grado o grados inferiores.

*Durante un recreo divertido, puede desarrollarse una sola dinámica o juego. Sin embargo, si el grupo de participantes es muy amplio, pueden desarrollarse distintas dinámicas simultáneas, cada una dirigida por una persona líder diferente.*

Al finalizar cada Recreo Divertido el docente de educación física y/o el orientador o psicólogo promoverán un espacio de intercambio con el estudiantado en el cual reflexionarán sobre la actividad realizada, los valores vivenciados, así como también sobre las diferentes oportunidades que tienen para poner en práctica esos valores durante la convivencia cotidiana escolar. Es esta reflexión colectiva lo que dará sentido al proceso. Por esto, es importante que todo el grupo participante conozca cuáles valores se están trabajando en cada momento, durante cada actividad. Recordemos siempre que los juegos y dinámicas no son fines en sí mismo, sino que son medios para la enseñanza de valores.

# ALGUNAS DINÁMICAS QUE PUEDEN REALIZARSE

## • JUEGOS TRADICIONALES

Como forma de rescatar los valores tradicionales de la República Dominicana, en los Recreos Divertidos pueden practicarse juegos tradicionales como son:

- El baile de la caraqueña
- La sillita voladora
- La gallinita ciega
- El juego del pañuelo (el pañuelito)
- El juego de la vaca
- El topao
- Trúcamelo
- El escondido
- Un, dos, tres, mariposita linda es
- A la rueda rueda
- La cortina del palacio



Los juegos tradicionales por lo general han sido transmitidos de generación en generación, y hasta hace muy poco no estaban escritos en ningún libro. Suelen ser ricos en leyendas e historias y actividad motriz, y son parte importante de nuestra historia cultural como pueblo. Por esto, rescatar los juegos tradicionales es recordar los valores, formas de vida y aspiraciones de nuestra sociedad.

Sin embargo, algunos juegos tradicionales también fomentan antivalores que no debemos continuar promoviendo.

Por ejemplo, el juego “ambos a dos, matarile rile rile” suele fomentar que las personas se burlen de los demás. O el juego “el sún sún de la carabela” puede estimular la violencia física. Estos juegos no aportan a la sana convivencia basada en valores, y por lo tanto es mejor no jugarlos.

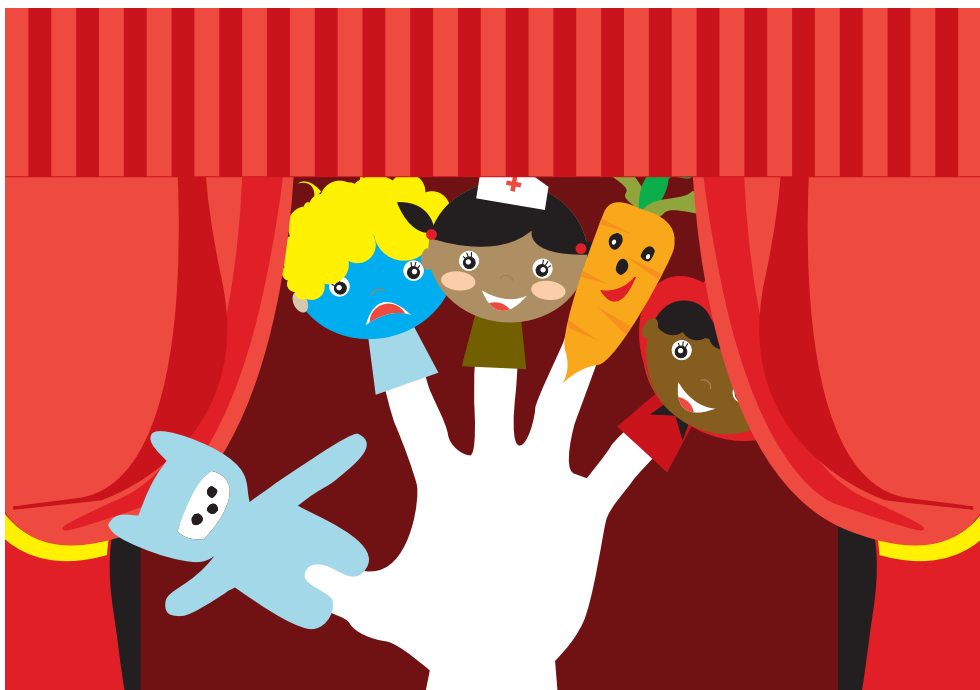
Otra opción es transformar estos juegos en versiones solidarias y cooperativas. Por ejemplo, podríamos jugar “ambos a dos, matarile rile rile” resaltando una cualidad positiva de cada persona.



## • DINÁMICAS ARTÍSTICAS

Junto al maestro o maestra de educación artística de la escuela, pueden presentarse en los recreos divertidos distintas dinámicas artísticas que sirvan para trabajar los valores y ejercitar la creatividad. Por ejemplo:

- Canciones, adivinanzas y rimas sobre los valores.
- Obras de teatro realizadas por los niños.
- Simulación de programas de radio y televisión sobre los valores.



## • DINÁMICAS DE JUEGOS COOPERATIVOS

Los juegos cooperativos son una herramienta para fomentar la solidaridad y el trabajo en equipo. Aquí se juega **CON** la otra persona, y no **CONTRA** el otro, y por tanto son juegos donde no se fomenta la competencia y donde nadie gana ni pierde. Todas y todos jugamos mientras nos divertimos, y así se fomenta la capacidad pacífica de resolver problemas de manera colectiva.

En las próximas secciones, encontrarás distintos juegos cooperativos que pueden desarrollarse durante los Recreos Divertidos.

## • DINÁMICAS CREADAS POR LOS LIDERES DE LOS RECREOS DIVERTIDOS

¡El Equipo Líder debe dar rienda suelta a su imaginación! Es importante que todo el equipo involucrado en el desarrollo de los Recreos Divertidos desarrolle iniciativas de crear sus propios juegos y dinámicas que sirvan para promover los valores.





## PRESENTÁNDONOS

**OBJETIVO:** Integración y presentación de un grupo.

**DESARROLLO:**

1. Las personas participantes se distribuyen libremente por el espacio.
2. Cada quien piensa en secreto un número del 1 al 3.
3. Entonces todas las personas empiezan a presentarse al resto, diciendo su nombre, un valor que les caracteriza y el número que seleccionaron.
4. Si habían elegido el mismo número, se toman de la mano y así, en cadena, siguen conversando con otras personas. Si no habían elegido el mismo número, continúan conversando con otras personas.
5. El juego finaliza cuando se hayan formado tres grupos, uno para cada número.

Tomado de: "Juegos y técnicas de recreación", Mausi Brinnitzer Rodríguez. 1999. Editorial Bonum, Argentina.

## SUPERVIVENCIA EN EL PICO DUARTE

**OBJETIVO:** Reflexionar sobre la influencia de un comportamiento individual sobre el colectivo.

**DESARROLLO:**

1. Se explica que ocurrió una tragedia: un grupo de personas que subían el Pico Duarte tuvieron un accidente. Muchas personas han sobrevivido, pero se encuentran sin comunicación y sometidas a un frío extremo.
2. Se les pide a las personas participantes que traten de ubicarse en esa situación: decidir qué tienen que hacer como equipo para sobrevivir, qué harán para encontrar alimento, cuál de los miembros del equipo tendrá que morir para ser comido por los otros y por cuál parte del cuerpo comenzarían a comérselo.
3. Al final se reflexiona sobre los valores que estuvieron presentes en la resolución del conflicto, y cuáles otras estrategias alternativas se pudieron haber llevado a cabo.

Adaptado de: Foro de la AJC Arzolla. <http://arzolla.mforos.com/935628/5368315-dinamicas-grandes-juegos-para-fomentar-valores/>

## EL ESPEJO

**OBJETIVO:** Fomentar la capacidad de observación y de coordinación.

### DESARROLLO:

1. Las personas participantes se dividen en parejas. Cada integrante de la pareja se coloca uno en frente del otro. Una persona será un “espejo”, y la otra persona será una “persona en movimiento”.
2. La persona en movimiento empezará a hacer movimientos suavemente, y la persona espejo debe imitar esos movimientos, como si el movimiento de la otra persona se reflejara en el espejo. La dinámica se mantiene hasta que las parejas logren mantener fluidez y sincronía en los movimientos.

Adaptado de: Instituto de Tecnologías Educativas.

[http://www.isftic.mepsyd.es/w3/recursos2/orientacion/03accion/op03\\_d1.htm](http://www.isftic.mepsyd.es/w3/recursos2/orientacion/03accion/op03_d1.htm)

## EL ENREDO

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo en equipo cooperativo.

### DESARROLLO:

1. Una persona se encargará de enredar a todas las personas participantes con las manos: cada jugador le dará la mano a otra persona, formándose un gran nudo humano.
2. El grupo tratará de soltar el nudo PERO sin que nadie se suelte de las manos.

Adaptado de: Juegos Cooperativos. Cruz Roja Juventud. Uruguay

<http://www.uruguay.cruzroja.org/juventud/documents/juegos.pdf>

## LA PELOTA IMAGINARIA

**OBJETIVO:** Fomentar la integración de un grupo.

**DESARROLLO:**

1. La persona facilitadora hace la mímica de tener una pelota imaginaria, de la cual muestra el peso y el tamaño.
2. Se tiene que lanzar la pelota a una de las personas participantes, pero antes debe decir el nombre de esa persona. Si no sabe el nombre de alguien se lo pregunta. Quien recibe la pelota imaginaria nombra a otra persona y se la lanza.
3. En cualquier momento del juego, la persona facilitadora puede cambiar el objeto imaginario por ejemplo, la pelota deje de ser pelota, y pase a ser una canica, un block, entre otros objetivos.

Adaptado de: Juegos Cooperativos. Cruz Roja Juventud. Uruguay  
<http://www.uruguay.cruzroja.org/juventud/documents/juegos.pdf>

## ESCONDIDA COOPERATIVA

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo y la coordinación en equipo, y la integración grupal.

**DESARROLLO:**

1. Una sola persona se esconde mientras el resto del grupo cuenta.
2. Al comenzar la búsqueda las personas que van encontrando a el/la que se escondió primero, se quedan allí y pasan a ser un equipo escondido.
3. El juego termina cuando la última persona encuentra al equipo, y también se esconde.

Adaptado de: Juegos Cooperativos. Cruz Roja Juventud. Uruguay  
<http://www.uruguay.cruzroja.org/juventud/documents/juegos.pdf>

## SILLAS MUSICALES COOPERATIVAS

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo en equipo y la diversión colectiva.

### DESARROLLO:

Las sillas musicales es un juego que se conoce en todas partes. Los participantes empiezan con una silla menos cada uno bailando al compás de la música. Cada vez que se detiene la música, hay una silla menos, y un jugador es eliminado. Así se sigue jugando hasta que hay un ganador o ganadora.

Modificando este juego, se puede buscar la participación de todos y todas: Poniendo como objetivo que, aunque se vaya reduciendo el número de sillas, nadie se quede sin sentarse. Cuando se detiene la música, todo el grupo busca sentarse. Dado que irán faltando sillas, algunos tendrán que compartir su silla. Mientras va avanzando el juego, el grupo tiene que organizarse para poder, por ejemplo, lograr que diez personas se monten en cuatro sillas. Con este juego no hay personas que queden eliminadas. En cambio, hay un desafío para todo el grupo. Si el grupo logra montar a tantas personas en pocas sillas, entonces el éxito lo comparten todos. Es un desafío que el grupo tiene que enfrentar colectivamente.

A veces es bueno jugar las dos versiones del juego para que el grupo reflexione sobre las diferencias. Por ejemplo, después de jugar a las sillas musicales de las dos maneras, se pueden hacer las siguientes preguntas: ¿Qué pasó en el primer juego?, ¿Qué pasó en el segundo juego?, ¿Cómo nos sentimos?

Tomado de: Taller de Juegos Cooperativos. Escuela de Formación Socioeconómica y Cultural

## LA CUERDA

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo en equipo y la concentración.

### DESARROLLO:

1. En lugar de dividirse en dos y jalar la cuerda, comencemos por atar, bien fuerte, las dos puntas de la soga.
2. Luego nos colocamos alrededor, formando un círculo. Agachándonos tomamos la soga y estirando hacia afuera y con un movimiento coordinado (todos al mismo tiempo) nos ponemos de pie. La sensación que produce es como si una fuerza invisible nos lleva hacia el centro.
3. También podemos colocarnos en el interior del círculo y con la soga en la cintura nos recostamos, tratando de inclinarnos sin agarrar la soga. ¡Atención! El grupo entero tiene que concentrarse porque el equilibrio del grupo depende de cada uno.

Tomado de: Taller de Juegos Cooperativos. Escuela de Formación Socioeconómica y Cultural

## LOS SACOS

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo en equipo.

**DESARROLLO:**

1. Todas las personas meten una pierna en un saco y la otra pierna en otro saco donde ya hay otro jugador, formando una cadena humana. Luego tratan de avanzar todos juntos. El reto está en cómo el grupo asume la tarea. Verán que en grupos con mucha unidad se juega muy bien. Si no hay sacos se puede atar las piernas con un pañuelo o prenda de vestir.

Tomado de: Taller de Juegos Cooperativos. Escuela de Formación Socioeconómica y Cultural

## BLA – BLA – BLA

**OBJETIVO:** Favorecer la comunicación del grupo, a través de la expresión corporal y el lenguaje no verbal.

**DESARROLLO:**

1. Se dividen las personas participantes en grupo de 3 ó 4 personas, y a cada grupo se le da una situación que debe dramatizar. Por ejemplo, un almuerzo familiar, el trabajo en aula de una maestra, escenas cotidianas que suceden en la calle o en el transporte público, etc.

2. El reto del grupo consiste en dramatizar esa escena pero SIN utilizar ningún idioma conocido. Deben hablar utilizando solamente “bla bla bla” y sus gestos y lenguaje corporal.

3. Cada grupo tendrá 5 minutos para preparar la dramatización. Luego, cada grupo presentará su escena al resto de las personas participantes y se reflexionará sobre la importancia del lenguaje corporal en la comunicación.

Tomado de: International Activity Database. <http://resources.cisv.org/activityDB/page.jsp?activity=180>

## LA LEVANTADA GRUPAL

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo en equipo, la coordinación y la cooperación.

**DESARROLLO:**

1. Todas las personas se agachan en ronda mirando hacia fuera, con las rodillas flexionadas y los pies apoyados en el piso, tomados codo a codo.

2. El juego consiste en levantarse todos y todas simultáneamente, sin apoyar las manos en el suelo.

Tomado de: “Juegos y técnicas de recreación”, Mausi Brinnitzer Rodríguez. 1999. Editorial Bonum, Argentina.

## LOS CAMBIOS

**OBJETIVO:** Aportar a la integración de las personas y a desarrollar su capacidad de atención.

### DESARROLLO:

1. Todo el grupo participante se divide en parejas. Cada pareja se observa detenidamente por unos 2 minutos.
2. Luego, cada pareja se separa y sin que la otra persona le vea, cada persona se hace tres cambios en su aspecto personal. Por ejemplo, cambio del peinado, cambio de zapatos, quitarse los aretes, etc.
3. Luego las parejas se vuelven a juntar, y cada persona trata de identificar los cambios que la otra persona hizo.

Tomado de: International Activity Database <http://resources.cisv.org/activityDB/page.jsp?activity=340>

## LOS SUBMARINOS

**OBJETIVO:** Trabajar la capacidad de comunicación, escucha, coordinación y trabajo en equipo.

### DESARROLLO:

1. Se forman equipos de aproximadamente 6 personas cada uno. Cada equipo debe agarrarse por la cintura formando una fila. Cada equipo es un submarino.
2. Todas las personas deben tener los ojos vendados de manera que no puedan ver. Solo la persona que está al final de la fila tiene los ojos sin vendar.
3. El juego consiste en que cada submarino debe caminar por el espacio, sin topar los otros submarinos. La persona al final de cada fila (submarino) como es la única que ve, es quien guía a todo su equipo sobre cómo debe moverse para no chocar al resto.

Tomado de: "Juegos Recreativos". Pastoral Juvenil San Miguel Arcángel. [www.scout.cl/akela](http://www.scout.cl/akela).



## CREANDO UN JUEGO

**OBJETIVO:** Fomentar la creatividad de los y las participantes.

**DESARROLLO:**

1. Los y las participantes se dividen en grupos de cuatro, cada uno con una persona líder. El objetivo es crear un juego que sea original y se puede jugar en grupos grandes.
2. Esta dinámica puede asignarse de un día para otro, o con una semana de antelación. En la próxima jornada, cada grupo guiará el desarrollo de su dinámica creada con todo el grupo.

Tomado de: International Activity Database. <http://resources.cisv.org/activityDB/page.jsp?activity=520>

## EL ÁRBOL Y EL VIENTO

**OBJETIVO:** Desarrollo de la confianza del grupo y la coordinación para el trabajo en equipo.

**DESARROLLO:**

1. Se hace un círculo pequeño de 5 a 7 personas. Una persona está en el centro, y se hace rígida, como si fuera un árbol, y se deja caer. Al caerse debe dejarse fluir y no mover los pies de un punto fijo del piso. Es como si el árbol fuese movido por el viento, pero sus raíces se mantienen firmes.
2. Las personas que forman el círculo son el viento, y no deben dejar caer a la persona árbol. Lo atrapan suavemente y lo empujan suavemente hacia otra persona, que hará lo mismo, y así sucesivamente.
3. Todo el mundo debería tener la oportunidad de estar en el medio, y es mejor si la persona en el centro (la que hace de árbol) tiene los ojos cerrados.
4. Esta dinámica es importante trabajarla en grupos pequeños, y hacer énfasis en la importancia de tratarse mutuamente con delicadeza, cariño y el cuidado mutuo, como la base para construir la confianza.

Tomado de: Taller de Juegos Cooperativos. Escuela de Formación Socioeconómica y Cultural

## **EL NUDO**

**OBJETIVO:** Fomentar el trabajo en equipo, la coordinación y la cooperación.

### **DESARROLLO:**

1. Las personas se colocan en ronda, hombro a hombro, cruzando cada quien sus brazos delante de su abdomen, para que su mano derecha toque el muslo izquierdo y la mano izquierda toque el muslo derecho. Colocadas así, todas las personas se toman de la mano.
2. El juego consiste en deshacer el nudo, sin soltarse de las manos, a fin de conformar una ronda con todas las personas mirando hacia dentro.

Tomado de: "Juegos y técnicas de recreación", Maudi Brinnitzer Rodríguez. 1999. Editorial Bonum, Argentina.

## **ESPEJO MÁGICO**

**OBJETIVO:** Trabajar la coordinación y trabajo en equipo.

### **DESARROLLO:**

1. Una persona hará de "espejo" y estará sentada frente al resto de las personas participantes.
2. El juego consiste en que el espejo empieza a contar una historia gestualizando mucho. El resto, debe repetir todos sus movimientos, pero al contrario. Si se sienta, el resto se para. Si se pone la mano en la cabeza, el resto pone las manos en los pies. Si camina a la izquierda, el resto camina a la derecha.
3. Al cabo de unos minutos, una nueva persona asume el rol de espejo.

Tomado de: "Juegos Recreativos". Pastoral Juvenil San Miguel Arcángel. [www.scout.cl/akela](http://www.scout.cl/akela).

