



PUERCOESPÍN SUGIERE ACTIVIDADES
Guía para padres y educadores
Parte II
(versión preliminar)

Verónica Assef, Licenciada en Educación
Hilda Aceitón, Licenciada en Educación (c)
Ingrid Cáceres, Licenciada en Educación

Diciembre, 2001

Puercoespín Sugiere Actividades:
Guía para padres y educadores
Parte II
(versión preliminar)

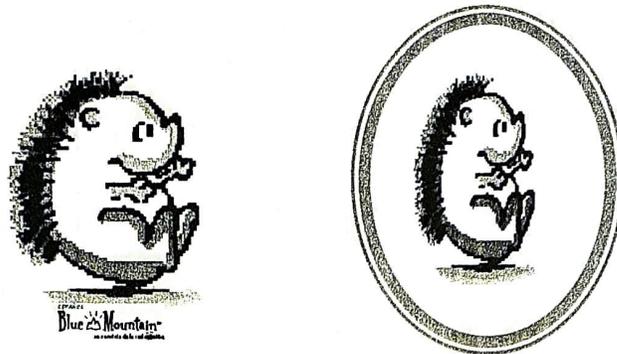
Verónica Assef, Licenciada en Educación
Hilda Aceitón, Licenciada en Educación (c)
Ingrid Cáceres, Licenciada en Educación

Diciembre, 2001

A través de estas actividades se pretende:

Que el niño o la niña desarrolle la capacidad de ser activo frente a los adultos y a su medio generando una adecuada autoconfianza y autoimagen.

PUERCOESPÍN SE MIRA AL ESPEJO...



"Puercoespín, espín, espín"

Esta historia ocurre en el Bosque Verde, donde todos los animales vivían gratamente, el Cocodrilo respetado por su enorme boca, la Ardilla por ser tan trabajadora, la Serpiente sigilosa y elefante se transformaba en cuerda para que saltaran sus amigos y ¿la Rana?, famosa por sus chistes e innumerables muecas que hacía con su cara. Sólo Puercoespín tenía problemas, él sentía mucha vergüenza por su cuerpo.

¿Por qué seré así?, se preguntaba, lleno de espinas... así no puedo jugar con nadie, si me acerco a alguien sólo le causo dolor...

Y así lamentándose se escondió tras los arbustos para que nadie lo viera. Pero un brillo singular en el suelo lo hizo salir de su escondite. Un poco nervioso recogió aquello que brillaba sin entender que era. Es que Puercoespín no conocía los espejos y aquello que brillaba como sol, era nada más y nada menos que un trozo de espejo perdido..."

La Tortuga alargó lo que más pudo su cuello y riendo le explicó, eso no es una foto de un animal Puercoespín, es un espejo. Es un vidrio pintado por el reverso que permite que te veas reflejado en él. Ese que ves allí, reflejado en el espejo, eres tú...y continuó su pausado caminar dejando asombrado a Puercoespín"

...¿Soy yo?, se preguntaba sin creerlo, ¿de verdad soy yo?... Pero que ¡bello soy!, dijo finalmente entendiéndolo todo. Durante todo este tiempo viví solo, pensando que nadie quería estar conmigo, sin mirarme como soy de verdad. ^{1}*

Entonces, sin darse cuenta estaba frente a la cancha de football, donde todos los animales habían armado equipos; y sin pensarlo más entró a jugar a la cancha, tropezando y rodando por el césped y sin proponérselo, su cuerpo chocó con el balón y metió un tremendo goooooool. Sus compañeros riendo lo tomaron en brazos y abrazándolo festejaron con él, quien sonrió aún más cuando escuchó comentar, oh! qué suave el abrazo de Puercoespín, sus púas parecen de algodón.

^{1*} Verónica Assef

Actividad 1

PUERCOESPÍN se recuerda que es importante el cariño en los niños y niñas y observa el Masaje Shantala (Lactantes 0- 24 meses)

Se basa en el SHANTALA, el arte tradicional del Masaje en los niños y niñas en la India, el cual aplicado a nuestra realidad se transforma en un instrumento de trabajo de mucho valor.

Objetivo :

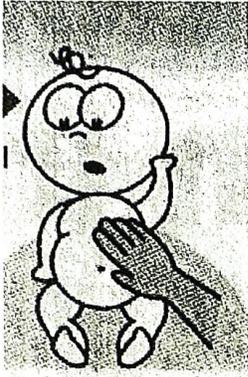
Generar un sentimiento de bienestar y de seguridad al niño(a) y cubrir su necesidad de recibir caricias.

Consideraciones en la aplicación del Masaje

1. Existirá un adulto estable la que realizará el masaje diario al lactante durante el tiempo establecido (30 minutos).
2. Es importante que el Adulto antes de comenzar el Masaje esté cómodo, con libertad de movimiento.
3. El espacio donde se realizará el Masaje deberá estar temperado.
4. El Lactante estará desnudo.
5. El lactante jamás debe experimentar frío.
6. Si el clima lo permite, después del masaje se dejará al sol.
7. Después del Masaje se bañará al niño /a para lograr una relajación completa en el agua.
8. No es necesario hablarle al niño /a sólo tocarlo y mirarlo a los ojos, de manera de establecer contacto con él /ella.
9. Tocar el cuerpo directamente, sin poner nada entre el adulto y el Lactante. Tocar ligeramente, lentamente, conservando la lentitud. Conservar un ritmo desde principio a fin.
10. Siempre conservando la lentitud, la presión de las manos se acentúa, según avanza el masaje.
11. El masaje se realizará en períodos no posteriores a la alimentación

El Masaje Shantala para bebés, es un arte antiguo, es una técnica que es necesario aprender y dominar. Esta posee ciertos pasos, momentos y consideraciones que se deben tomar en cuenta en todo momento de la experiencia: Orden del Masaje en el cuerpo del Lactante

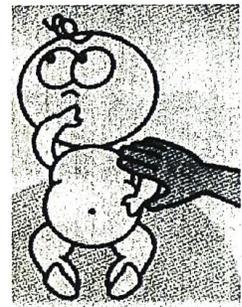
El Masaje Shantala:



El Masaje se iniciará en el PECHO, 1) Cada mano va a un lado siguiendo la inclinación de las costillas, hacia los costados. (Como un libro abierto al que se le alisan las páginas). 2) Las manos del adulto trabajan juntas o intercaladas, pero en dirección opuesta.

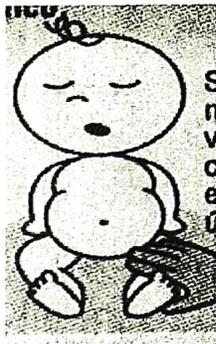
Partiendo del lado izquierdo del bebé, la mano derecha sube hasta el hombro derecho. Seguida de la otra mano, una después de otra. (como ola) Sobre el cuello del niño/a.

Se continúa con los BRAZOS, ubicando al lactante preferentemente de costado, la mano izquierda toma la mano del lactante para extender el brazo. 1) Con la mano derecha el adulto se apodera del hombro del niño/a formando un brazalete que baja. Se recorre con la izquierda, hacia abajo del cuello a la mano. 2) El siguiente movimiento es con las dos manos juntas haciendo efecto de torsión, en sentido opuesto una mano y otra.



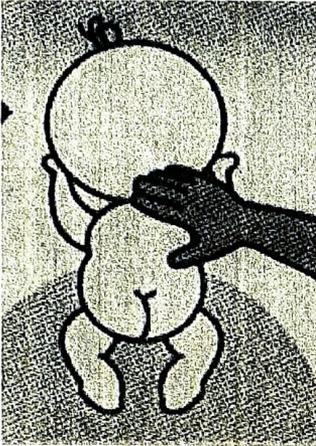
Recomenzar hombro a mano y detenerse en la muñeca, insistiendo en el movimiento. Se realiza lo mismo en los dos brazos.

Lo siguiente son las MANOS del lactante, 1) con los pulgares del adulto masajear la palma, yendo desde la base hacia los dedos. 2) Estirar los dedos uno a uno, doblarlos todos juntos.



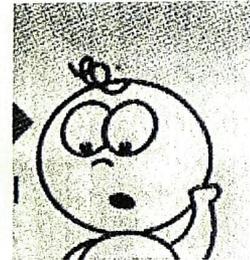
Para las PIERNAS. Se ocupan iguales movimientos que para los brazos, y en la planta del pie, similares movimientos que en las manos.

El VIENTRE, es decir, desde donde se abren las costillas hasta los genitales. 1) Una mano después de la otra como olas, llevando las manos hacia el adulto. 2) Las manos tocan planas y derechas como abriendo un libro. 3) Las manos planas y derechas suben y bajan alternadamente desplazándose por el vientre de izquierda a derecha.



La ESPALDA: los movimientos se distinguen en tres tiempos: 1) un primer tiempo las manos del adulto se ubican a la altura de los hombros, adelantándose una después de la otra, siguiendo un ritmo estable. Se tocan los omóplatos, base de la espalda, zona de los riñones y nalgas. Las manos del adulto suben y bajan juntas y una después de la otra. 2) Segundo tiempo: la mano izquierda recorre en forma plana la espalda del bebe, desde la nuca hasta las nalgas, por el centro, con fuerza y lentitud. La mano derecha retiene las nalgas y se opone al movimiento de la mano izquierda. 3) Tercer tiempo: La mano derecha del adulto recorre la espalda desde la nuca hasta los pies, sin detenerse. La otra mano sostiene los pies del niño y se opone al movimiento.

Por último, la CARA, sólo después del primer mes y posteriormente si el niño lo acepta. La punta de los dedos índice y medio ubicarla en la frente del bebé haciendo movimientos hacia los costados del rostro, bordeando las cejas. Los movimientos van hacia fuera por el contorno, haciendo presión a lo largo de las mejillas. La base de la nariz. Con el índice subir hacia la frente por e contorno de la nariz.



Actividad 2

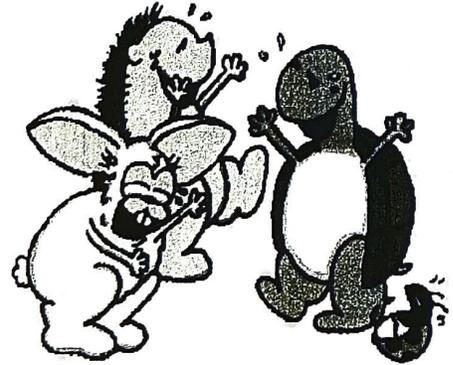
PUERCOESPIN, observa la importancia de la diversión en los bebés para enfrentar la adversidad. Y, ríe, ríe, ríe

Aparece el plip

Objetivo :
Experimentar con las sensaciones del cuerpo, a través del juego.

Materiales :
- No se requieren.

El niño o niña sentado le cantaremos una canción con gestos y tocaremos partes de su cuerpo (rodilla, nariz, vientre, otros) acompañándolo de un sonido por ejemplo "PLIP ". Dejaremos que se provoque la respuesta de los niños/as. Se puede realizar individualmente o en círculo por turno.



Actividad 3

Las Escondidas.

Objetivo :
Desarrollar la atención voluntaria utilizando el juego de las escondidas.

Materiales :
- No se requieren.
Jugar un rato con el niño/a luego en un momento escondernos de su vista aparecer y desaparecer, se puede acompañar de un sonido o una palabra.

Actividad 4

Cosquillas.

Objetivo :
Experimentar el placer de reír, por medio del juego.

Materiales :
- No se requieren.

En una ronda movernos según un ritmo, en un momento de improviso, tocar una parte de su cuerpo haciendo cosquillas, solo segundos, tocando a uno y otro, por turno.

Actividad 5

PUERCOESPÍN recuerda que el cariño en todas las edades es importante y propone participar en Masajes en parejas y Grupales (Primera Infancia)

Objetivo :

Estimular las sensaciones corporales y aliviar situaciones de estrés por medio de masajes.

Materiales :

- Música instrumental.
- Bolitas o canicas.
- Aceites naturales.

Instrucciones

◆ En parejas:

1. En niños y niñas invitarlos a realizar masajes en parejas y grupalmente. (Formar grupos de 8 a 10 niños(as)).
2. El adulto debe guiar estas acciones.
3. Preparar el espacio de manera que permita que los niños/as se acuesten.
4. Con una música instrumental de fondo.
5. Se puede introducir aromas de aceites naturales (usados en aromaterapia).
6. Invitarlos a tocarse unos a otros en distintas partes del cuerpo, turnándose.
7. Luego, en círculo, pedirles que se descalcen.
8. Entregarles bolitas o canicas
9. Invitarlos a pisarlas y frotarlas con la planta de los pies.
10. Variando la presión, más fuerte, más suave.
11. Preguntar sobre sus sensaciones corporales.

◆ En grupo:

1. Un niño(a) se pone boca abajo.
2. Con los codos hacia fuera y las palmas de la mano apoyadas cerca de la cabeza.
3. Uno(a) se arrodilla a la cabeza del niño y tres o cuatro a cada lado del niño(a) que se encuentra acostado(a).
4. Todo el ejercicio se hace sin hablar.
5. El niño(a) ubicado a la cabeza conduce y coordina a los otros(as) por medio de gestos con manos y cabeza.
6. Todos(as) deberán tratar de masajear del mismo modo y con igual fuerza tal como lo indique el coordinador(a).
7. Masajée todo el cuerpo, incluyendo la cabeza, dedos y pies.
8. Con movimientos hacia delante y atrás cubriendo las zonas más próximas a cada niño(a).
9. Es necesario comenzar muy suavemente.
10. Luego intensificar gradualmente, con movimientos estimulantes y vigorosos.
11. Los últimos suavemente o con la aplicación estática de presión en uno o dos puntos de la columna vertebral.
12. Para finalizar, uno(a) de los integrantes del grupo le da un abrazo al niño(a) como señal de término.

Se puede utilizar la siguiente secuencia:

- **Palmadas:** con las palmas de las manos.
- **Golpes:** con el borde inferior de las manos (tipo karate).
- **Golpecitos:** con la yema de los dedos.
- **Amasar:** ubicando las yemas de los dedos formando un círculo, luego se juntan iniciando movimientos ascendentes.
- **Camino:** usando uno o dos dedos y moviéndolos como si caminaran.
- **Frotar:** con las palmas de las manos moviéndolas en círculo.
- **Presionar:** con las palmas, gradualmente aumentando la presión, se mantiene y luego se reduce muy lentamente.

- **Acariciar:** con las yemas, suavemente hacia delante y atrás; hacia arriba y abajo.
- **Presionar:** con las yemas presione, finalice quitando un dedo por vez, empezando por el meñique.
- **Frotar** con las palmas, los dedos o nudillos de la mano, amasar con las palmas, con el pulgar y demás dedos.

Es importante que todos(as) hagan lo mismo simultáneamente, y en cuanto sea posible de la misma manera, es decir, que todos(as) empiecen y terminen juntos.

Actividad 6

PUERCOESPÍN recuerda la importancia de la autoconfianza y observa:

Los Capullos

Objetivo :

Experimentar con diferentes aspectos de la imaginación sensorial.

Materiales :

- Música instrumental.

Se les pide a los niños(as) que busquen un sitio con espacio libre alrededor y se tiendan en el suelo, que cierren los ojos y busquen una posición cómoda. Ahora, que tensen su cuerpo lo más que puedan, durante algunos segundos, intensamente. Luego, que se relajen por completo. Repitan varias veces y observen que pasa con su cuerpo.

Después plieguen su cuerpo de manera que se sientan protegidos, en posición fetal, que cierren los ojos y los mantengan cerrados hasta que se les indique abrirlos.

Imaginar que están en un capullo, rodeados por una suave y resistente cáscara que los protege, descubrir como es el interior de la cáscara, que colores, olores y sabores tiene, cómo es el espacio interior (en este momento se puede poner una música suave).

Ahora, lentamente, comenzar a abrirse, salir del capullo, buscar la salida de la cáscara protectora y comenzar a estirarse de la manera que les resulte más cómoda y emitir algunos sonidos.

Haga un círculo y converse con los niños(as), que sintieron, que vieron..
Los niños sentados en una posición cómoda y con espacio alrededor. Cierren los ojos y tomen contacto con su cuerpo, que respiren inhalando por la nariz y exhalando lentamente por la boca, repita tres veces.

Luego se les pide que imaginen que están en una amplia y soleada pradera de verde pasto con mucho espacio, es un día con un Sol luminoso, que acaricia sus mejillas, tienen mucho espacio para moverse y bailar. Miren el lugar, que cosas ven...

De pronto aparece un bailarín y una bailarina, comenzarán a bailar y moverse libremente por la pradera, observen la gracia y belleza de sus movimientos y bailes.

¡Oh!, éste bailarín(a) nos vio, se acerca alegremente hacia nosotros(as), ¡Oh! ¡qué maravilla nos invita a danzar con él /ella!. Tendrán que abrir los ojos, levantarse y comenzar a moverse al compás con nuestro(a) bailarín(a) imaginario, desplazarse por la sala como si fuera esa pradera espaciosa y luminosa.

Poner una música que facilite el baile.

Actividad 7

PUERCOESPIN, sabe la importancia de la autoimagen y nos invita a los niños y niñas a celebrar con él su descubrimiento...

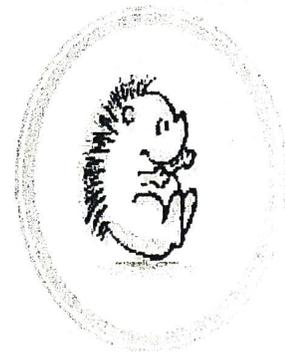
Conociéndonos.

Objetivo :

Reconocer las características propias, a través de la comparación con los demás y consigo mismo(a) en el tiempo.

Materiales :

- Elementos de desecho.
- Foto del niño recién nacido
- Lápices, tijeras, pegamento.
- Un espejo.
- Cremas para masaje.
- Bolitas o canicas.



Se sugiere cantar una canción al inicio de cada una de las actividades, de manera que sea característica y simbólica de este espacio de encuentro.

En círculo, permitir que cada niño /a escoja donde sentarse. Conversar en torno a las características físicas, que nos hacen diferente unos de otros. Fijarse en cada

uno de ellos en el color de pelo, rubio, café, negro... también hay algunos que los tienen corto o largo, crespo o liso u otras características físicas.

Conversar en torno a una característica personal positiva de cada uno de ellos, invítelos a concentrarse en cada uno de ellos/as. Diga cantando una característica de cada uno mientras invita a los demás a observar.

Conversar sobre las cosas que saben hacer. Ejemplo : vestirse solo, comer solo, otros. Poner atención a lo que saben hacer con su cuerpo. Con música para invitarlos a moverse, ocupando las diferentes partes de su cuerpo.

Pídales la fotografía de cuando estaban recién nacidos(as), que muestre bien su cara y sus ojos, un espejo y una máquina del tiempo...

Como lo más probable es que no puedan conseguir una máquina del tiempo, tendrán que crear una con su imaginación.

Es posible que los niños(as) dibujen y/o creen una máquina del tiempo con materiales de desecho, antes de iniciar la experiencia.

Se les invitará: "Estas a punto de viajar a través del tiempo y del espacio, en tu máquina del tiempo que hará más corto tu camino... a tu época de recién nacido.. "

Usando su memoria, su fotografía y su máquina del tiempo invítalos a regresar a esa época. Por ejemplo, era gordo(a), me gustaba chupar el chupete, tenía un oso de peluche con el que me gustaba dormir...

Ahora, vuelve al día de hoy, usando tus ojos y tu espejo, mira como eres ahora ¿Cómo has cambiado?, ¿qué actividades son importantes para ti?, ¿estás contento(a)? .

Usando tu imaginación y tu maquina del tiempo, ve hacia delante, hacia el futuro ¿qué estás haciendo?, ¿cómo te ves cuando seas grande?

Luego invitarlos a un viaje mágico y divertido en que llegaremos al mundo de los espejos. Juego del espejo, en parejas de niños(as), uno es el espejo del otro, copiándole como un espejo todas las muecas y movimientos que haga. Retornar del viaje cuando ya se han mirado al espejo y han interactuado con el otro, por lo menos unos 5 a 10 minutos. Después de intercambiar papeles y se realiza un nuevo viaje de regreso desde el mundo de los espejos.

Para terminar, tápese usted los ojos y pida que cada uno /a de ellos /as se ponga detrás suyo, el grupo debe decir características del que está detrás de manera que usted adivine quién es. Otra forma de hacerlo, es taparle los ojos a uno de los niños(as) y pedirle que reconozca, por el tacto, que compañero tiene adelante, los demás pueden ayudar y darle pistas de cómo es el niño o niña que tiene en frente.

Una vez finalizado el juego anterior, se invitará a los niños a formar en fila para recibir la "poción de la tranquilidad", de esta forma estar relajados y concentrados para la siguiente actividad que es masaje. Se realizará masaje con distintos tipos

de cremas, se untan en los pies en las manos, asimismo, se ocupan bolitas o canicas para masajear las manos, los pies, otros.

Finalizar con ejercicios de respiración, poner atención en los latidos del corazón.

Entregar refuerzo por la participación y el entusiasmo.

Actividad 8

PUERCOESPÍN recuerda, la importancia de confiar en sí mismo

La Seguridad.

Objetivo :

Tomar conciencia de la necesidad de seguridad para sentirse bien.

Materiales :

- Figuras de animales en forma de insignias.

Después de saludarse, se les invitará a sentarse en círculo, se narrará un cuento sobre un niño y niña indígena, que tras una tormenta, se pierden de sus padres y quedan a la deriva en un tronco en el río. Suspender el relato y conversar con los niños (as) sobre qué les pasaría a ellos, qué harían en esa situación.

Continuar narrando como los niños son salvados por los animales sobrevivientes, quienes los adoptan y les enseñan cómo vivir y cuidarse en esos lugares, los dejan ir cuando ellos ya han aprendido, encontrándose finalmente con sus verdaderos padres.

Se destaca de cada animal una característica. Ejemplo en la lechuza la atención, sus ojos abiertos ante el peligro – el puma o el tigre por su capacidad de moverse y cazar su presa – el elefante que siempre anda en grupo, en manada – la serpiente que es capaz de engañar al animal que quiere comerla, fingiendo que está muerta – la rana y sus saltos y sonidos divertidos, otros.

Finalmente se le regala a cada niño y niña el símbolo de un animal que representa una característica que ella posee.

Se termina con un aplauso para todos y todas.

Actividad 9

PUERCOESPÍN sabe lo importante de tener amigos, y nos invita a disfrutar la amistad

La Amistad.

Objetivo :

Reconocer la importancia de las expresiones de afecto como demostración de amistad.

Materiales :

- Cuento relativo a la Amistad.
- Títeres para representar el cuento.
- Papel, tijeras, lápices de colores.
- Pañuelos.
- Música instrumental.

Cantar la canción característica de saludo, u otro símbolo que indique que ya se entró en el taller (rima, cuento, coreografía, otros).

Para conectar a los niños(as) con la actividad, se les invita a tomar la "poción de la amistad". Se les motiva a expresar cariño a los compañeros de taller, cada niño(a) va proponiendo diferentes formas de expresar cariño, ¿cómo les gusta más que les hagan cariño?, ¿cuál es la forma que les gusta más hacer cariño?

Luego, se les invita a los niños(as) a escuchar un cuento relacionado con la amistad, la solidaridad, el compartir. Se sugiere un relato o cuento ocupando la técnica de títeres. El cuento debe destacar la importancia de tener amigos y amigas.

Comentar sobre el cuento y su experiencia de amistad. Invitarlos a confeccionar una tarjeta y regalársela a alguien del grupo o a otro amigo.

Se termina el encuentro, con movimientos y acciones estimuladas por el adulto. Con música de fondo y cada niño(a) con un pañuelo grande que pueda manipular fácilmente, se les va sugiriendo distintas acciones que sean distintas a las sesiones pasadas.

Actividad 10

PUERCOESPÍN, comparte sus emociones con los demás.

Objetivo :

Reconocer y expresar diferentes emociones, a través de sus representaciones corporales.

Materiales :

- Bolitas o canicas.
- Imágenes de niños(as) con diferentes expresiones.

Se realiza con el rito de inicio... Poner atención en la respiración, poner la mano en el vientre y sentir como éste se mueve, poner una bolita o canica en el ombligo y observar cómo sube y baja, juntarse en pareja, tocarse, juntar las plantas de los pies y pedalear de a dos.

En círculo observar diferentes imágenes al centro, con niños y niñas con diferentes expresiones, elegir una de ellas e imitarla, ir deteniéndose en la expresión que cada uno escogió y qué representa, conversar sobre qué situaciones nos hace sentir de esa manera.

Despedirse con diferentes formas de abrazo.

Actividad 11

PUERCOESPÍN ha observado la importancia de un espanta miedos

Nuestros miedos.

Objetivo :

Tomar conciencia de los miedos de cada cual y de los mecanismos para superarlos.

Materiales :

- Sobres, esquelas y lápices para cada niño(a).
- Pañuelos.
- Una caja grande.
- Música de danza.

Rito de inicio o entrada.

Se invita a los niños a moverse en ronda, realizando movimientos uno por uno, que todos deben copiar.

Se les invita a tomar la "poción de la verdad", que preparará a los niños(as) a decir la verdad de las cosas que pasan y sienten. Plantearles la pregunta ¿qué cosas nos agradan? ¿qué cosas no nos agradan? ¿cómo nos sentimos cuando nos pasan cosas que no nos agradan? ¿cuándo les pasa algo malo o algo que no les agrada a quién le cuentan?

¿Qué cosas les causan susto? ¿qué hacen cuando eso pasa? ¿a quién recurren? ¿a quién le cuentan?

Después de conversar de aquellas situaciones, hechos o cosas que no les gusta o les causa temor, se les presenta unos pequeños personajes que representan a los "espanta miedos". Personajes mágicos que tienen la propiedad de llevarse los miedos al contárselos, se invita a que los niños(as) le cuenten a estos o este personaje, en secreto, las cosas que le causan miedo o molestia de tal forma que espante el miedo.

Finalmente, los niños y niñas participantes, le escriben una carta (a través de la guía o facilitador adulto) a quién le quieran contar sobre aquellas cosas o situaciones que les causan miedo o molestia y que compartieron con el espantamiedos, de tal forma de ayudar a los niños(as) a expresarse acerca de estas situaciones. Los niños(as) en general, le escriben a sus madres o padres.

El Miedo en la Burbuja

Encuentra un lugar tranquilo, donde puedas estar solo/sola por un rato. Siéntate cómodo(a) y cierra los ojos.

Imagina que estas en una tina llena de burbujas... comienza a soplar grandes burbujas, ellas flotan en el aire, danzan en diferentes direcciones, tienen diversos colores y tamaños. Ellas flotan haciéndose cada vez más y más pequeñas hasta que finalmente desaparecen. Mete un miedo en cada burbuja. Mira como tu miedo flota en el aire y desaparece.

Di la frase mágica:

Pirineció, pirineció, mi miedo en una burbuja desapareció.

Se termina el encuentro, con movimientos y acciones estimuladas por el adulto. Con música de fondo y cada niño(a) con un pañuelo grande que pueda manipular fácilmente, se les va sugiriendo distintas acciones: poner el pañuelo en el suelo y recogerlo como si fuera una guagua, acunarla y danzar con la guagua en brazos; soltar el pañuelo, dejarlo en el piso y transformarlo en agua, el pañuelo es una fuente de agua, tomar el pañuelo con ambas manos y moverse al ritmo de la música (movimiento libre), transformar el pañuelo en una toalla con que nos

estamos secando el cuerpo, ahora el pañuelo es un ramo de flores, otros. Finalmente, se deja una caja o canasto en el centro donde cada niño(a) debe guardar su pañuelo.

Se les recuerda acerca de los secretos que se llevan los espanta miedos y la carta que deben entregar a quién ellos deseen.

Actividad 12

PUERCOESPÍN, nos cuenta como superó situaciones de adversidad, y ríe recordando como el humor lo ayudó a creer en sí mismo.

Los Gordos.

Objetivo :
Aprender a aceptar las características corporales de cada cual.

Materiales :

- Ropa grande.
- Ropa vieja.
- Pelotas.



Converse con los niños acerca de las personas gordas, puede iniciar el diálogo con el siguiente relato:

En un país muy lejano, llamado Gordilandia vivían muchos gorditos y gorditas, comiendo golosinas maravillosas, tortas de merengue con lúcuma, panqueques de manjar con crema, mazapanes, turrone, chocolates. Ellos(as) eran muy felices, porque la gordura no les afectaba la salud, al contrario, aceptaban cada rollito de su cuerpo porque era signo de distinción y eran necesarios para poder caminar tranquilamente por la tierra. Si nacían esbeltos y delgados volaban como volantines porque los vientos soplaban muy fuerte en este lugar y se iban al país de las sombras. Por eso, los pequeñitos(as) debían ser muy bien alimentados para ser gorditos(as) y caminar sin prisa por las llanuras y praderas de Gordilandia.

Comente el relato con los niños(as) e invítelos a disfrazarse para que experimenten ser gordos por un rato. Un adulto puede disfrazarse de gordo para motivar, que se ponga ropa suelta, que se rellena con ropa vieja, con pelotas para formar pechos, nalgas y una "guata" bien grande.

Actividad 13

PUERCOESPIN quiere y respeta a diversidad de personas, y nos invita a disfrazarnos para imaginar lo que sienten otros

Contando Chistes.

Objetivo :

Desarrollar la creatividad con situaciones humorísticas.

Materiales :

- Alfombra para sentarse en el suelo.
- Micrófono

Sentar a los niños(as) en el suelo en círculo sobre una alfombra, conversar sobre los chistes, es decir, que cuenten sucesos que consideren graciosos y festivos. La persona que dirige la actividad que comience contando un chiste corto, con gestos y movimientos.

Preguntar a los niños(as) quién quiere contar un chiste. Se pueden incorporar otros niños(as) para que dramaticen el chiste.

Actividad 14

Muecas.

Objetivo :

Reconocer y explorar la capacidad de diversión, a través de las expresiones del rostro.

Materiales :

- Espejos.

Conversar con los niños(as) acerca de lo divertido que es hacer muecas y movimientos con el cuerpo. Explicar a los niños(as) que las muecas son contorsiones del rostro, que éste se desfigura, lo que es causa de la diversión.

La persona que dirige la actividad muestra algunas muecas para motivar, lo que causará risa. Luego, los niños(as) hacen muecas, se observan entre ellos(as) y se miran en espejos.

Actividad 15

Los Zancos.

Objetivo :

Desarrollar la coordinación corporal, por medio de la utilización de zancos.

Materiales :

- Tarros (café, leche, otros).
- Cuerda.

En primer lugar, es necesario pedir tarros a los niños(as) para preparar una sorpresa. Fabricar junto con ellos (as) los zancos que les permitirán crecer y caminar de una manera diferente.

Cuando estén listos todos los niños(as), experimentar caminar con los zancos y hacer una competencia.

Actividad 16

Disfraces.

Objetivo :

Expresarse libremente, a través de la elección y confección de disfraces.

Materiales :

- Oxido de zinc.
- Tierra de colores.
- Espejos.
- Crema.
- Ropa de distintos tamaños, colores y formas.

Para esta actividad hay que preparar previamente la sala, adecuar un rincón con ropas variadas, de distintos tamaños, colores y formas. Preparar pintura con óxido de zinc y diferentes colores, con una textura adecuada para el maquillaje.

Los niños deciden cuál será su disfraz (gato, perro, osos, payaso, otros), eligen ropa y maquillaje, cuando estén todos disfrazados, se comparte un espacio donde ellos(as) puedan desfilan.

Es necesario tener suficientes espejos y crema para retirar el maquillaje.

Actividad 17

Círculo de Imitaciones y Canto.

Objetivo :

Desarrollar la iniciativa personal, a través de actividades voluntarias.

Materiales :

- Micrófono.
- Pantalla de televisión creada que permita al niño(a) estar en el recuadro de la pantalla.

Es un momento libre donde los niños(as) se ofrecen para cantar, imitar cantantes y personajes favoritos, esto se realiza sin forzar la participación

También puede sentar a los niños(as) en círculo, donde cada uno(a) esté en una postura que le resulte cómoda. Cada niño(a) elige al que se encuentra a su lado derecho, cuando la persona que dirige la actividad dice ya, se comienza a imitar a la persona elegida.

Copien la postura, la expresión facial, movimientos, ruidos, imiten lo que esa persona hace y continúen haciéndolo durante varios minutos.

Actividad 18

Las Sombras.

Objetivo :

Desarrollar la imaginación y el trabajo en grupos.

Materiales :

- Lámpara.
- Telón.

Los niños y niñas, en grupos, crean distintos tipos de sombras, utilizando la luz del Sol o de una lámpara frente a un telón. Se pueden formar diferentes personajes: el gigante cabezón, el gordo, el chico, el pájaro, el perro, otros. Se estimula a los niños(as) a reconocer las figuras y a elaborar historias con ellas.

Actividad 19

La Risa.

Objetivo :

Experimentar con las diferentes formas de reír, para enfrentar con humor la vida.

Materiales :

- No se requieren.

En un círculo invitar a los niños y niñas que por turno se rían, con la risa más contagiosa que logren crear.

Se finaliza con una risa general.

BIBLIOGRAFÍA

Kotliarenco, M.A. (1996) Evaluación sobre el Juego como una Estrategia Educativa. Serie de Documentos de Trabajo N° 3, MAK CONSULTORA – CEANIM. Santiago, Chile.

Kotliarenco, M.A.; Cáceres, I.; Fontecilla, M. (1997). Estado del Arte en Resiliencia. Organización Panamericana de la Salud, Organización Mundial de la Salud, Fundación W.K. Kellogg, Agencia Sueca de Cooperación Internacional para el Desarrollo, CEANIM.

Shapiro, L. (1997) La Inteligencia Emocional de los Niños. Una guía para padres y maestros. Javier Vergara Editor S.A. Buenos Aires, Argentina.

Stevens, J. (1976) El Darse Cuenta. Sentir, imaginar, vivenciar. Ejercicios y experimentos en Terapia Gestáltica. Cuatro Vientos Editorial, Santiago, Chile.

Shantala. Libro de masajes de la India (s/f).



Av. Apoquindo 4100 of. 612, Las Condes
Santiago - Chile

Fono: (56 - 2) 2117617

Fax: (56 - 2) 6383040

E-mail: makconsultora@yahoo.com

Home page:

www.resiliencia.cl

<http://www.facebook.com/ceanim>

<https://twitter.com/ceanim>

<http://ceanim-resiliencia.blogspot.com/>