

tu plaza tu patio

Guía de Juego Seguro





Tu plaza tu patio Guía de juego seguro

Publicación diseñada por Fundación
Mi Parque en colaboración con
Municipalidad de Las Condes.

Santiago de Chile,
Septiembre 2020

www.miparque.cl



Estimados vecinos:

La pandemia que vivimos como país nos ha obligado a modificar muchos aspectos de nuestras vidas y entre ellos las actividades de entretención, situación que nos preocupa especialmente respecto a nuestros niños y niñas porque entendemos que la entretención no es solo ocio. Es también aprendizaje, desarrollo físico y sociabilización.

En ese sentido, los parques y plazas juegan un rol fundamental. Son el escenario de múltiples actividades como el deporte, el descanso, la vida social, la exploración del medioambiente y los juegos infantiles.

Hoy, al ser un posible foco de contagio, los juegos infantiles se encuentran clausurados. Por esa razón y porque sabemos que es fundamental estimular las actividades lúdicas y porque las niñas y niños también tienen la habilidad de entretenerse con elementos más simples y sencillos, hemos desarrollado nuevos juegos en diferentes lugares de la comuna que permiten divertirse de manera segura. Los juegos que pintamos en algunas plazas de Las Condes son un ejemplo de ello.

Queremos recuperar juegos clásicos, que todos alguna vez disfrutamos en nuestra niñez y que aportan a la imaginación y creatividad. Estos juegos no requieren del contacto con superficies y facilitan el distanciamiento social. En esta guía les presentamos ideas que estoy seguro serán de gran utilidad e inspiración, que además se pueden implementar en diversos espacios como plazas estacionamientos, pasajes y jardines.

Los invito a ser optimistas, a no desanimarse por la circunstancial falta de equipamiento y a buscar nuevas formas de entretenimiento que nos permitan una convivencia sana y segura.

Joaquín Lavín Infante

Alcalde de Las Condes

Introducción

Vivir una emergencia sanitaria nos ha desafiado a adaptarnos a una nueva manera de vivir, como país, ciudad, comuna y en nuestras propias familias

La contingencia nos mueve a estar alerta, a cuidarnos para proteger a quienes más queremos y también para proteger a la sociedad en su conjunto. El Covid nos obliga a cuidarnos entre todos y todas.

En el espíritu de hacer comunidad cuidándonos, proponemos esta guía sencilla, para seguir protegiendo ese espacio que tanto queremos: la plaza. El lugar donde nos encontramos con otros, donde jugamos, donde corremos o simplemente donde nos sentamos a mirar. Hoy y durante un tiempo, las plazas ya no serán ese lugar de encuentro como lo conocíamos, pero sí pueden ser grandes aliadas en esta pandemia. Las plazas, los pasajes o simplemente el estacionamiento del edificio, serán los espacios de esparcimiento más seguros por un tiempo si somos cuidadosos.

Tener cuidado en las plazas o lugares comunes significa concretamente: usar mascarilla de manera permanente, mantener una distancia de al menos 1,5 metros entre personas que no son del mismo grupo familiar y limpiarse frecuentemente las manos con alcohol gel mientras se esté fuera de la casa.

Parece sencillo, pero sabemos que no lo es, especialmente para los niños y niñas que llevan mucho tiempo encerrados en sus casas y están ansiosos por salir a jugar. La buena noticia es que podemos salir a jugar de manera segura sin olvidarnos nunca de las instrucciones anteriormente mencionadas.

Si bien el impulso después de estos meses es correr a usar los juegos, lamentablemente estos no pueden utilizarse, pues son un foco de contagio. La buena noticia es que las plazas se pueden usar de muchas otras maneras que detallamos en esta guía de juegos.

Con el fin de fomentar el juego seguro al aire libre, en la Municipalidad de Las Condes y Fundación Mi Parque desarrollamos esta guía, para que los niños y las niñas puedan volver a la plaza de manera responsable y al mismo tiempo pasándolo bien. La idea es seguir corriendo, jugando y aprendiendo al aire libre, y para eso les proponemos una serie de juegos sencillos y entretenidos para realizar en la plaza, en el estacionamiento del edificio o a veces -y con mucho cuidado- en la vereda. Juegos para los que podemos llevar algunas cosas básicas de nuestras casas o simplemente usar lo que el aire libre nos ofrece.

Los niños, las niñas y las familias en general tienen que poder estar tranquilos al aire libre, eso es fundamental para la salud física, mental y emocional de todos y todas. Para eso hemos desarrollado una serie de juegos individuales y colectivos, tratando de rescatar el valor patrimonial de algunos juegos tradicionales y también proponiendo actividades innovadoras, creativas y lo más importante, entretenidas, para pasarlo bien en la plaza. Todas las actividades que proponemos son de baja interacción física entre quienes las realizan y están pensadas para los grupos familiares que van a la plaza o que salen a jugar afuera.

Por último, para que estas indicaciones sean útiles queremos recordar algunas cosas claves para que salir a jugar sea divertido y también seguro:



Planificar nuestra ida a la plaza:

- Pensemos en una hora de regreso, no podemos quedarnos mucho tiempo en la plaza, porque la idea es que los lugares públicos no se saturen.
- Si sabemos que van a ir amigos o amigas a la plaza, pongámonos de acuerdo con ellos en ciertas cosas, como usar siempre la mascarilla y mantener la distancia necesaria entre los niños.



Usar siempre mascarilla:

- Buscar una mascarilla cómoda para los niños que no tengan que manipular en exceso.
- Padres y madres también tienen que usarla siempre, eso puede servir a modo de ejemplo para los niños y niñas.
- Nunca sacarnos la mascarilla, por muy bien que lo estemos pasando. Las plazas y los lugares comunes son lugares públicos, por lo que tenemos que cuidar a los otros niños y niñas que están en el lugar, aunque pareciera que están lejos.



Siempre llevar alcohol gel

Siempre llevar alcohol gel a la plaza o a los espacios comunes. Una buena idea es que los niños y niñas también puedan tener uno en su bolsillo o colgado de alguna prenda de vestir.



Tener mucho cuidado con los picnics

Principalmente porque comer implica sacarnos la mascarilla. Por lo mismo, la invitación es a tener presente siempre, que sea con el grupo familiar y sólo sacarse la mascarilla para comer o beber.



No podemos usar los juegos de las plazas

Porque el Covid19 es un virus que se contagia a través de superficies, en especial en acero y plástico donde puede sobrevivir hasta por 3 días -de acuerdo a estudios norteamericanos-. Pero sobre todo, porque los juegos de las plazas son un lugar de interacción para que jueguen niños y niñas que no viven juntos.

El Luche 01

¿Cómo jugar?

El jugador/a lanza un objeto (piedra, tejo, palo) hacia el casillero número uno. Luego saltando en un pie, salta sobre él, recoge el objeto y sale de la misma forma en la que entró. Lo mismo se debe hacer con las diferentes casillas en forma progresiva hasta llegar a la última. El jugador/a pierde cuando el objeto no cae en el casillero que le corresponde, cuando el participante pisa con ambos pies donde no está permitido o cuando pisa líneas del luce. El juego termina al momento de completar la primera vuelta o puede repetirse, pero agregando cada vez, mayor dificultad para llegar al casillero final.



Número de participantes:

Individual



Materiales:

Tiza para trazar el luce en el suelo u otro material para dibujar sobre la tierra o maicillo.



Habilidades que desarrolla:

- Psicomotricidad gruesa
- Coordinación corporal
- Conocimiento de los números



**Puedes dibujarlo de esta manera.*

Cachipún alemán

02

¿Cómo jugar?

Los participantes se dividen en dos equipos iguales. Cada equipo se debe ubicar en filas paralelas separadas por dos o tres pasos largos. El primer jugador/a de cada fila corre para encontrarse con su contrinicante. Apenas se encuentran juegan “cachipún”. El jugador/a que gana, sigue su recorrido hacia la fila del equipo contrario. En su camino, debe derrotar a todos los oponentes que alcancen a enfrentarlo. Si logra llegar al final de la fila contraria, su equipo será el ganador. En el caso de que uno de los oponentes le gane, éste será ahora el que debe ganarle a los integrantes del otro equipo.



Número de participantes:

Mínimo 4 personas



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Psicomotricidad
- Corporalidad y movimiento
- Confianza y valoración positiva de si mismos
- Trabajo en equipo



Pañuelos creativos

03

¿Cómo jugar?

Desde las casas llevar pañuelos -o género- grandes, medianos y pequeños; de distintos colores y texturas. Los participantes pueden crear diversos escenarios para jugar.



Número de participantes:

Individual y colectivo



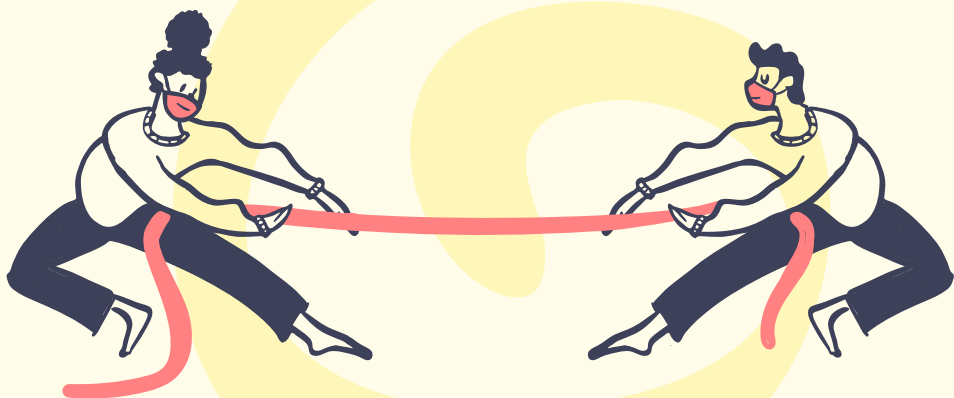
Materiales:

Pañuelos o géneros



Habilidades que desarrolla:

- Creatividad
- Imaginación
- Motricidad fina



- a. Amarrar a ramas y troncos de árboles para formar casas-club.



- b. Formar un camino en el suelo para transformarlo en pistas de autos u otros juguetes.



- c. Poner en el suelo los pañuelos, formando un camino y sobre ellos caminar manteniendo el equilibrio.



- d. Amarrar los pañuelos en troncos de árboles y jugar al limbo.

Platos de cartón

04

¿Cómo jugar?

Poner en el suelo los platos de cartón (puede ser correlativamente del 0 al 10 o no). Los niños/as deben buscar elementos u objetos que encuentren en la plaza (ramas, palos, hojas, piedras) y poner la cantidad que corresponda, sobre el plato que indique el número.

Otra alternativa de juego para niños/as más pequeños, en vez de escribir los números, puede ser dibujar la cantidad de elementos a recolectar.



Número de participantes:

Individual y colectivo



Materiales:

Platos de cartón o similar con números escritos del 0 al 10



Habilidades que desarrolla:

- Conocimiento de los números
- Conteo de números
- Asociación número cantidad



Simón dice 05

¿Cómo jugar?

Quien guía el juego, puede dar dos tipos de indicaciones, por ejemplo: “Simón dice que... te toques un pie” o “Tócate un pie”. En el primer caso, como lo dice Simón, hay que cumplir con la orden. En el segundo caso, como no lo dice Simón, no hay que cumplir con la orden. En caso de error, el participante puede ser eliminado o seguir jugando con una limitación (ojos cerrados, lengua fuera, de espaldas, etcétera.).



Número de participantes:

Mínimo 2 personas



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Comprensión de instrucciones
- Direccionalidad y lateralidad
- Psicomotricidad



El elástico

06

¿Cómo jugar?

Dos participantes sostienen el elástico en los extremos, separando lo pies de manera que quede un espacio en el centro, separando lo pies de manera que quede en el centro un espacio, para que los demás puedan saltar de diferentes formas. Uno de los participantes empieza saltando. En el momento en que éste falla, uno de los que sostiene el elástico pasará al centro a saltar.

La pauta del juego es empezar por los tobillos, luego rodillas, muslos, cintura; hasta llegar por encima de la cabeza. Quien supere los niveles de altura será el ganador/a.



Número de participantes:

Mínimo 3 personas



Materiales:

Elástico unido por sus extremos (5 metros aprox.)



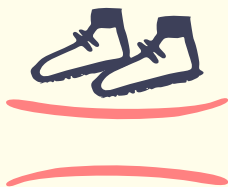
Habilidades que desarrolla:

- Psicomotricidad gruesa
- Coordinación del cuerpo
- Conocimiento de las partes del cuerpo



Pasos:

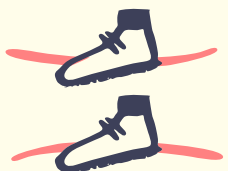
1. Comenzar con los dos pies fuera del elástico.



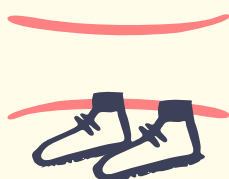
2. Saltar y caer quedando con los dos pies dentro del elástico.



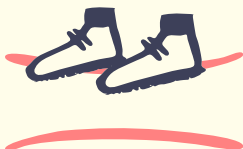
3. Saltar y caer pisando ambos bordes del elástico con los pies.



4. Saltar y caer a un lado del elástico.



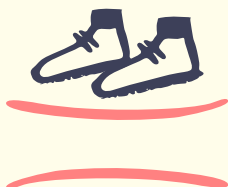
5. Saltar y caer con los dos pies pisando un lado del elástico.



6. Saltar y caer dentro del elástico con los dos pies.



7. Saltar y caer al costado del elástico.



El guiño secreto

07

¿Cómo jugar?

Se asigna un participante para hacer el “guiño”. Los demás integrantes serán la ciudadanía, que caminarán en distintas direcciones dentro de un lugar delimitado. En el momento en que el participante asignado le guiñe el ojo a algún otro integrante, éste tendrá que dar 3 pasos y quedarse inmóvil. Luego de un tiempo determinado, se realizará un consenso grupal para adivinar quien estaba realizando los guiños. Si adivinan, gana la ciudadanía, de lo contrario deberán seguir jugando hasta descubrirlo.



Número de participantes:

Mínimo 4 personas



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Atención
- Concentración
- Planteamiento de hipótesis



Encontrando a mi pareja

¿Cómo jugar?

Dibujar animales en una hoja de papel, -uno por hoja- repitiendo cada animal dos veces. Se reparte un dibujo a cada participante, que deberá colocarse en la espalda. Dada la partida, todos comenzarán a imitar los animales que observen en la espalda de los otros. En un tiempo límite de 30 segundos, deben encontrarse con su respectiva pareja.



Número de participantes:

Colectivo



Materiales:

Hoja de papel con el dibujo de un animal



Habilidades que desarrolla:

- Reconocimiento de onomatopeyas
- Expresión Corporal



Pinta Espejo

¿Cómo jugar?

Se deben formar dos equipos. Un equipo persigue al otro intentando pintarlo sólo por la espalda. Cada vez que un jugador/a es pintado, éste debe congelarse en una posición creativa y divertida. La única forma de descongelar a un compañero/a es realizando la misma posición del que está congelado.

El juego termina cuando el equipo que persigue logra pintar a todos.



Número de participantes:

Colectivo



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Psicomotricidad Gruesa
- Trabajo en equipo
- Expresión Corporal



El juguete escondido

10

¿Cómo jugar?

Se sitúa cada uno de los participantes con su juguete favorito formando un medio círculo. Uno de los participantes guía el juego dando las instrucciones delante de los demás, éstas pueden ser: (1) Ponlo sobre tu cabeza, (2) déjalo entre tus rodillas, (3) colócalo adelante, (4) llévalo hacia atrás, (5) acércalo a tu estómago, etc. El participante que no realice la acción, pasará a entregar las instrucciones.



Número de participantes:

Mínimo 2 personas



Materiales:

Juguete



Habilidades que desarrolla:

- Coordinación y control motriz
- Comprensión de instrucciones
- Direccionalidad
- Lateralidad y equilibrio
- Relación espacial



Pelota divertida

11

¿Cómo jugar?

- a. Todos los participantes tienen que sentarse formando un círculo en el suelo. Tendrán que pasarse una pelota de unos a otros sin levantarse ni usar las manos. Pueden golpearla con las piernas, el tórax, los hombros y la cabeza. Quien no consiga lanzársela a un compañero/a queda eliminado de esa ronda.



Número de participantes:

Mínimo 3 personas



Materiales:

Pelota y tiza para dibujar en el suelo



Habilidades que desarrolla:

- Coordinación Motriz
- Comprensión de instrucciones
- Memoria, atención y concentración



- b.** Se debe formar un círculo y colocar a uno de los participantes en el medio. El participante que esté en el centro, debe lanzar la pelota a un compañero/a mientras dice una palabra. El que la recoja, tendrá que decir la palabra que ha mencionado el anterior y añadir otra relacionada. Por ejemplo, si el primer niño/a dijo la palabra “azul”, el segundo tendrá que decir “azul” y añadir otra palabra como “rojo”; y así sucesivamente.



- c.** Dibujar un círculo en el suelo y hacer que todos los participantes entren en él. Tiene que haber suficiente espacio como para que todos puedan tener los brazos en alto y extendidos (guardando una distancia segura). Uno de ellos saldrá del círculo y girará corriendo alrededor. Tendrá que lanzar la pelota al aire, lo más alto que pueda, mientras dice el nombre de uno de sus compañeros/as. El niño/a al que nombre tendrá que recogerla, si no quedará eliminado.



Te apunto 12

¿Cómo jugar?

Los participantes se deben poner en círculo, ubicándose uno de ellos en el centro con los ojos cerrados. Debe dar vueltas sobre sí mismo, y cuando pare, señalar a otro participante. Éste debe agacharse y los que queden a su derecha e izquierda deben decir lo más rápido posible el nombre de quien se agachó. Quien lo diga último, tiene que sentarse y queda fuera del juego. Ganan las últimas dos personas que quedan en pie.



Número de participantes:

Colectivo



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Observación
- Lateralidad
- Concentración y atención



Salta la cuerda

13

¿Cómo jugar?

Dos de los participantes toman de los extremos la cuerda para hacerla girar, mientras los demás, en turnos y ordenadamente, saltan sobre ella.

Se acompañan los saltos al ritmo de una canción:

*“Chascona, chascona, date una vuelta,
Chascona, chascona, salta en un pie,
Chascona, chascona, toca el suelo,
Chascona, chascona salta a las tres 1, 2 y 3”*



Número de participantes:

Mínimo 3 personas



Materiales:

Una cuerda



Habilidades que desarrolla:

- Psicomotricidad gruesa
- Coordinación
- Equilibrio



El espejo mágico

14

¿Cómo jugar?

Dos participantes se sitúan frente a frente, separados por al menos un metro (1 paso largo). Uno de ellos representa al protagonista, y el otro será el espejo. El espejo debe imitar simultáneamente los movimientos y acciones del protagonista, el cual representa acciones cotidianas, como vestirse, cepillarse los dientes o gesticular expresiones. Pasado un cierto tiempo, se deben intercambiar los roles. Si juegan más de 2 personas, una será el/la protagonista y las otras imitarán. Deben rotar para que todos varíen roles.



Número de participantes:

Mínimo 2 personas



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Observación
- Ubicación espacial
- Direccionalidad



La foto

15

¿Cómo jugar?

Todos los participantes se deben poner uno al lado del otro y adoptar una pose como si les estuviesen tomando una foto. Un participante debe observar las posturas e intentar memorizarlas de la mejor manera posible para luego salir del espacio y dejar de mirar. Mientras tanto, los demás cambian sus poses. Luego el participante vuelve y debe adivinar los cambios que se han realizado. Si adivina, elige a otro participante para que ocupe su puesto.

Este juego también puede realizarse con objetos en vez de personas, situándolos en una mesa o en el suelo y cambiándolos de posición o tapándolos.



Número de participantes:

Individual y colectivo



Materiales:

Ninguno



Habilidades que desarrolla:

- Atención
- Memoria visual



Memorice gigante 16

¿Cómo jugar?

Cada niño/a debe observar su entorno para luego dibujar elementos de la naturaleza en cada par de hojas (procurar hacerlo siempre de a pares), por ejemplo, un par de árboles, flores, aves, etc. Luego los dibujos se disponen boca abajo, de manera aleatoria en el suelo.

El niño/a debe voltear dos hojas a la vez intentando recordar su ubicación para juntar cada dibujo con su respectiva pareja. El juego termina cuando logra encontrar todas las parejas. Puede repetirse volviendo a mezclar los dibujos.



Número de participantes:

Individual



Materiales:

Lápiz y hojas de papel



Habilidades que desarrolla:

- Observación
- Atención
- Memoria visual
- Concentración



tu
plaza
tu **patio**
Guía de Juego Seguro