

# ¡MÚ GUAY!

Marca registrada

TALLER DEL CUERPO

MCEP



Enero 2007

2ª Época. N° 3



*Queridas gentes:*

*Las vacaciones nos han llegado en un plis-plas y el MÜ GUAY se nos ha retrasado un pelín, vamos a intentar que os llegue lo antes posible.*

*Nos vemos dentro de nada en el esperado encuentro anual.*

*Hemos contactado con la Granja Albitana de Brunete para los días 9,10 y 11 de Febrero para realizar el encuentro..*

*Vamos a coincidir con la gente del Taller de 12 a 16 que es la primera vez que lo realizan. Ya sabéis que otras veces también han estado otros grupos por lo que pensamos que mejor es estar con parte del MCEP.*

*Nuestro problema está en que tenéis que comunicarnos con la mayor rapidez la gente que pensáis ir y si lleváis algo para trabajar, visionar, etc. El 25 de Enero será la fecha tope para comunicarlo al albergue. Contestad rápido por favor.*

*Contamos con vuestra asistencia*

## XXXIV CONGRESO. GRANADA

Recuerdo resumen del Congreso en Granada

Alrededor de 35 personas nos reunimos en el Taller del Cuerpo.

Antonio Obrador dio comienzo a todas las sesiones con diversas danzas griegas, en las cuales se crea un ambiente especial, una de sus peculiaridades es que son danzas abiertas, se baila en hilera, lo que propicia a que puedan participar quien quiera en el momento que crea conveniente.

Practicamos diferentes juegos que encontraréis en el dossier, ahora sólo los nombramos:

- "Somos Gatos
- "Contac"

-¡Cuidado que voy!

- Balancín o tentetieso

-Juego del beso

- Improvisación:

-Juegos con las gomas elásticas que se vieron enriquecidas por la aportación de otro material muy plástico y resistente, la licra. Con ella comenzó la creatividad y trabajo en grupo y creamos un cuadro escénico, una mariposa a la que dimos diferentes movimientos mientras recitábamos el poema de Lorca "Mariposa del aire".

### TEATRO DE SOMBRAS

Para trabajo de investigación-creación propusimos repartirnos en tres grupos, elegir una obra de Federico García Lorca y escenificarla a través del teatro de sombras o de otra técnica expresiva que el grupo decidiera.

Este trabajo nos llevó varias sesiones creándose tres escenificaciones diferentes.

Un grupo con el poema del Romance de la luna, luna (Romancero gitano) lo dramatizó con el cuerpo y el teatro de sombras,

Otro grupo eligió el poema del Lagarto está llorando y utilizó las sombras de siluetas, elaboradas en cartulina negra y celofán de colores.

El tercer grupo escenificó corporalmente dos poemas, Baladilla de los tres ríos y Agua ¿Dónde vas? Cantaron y palmearon los poemas.

Las tres representaciones fueron luego escenificadas al resto del personal del congreso y al público de Viznar en el homenaje que allí se realizó a los fusilados en el barranco durante la guerra civil.

### EXPERIENCIAS

La experiencia de Hernani contada por Maite Arostegui fue un trabajo sobre teatro que proponen a todas las escuelas del pueblo.

Compas de Madrid nos aportaron un cuadernillo con las siluetas y los cuentos elaborados por niñas y niños de Educación Infantil para teatro de sombras.



**RIDEF 2006 SENEGAL**

Taller (prolongado/largo):”**Juegos cooperativos /técnicas de vida**”

Animado por: **Giancarlo Cavinato** (M.C.I. Italia)



Traducción del francés Cristina Jiménez MCEPC

**Carné de abordó**

Juegos de identidad personal, conocimiento, calentamiento al son de una canción sobre la Paz y comunicarse (entrar en contacto) con los demás.

Son juegos de movimiento y de psicomotricidad.

**PRIMERA FASE.**

Juegos de identidad personal y de comunicación

**SEGUNDA FASE:**

Juegos de atención, percepción y concentración para resolver situaciones de violencia e impulsividad.

**TERCERA FASE**

Juegos de relación yo/los otros por una relación dinámica.

**CUARTA FASE.**

Juegos sobre conflictos y la capacidad de mediación

**QUINTA FASE:**

Juegos de confianza mutua.

**SEXTA FASE.**

Juegos de desafío y de competición en grupo.

**SEPTIMA FASE:**

Juegos sobre comunicación.

**PRIMERA FASE:****JUEGOS DE CONOCIMIENTO. CALENTAMIENTO**

Un corro de una canción española sobre la paz:

Se hace un círculo dándose la mano. Cuando se oye la palabra “árbol” se sueltan las manos y movemos los brazos encima de la cabeza.

Se puede acelerar el movimiento acompañándole de un balanceo de los pies.

**01. Juegos de presentación y de identidad**

Siempre en círculo. Cada uno se presenta. Hay que recordar el nombre de los dos vecinos, el de la derecha y el de la izquierda. Un jugador se coloca en el centro para hacer las preguntas.

¿Cómo se llama: “**tralalère – tralala**”?

Respuesta: hay que dar el nombre del vecino de la derecha

¿Cómo se llama “**naturalmente- finalmente**”?

Respuesta: hay que dar el nombre del vecino de la izquierda

NB: hay que contestar rápido antes de que acaben de hacer la pregunta, sino se pasa al centro para hacer las preguntas

Si se da la buena respuesta el del centro se queda hasta que alguien no se acuerde o de una mala respuesta, que pasa al centro.

Después de cierto tiempo, acordado al inicio del juego hay que **cambiar de sitio** y el juego sigue.

**02. Juegos del director**

Siempre en corro. Se nombra una persona que sale fuera. Los que se quedan, escogen un director/a de orquesta. Se trata de tocar diferentes instrumentos de música (violín, tambor...) cambiando siempre que lo ordene el jefe.

La persona de fuera, entra, se coloca en medio del círculo para señalar al jefe de orquesta cuando lo haya encontrado. Éste tiene que disimular lo más que pueda. Cuando es descubierto, otra persona sale y el juego continúa.

**03. Juegos de comunicación**

Siempre en corro. Una persona dirige el juego. Hace la pregunta: ¿Un abrazo? Seguidamente abraza a la persona de al lado; Esta pregunta ¿Qué es? La primera persona contesta: un abrazo. Se retoma el gesto.

La persona que se acaba de abrazar se gira hacia otra persona para repetir y hacer las mismas preguntas. El juego sigue a lo largo del corro.

N.B. Se puede cambiar las preguntas por “**un peinado**”; se toca la cabeza de su vecino. “**Un pinchazo**”; se toca un punto sobre el brazo del vecino.

Cada uno puede aportar su vocabulario personal.

**SEGUNDA FASE:****RELACIONES YO Y LOS OTROS**

**01. Danza libre** al ritmo de la música. A una señal **se agarra** a alguien por cualquier sitio del cuerpo. Luego se hace la misma cosa con **dos, tres, cuatro, cinco** personas (la señal no es obligatoria)

**02.** El juego sigue ya no con las partes del cuerpo sino con balones. Hay que procurar que no caigan los balones sin dejar de moverse por la sala. La danza sigue.

**03.** Con **pompas de jabón** también en el patio. Procurar no dejarlas caer manteniéndolas en el aire soplando.

**04.** Cazo y guardo la mirada de un compañero al tiempo que bailo por la sala. Se cambia de compañero a la señal.

- 05. Juego de la serpiente:** Colocarse en fila; Se tapan los ojos del primero de la fila. El siguiente lo guía presionando sus caderas. El resto del grupo debe seguir los movimientos de la serpiente la que a su vez debe intentar atrapar su cola que se desliza.

### **TERCERA FASE:**

#### **JUEGOS DE ATENCIÓN, DE PERCEPCIÓN Y DE CONCENTRACIÓN**

**Objetivo:** resolver situaciones de violencia e impulso.

- 01. Juego del gato:** con movimientos, muecas parecidas a las de un gato se intenta **hacer reír a su vecino** sin tocarle, ni hablar.  
Si se consigue, se ha ganado y el adversario toma el lugar para hacer reír a otra persona. Si se fracasa con una persona se puede cambiar de persona hasta conseguirlo o sino pasado el tiempo pactado al principio se cambia de persona.
- 02. El tesoro del gigante:** Un gigante duerme tranquilo, se trata de robarle su tesoro.  
El tesoro: cucharas, campanillas, bolas, cadenas y otros objetos que puedan hacer ruido al tocarles, o no.  
Se trata de robar los tesoros del gigante y llevarlos a casa sin que te cojan. Si te cogen se cambia de ladrón y el juego sigue.
- 03. Juego del orden:** Colocarse en fila desde el más pequeño al mayor.  
Fila por orden alfabético de los nombres.  
Fila según el color de los ojos.  
Fila según la fecha de nacimiento.  
N.B. El juego se hace con gestos sin hablar.

### **CUARTA FASE:**

#### **JUEGOS SOBRE CONFLICTOS Y CAPACIDADES PARA NEGOCIAR.**

- 01. Juego de orden (silencioso):** Cada jugador escribe el nombre de un país de libre elección en un papel. Se enseñan los nombres.; los que han puesto el mismo nombre se agrupan; se deja el papel en el suelo y se dibuja una línea cerrada para delimitar el territorio de su país. El conjunto de los países de Europa se encuentran en un congreso en uno de sus países; los del tercer mundo se encuentran también, (salen de sus países) con los de América.  
En su ausencia sus países son ocupados y a su regreso tienen que negociar para recuperar su territorio tratando de convencer a los ocupantes para que dejen el territorio y vuelvan a su casa. Si se consigue recuperar el país se ha ganado, sino pasado un tiempo se cambian los papeles.
- 02. Juego de negociación:** se colocan un número de sillas menor que el número de jugadores.  
Se pide al grupo que ande despacio hacia las sillas para sentarse. El que no tiene sitio debe negociar para conseguir uno; dialogar para sentarse.  
Variación: se anda hacia atrás sin mirar. Los que llegan los últimos también deben negociar para tener un sitio con los que están sentados.

### **QUINTA FASE:**

#### **JUEGO DE DESAFÍO Y DE COMPETICIÓN DE GRUPOS.**

- 01. Juego de memorización** de los nombres: cada uno se presenta con una melodía personal y todo le siguen con la canción. Trabajo de ritmo y melodías en lenguas diferentes.
- 02. Juego del micro:** un micro en el medio. Hay que cogerle y decir algo; juego de imaginación.

**Variante:** la cuchara, el vaso, la flor, juego de apropiación e imaginación, desviar un objeto de su uso normal.

- 03. Juego de manos:** Se estiran los brazos, se cruzan, manos abiertas palma hacia abajo. Se cruzan los dedos de las dos manos que se traen hacia el pecho para acabar con los dedos hacia arriba. El Jefe da la vuelta par designar un dedo que habrá que levantar sin levantar los otros. Se puede cambiar de jefe. Aquí el que dirige lleva un gorro.  
Los objetos son a veces objetos de poder: el gorro de Pantalonc (personaje de la comedia del arte que se llama “plantaléone”; los soldados de Venecia clavaban su bandera, un león para demostrar que habían conquistado un territorio) El que lleva el gorro da las órdenes y todo el grupo obedece. Juegos físicos, juegos de destrezas, según las órdenes que se dan.
- 04. Juegos competitivos:** en parejas hay que desplazarse con un objeto bloqueado con las cabezas sin que se caiga.  
N.B. Se puede empujar a los adversarios para que pierdan su objeto.
- 05. Andar con tres patas:** Se hace grupo de tres: se atan las piernas del que está en el medio con una de las piernas de los que están al lado de él.  
**Variante:** al que le toque en el medio se gira y entonces tendrá que andar marcha atrás.
- 07. Juegos de los campos de la familia:** Se hace grupo de cuatro para jugar. Se tienen cuatro colores diferentes de bolígrafos. Se extiende cuatro papeles juntos, cada uno tiene que vigilar sobre el conjunto de los campos y sobre el tuyo.  
**Hay que ir a robar** el campo de los otros en cuanto se distraigan; haciendo una raya sobre su papel que se coge enseguida. Los campos que se ganan se juntan con los que se tenían.

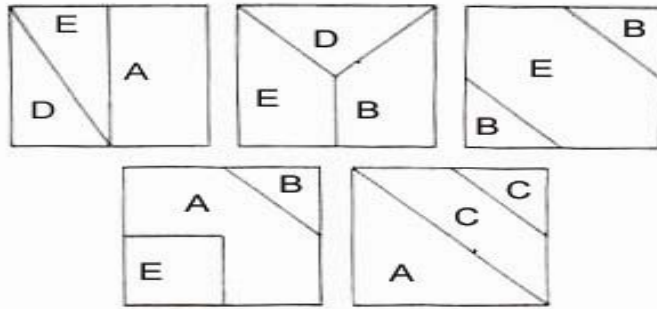
## SEXTA FASE:

### JUEGO DE CONFIANZA

- 01. Juegos de los ciegos:** se colocan silla a modo de obstáculos. Luego se tapan los ojos a algunos de los del grupos, los demás les guían gracias a los ruidos de algunos objetos que tienen encima ( campanilla, cucharas, bolas y otros)
- 02. Juegos de la cabra y de la leche:** Ir desde un establo a otro los ojos tapados con un caldero de leche en el hombro, una cabra con correa por un camino accidentado dibujado en el suelo, dejando guiar sólo con la voz (hacia la izquierda, a la derecha, avanza, ...)  
Los dos establos están enfrente el uno del otro. El que primero llega, gana.
- 03. Juego de comunicación:** en pequeños grupos, uno de ellos se pone en el centro. Debe dejarse levantar y mecer por los demás, cierra los ojos. Luego se cambia.  
**Variante** alguien está de pie en el centro y hace que se desmaya, los demás le cogen para evitar que se caigan.
- 04. Juego de las estrellas:** En línea sentado en unas sillas se va pasando tijeras y cada uno tiene que recortar lo más rápido posible una imagen solicitada y tantas como se puedan hacer. Estrellas =10 segundos; mariposas= 15 segundos, carro con dos caballos= 20 segundos (estos dos deben de estar en un solo cacho).

**SÉPTIMA FASE:****JUEGO DE COOPERACIÓN Y DE COMUNICACIÓN**

01. **Juego de la banca** En grupos de cinco se juega a la banca. Se dispone de cinco sobres con papeles recortados en los que se han escrito letras del abecedario (ver hoja adjunta)
02. Se trata de reconstruir los cuadros de origen.

**03. Caza al tesoro humano**

1. Busca tres personas convencidas de que los juegos no-competitivos son aburridos
2. Busca dos personas cuyo juego preferido en la infancia era el mismo.
3. Busca una persona que gasta la misma talla de ropa que tú y cambia con ella o él una prenda.
4. Busca dos personas que se crean creativas (tener creatividad) y trata de que te expliquen su secreto.
5. Busca cuatro personas que se hayan reído mucha la semana pasada. Diles que te cuenten sobre qué se reían.
6. Busca tres personas que opinen que hay que eliminar los juegos competitivos en las escuelas.
7. Busca tres personas que les gusta más ser espectadoras cuando se trata de jugar.
8. Busca cuatro personas que hagan distinción entre el juego y el trabajo a lo largo de su vida.
9. Busca una persona convencida de que la frustración empuja hacia la violencia.
10. Busca tres personas que opinen que los conflictos forman parte natural de nuestra vida.
11. Busca dos personas convencidas de que se necesita mucha experiencia y práctica para aprender a resolver los conflictos de manera positiva.
12. Busca dos personas que piensen que no es suficiente el jugar para divertirse sino que se precisa un motivo, (meta, razón) más profundo

**04. Dejar la tierra**

Partiendo de una situación catastrófica, hay que abandonar la tierra. Tan sólo puedes llevar 7 objetos contigo.

¿Qué llevo en la nave?

(Haced una lista individual, máximo 7 objetos)

Reunidos en grupos pequeños, consensuar la lista del grupo.

Escribid los siete objetos sobre los que el grupo consensuó:

Puesta en común de todos los grupos, y nuevo consenso general si ha lugar.

**PARA PODER SOBREVIVIR, HAY QUE APRENDER A RENUNCIAR (CON LOS ELEMENTOS CULTURALES Y TAMBIÉN RELIGIOSOS.)**

## TRABAJO CON CUERDAS (1ª Parte)

*¿Por qué no usar la fuerza transformadora de los juegos para ayudar a convertirnos en el tipo de persona que realmente quisiéramos ser? Terry Orlick*

### Qué trabajamos con figuras de cuerda colectivas

Son muchos los aspectos que se desarrollan al realizar estos juegos, nos gustaría destacar el factor cultural dentro de que la mayoría existen desde hace muchos años, muchas de las figuras acompañan a historias fantásticas. El desarrollo de la memoria que me obliga a recordar los movimientos de forma ordenada para conseguir finalizar con éxito la figura. Fomentan la abstracción al deber sustituir dedos por jugadores y estos hacer los movimientos que corresponderían a los primeros. El trabajo cooperativo que hace fundamental el papel de cada jugador, favorece el diálogo entre todos y la discusión sana para obtener el éxito del grupo.

En el campo motriz desarrolla la percepción espacial en torno a la cuerda y la temporal, ya que los movimientos deben corresponderse a una secuencia preestablecida.

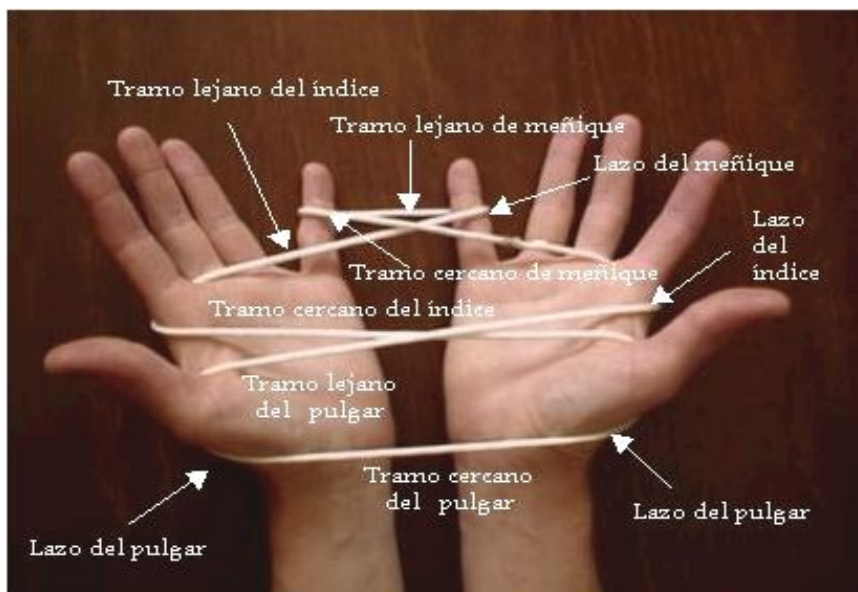
Obliga a los jugadores a desarrollar su control segmentario, la lateralidad y manipulación. La coordinación y el equilibrio dentro del grupo se hace fundamental y una vez dominadas las figuras pueden establecerse coreografías rítmicas acompañadas de canciones.

En el ámbito expresivo podemos destacar la creación de historias y la representación de dicha historia mediante movimientos conjuntos que llevarán a la figura final.

### Terminología

Explicaremos mediante ejemplos con cordel sencillo la terminología a utilizar con el fin de poder seguir correctamente los pasos en la realización de las diferentes figuras propuestas.

- Lazos. Cuerdas que rodean a un dedo
- Nombre de los dedos numerados
- Conversión de lazos
- Tramo cercano y lejano
- Lazo superior e inferior
- Posición básica
- Posición 1
- Apertura A
- Cruce navajo
- Compartir un lazo
- Recoger tramos
- Extender y deshacer una figura



## Metodología

En todas las figuras realizaremos en primer lugar el aprendizaje con cordel simple o individual, para pasar posteriormente a su realización con cordel grande o cuerda en equipo. Todas las figuras realizadas en el taller tendrán un apoyo en ficha explicativa.

El trabajo en equipo implica que el grupo deberá solucionar el reto de trabajar de forma conjunta, cada jugador tendrá la función de un dedo de una mano, y habrá otros jugadores que serán los encargados de traspasar los lazos de un jugador a otro hasta componer la figura final. Esto implica diálogo permanente, estar de acuerdo en las decisiones que se tomen en cada paso y compenetración dentro del grupo, *si uno falla fallamos todos, si todos trabajamos conjuntamente, conseguiremos nuestro objetivo.*

## Ejercicios preparatorios básicos

### Flexión del meñique

El primero de los ejercicios preparatorios consiste en extender horizontalmente la mano, manteniendo los dedos juntos. Gradualmente, flexionaremos sólo el dedo meñique, hasta que se doble completamente sobre sí mismo.

Se trata de un ejercicio que requiere varios intentos. El resultado es fruto de mucha práctica. Cuando hayamos alcanzado nuestro objetivo con una mano, repetiremos el ejercicio con la otra; por último lo realizaremos con ambas manos al mismo tiempo.

### Flexiones de todos los dedos

Extendiendo horizontalmente la mano, como en el ejercicio anterior, flexionaremos por turnos el índice, el corazón, el anular, y por último el meñique.

Durante las flexiones de cada dedo, el resto de la mano debe permanecer inmóvil.

El pulgar separado de los otros dedos, no necesita en este caso ningún ejercicio específico.



### Flexión de cabeza de gato

Se mantienen el anular y el corazón completamente doblados sobre la palma de la mano; se flexionan a continuación sólo las dos últimas falanges del índice y del meñique.

Este ejercicio equivale a la creación de una figura de sombra de una cabeza de gato, ¡negro, por supuesto!



### Flexión independiente del índice y del meñique

Se doblan simultáneamente el índice y el meñique, manteniendo alineados y extendidos los dedos intermedios. El ejercicio que no es fácil puede realizarse por fases. Un método recomendable es apoyar los extremos del anular y corazón estirados sobre una superficie plana.

### Separación del meñique

Manteniendo los dedos de ambas manos extendidos y pegados, se separan los meñiques. Al cabo de un rato, el meñique tenderá con toda seguridad a arrastrar consigo, sino todos los demás dedos, sí por lo menos el anular.



### Encabalgamiento en punta de lanza



Se oculta la última falange de cada dedo debajo del corazón. En forma de punta de lanza.

### Separación por grupos

A nuestro aire, separaremos los dedos extendidos en dos grupos distintos: el meñique se acercará al anular y el índice al corazón.

### Monta dedos



Superponer el corazón sobre el índice, el anular sobre el corazón, y el meñique sobre el anular, de ambas manos. (Mina 1997).

### Juegos con cuerdas

#### Hacer un nudo utilizando una sola mano

Colocamos un cordel sobre el canto de la mano con un cabo por delante de la palma y el otro por detrás.

Coger el cabo que está por delante entre el meñique y el anular.

Después coger también por delante el otro cabo con el índice y el corazón y con esos dos dedos, tirar hacia arriba soltando a la vez el agarre de los otros dedos.

#### Hacer un nudo teniendo un cabo en cada mano

Hay dos formas de hacerlo: la primera consiste en cruzar previamente los brazos antes de coger los cabos del cordel.

La segunda se realiza pasando el cabo de la derecha por detrás de la muñeca izquierda procurando dejar un bucle en la mano izquierda.

Por ese bucle introducir la mano derecha de fuera hacia dentro, quedando las dos muñecas rodeadas.

Con la mano derecha agarrar el cabo con el meñique, anular y pulgar, mientras índice y corazón atrapan el extremo por fuera del lazo.

Pasar el cabo de la izquierda por el bucle de su muñeca y obtendremos un nudo.



Probar realizarlo por parejas agarrados de la mano y cogiendo firmemente un cabo cada jugador.

Dejar a los jugadores poder mover la cuerda entre los dedos de la mano, así es más fácil.

**Continuará...**

## FREINET UNA PEDAGOGÍA PARA EL S. XXI

Escuela de Formación del Profesorado Cantabria



Durante lo que va de curso, ya hemos realizado el Taller en la Escuela de Formación del profesorado donde acudimos todos los años.

Fueron cuatro tardes y este año en lugar de talleres repartidos por temáticas (matemáticas, cuerpo, plástica...), hemos planteado tres talleres globalizados.

Todos comenzamos con unas danzas y con juegos para la formación de los grupos. En una segunda sesión cada taller partió de un motivo de creación colectiva,

en otro momento se veía su posible explotación en las distintas áreas curriculares y por último todos debían crear una forma corporal de expresarlo a los otros talleres en la Asamblea final.

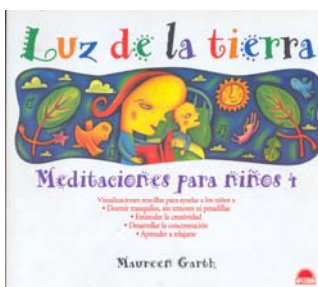
Los elementos de creatividad fueron: la música, material de reciclaje y la poesía. En la Asamblea final se representaron corporalmente lo trabajado.

En el taller con el reciclaje crearon un cuento colectivo con los elementos que habían construido. El de música inventaron canciones infantiles y el de la poesía escenificaron poemas inventados colectivamente.

Acabamos contentos del enfoque realizado este año, así los tres grupos tuvieron una experiencia parecida, valorándose las actividades muy positivamente por el alumnado.



## LIBROS Y RECOMENDACIONES



El libro "Luz de la tierra" es una recopilación de distintos cuentos que sirven para momentos de relajación, para dejar volar la imaginación. La autora es Maureen Garth defiende la necesidad de enseñar a niñas y niños la meditación y así lo aplicaba. Con su hija a partir de los tres años, proponiéndola visualizaciones creativas que la facilitarían el sueño y el sentirse segura.

La editorial es ONTRO colección El niño y su mundo.