

“Juegos Saludables II: Promoción de Salud desde recursos lúdicos para la infancia y la adolescencia”



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Programa Apex-Cerro de la Universidad de la República

Haití 1606. Código postal 12800.

Correo: apex@apexu.edu.uy

Montevideo Uruguay

www.apex.edu.uy

2015.

ISBN: 978-9974-99-921-3

“Juegos Saludables II: Promoción de Salud desde recursos lúdicos para la infancia y la adolescencia”

Autores:

Carlos Torrado Lois, carlos.torrado@apex.edu.uy

Gabriela Di Landro, gabriela.dilandro@apex.edu.uy

Juegos Saludables II: Promoción de Salud desde recursos lúdicos para la infancia y la adolescencia

Con el objetivo de otorgar herramientas alternativas en la Promoción de la Salud, y considerando la Salud desde una perspectiva amplia y múltiple, el Proyecto “Juegos Saludables II: Promoción de Salud desde recursos lúdicos para la infancia y la adolescencia” ha diseñado una serie de materiales que promueven hábitos saludables vinculados a los derechos en salud, comportamiento asertivo y expresión de sentimientos. El aprendizaje surge y se va construyendo en la interacción con otros-as, y con el apoyo de material técnico. Varios autores dan cuenta de la importancia del juego en el desarrollo integral, la exploración del mundo, como medio de inclusión y socialización, como medio y/o estrategia de enseñanza y aprendizaje, etc. El juego es salud.

Desde un enfoque de “Habilidades para la vida”, la serie de “Juegos Saludables II” en su conjunto, busca contribuir a la promoción de salud y convivencia, la prevención de riesgos psicosociales, el ejercicio de derechos, la adquisición de habilidades sociales y el desarrollo integral de las personas.

Los juegos de mesa son conocidos por niños, niñas y adolescentes, les supone un enorme factor motivador, son juegos con reglas sencillas que permiten su aplicación a diferentes edades.

Más allá del factor suerte e imprevisible que dan los dados en juegos de recorrido, se otorga gran importancia a las habilidades personales, en este caso, habilidades para la vida: sociales, cognitivas y habilidades para enfrentar emociones.

En esta nueva serie de 3 juegos de mesa temáticos se han identificado situaciones cotidianas vividas por niños, niñas y adolescentes, situaciones sentidas como conflictivas. A partir de la aplicación experimental de los juegos,

éstos fueron rediseñados con el fin de mejorar su aplicación y alcanzar una mayor cobertura. Han sido diseñados como respuesta a diversas problemáticas y consultas planteadas en varias oportunidades por niños, niñas, adolescentes, familiares y educadores. Están concebidos, de forma divertida y amena, una actividad que se realiza en grupo, ya que es en el diálogo y en el intercambio de opiniones y puntos de vista, en la reflexión, donde radica el aprendizaje.

Este tipo de juegos, al priorizar el trabajo en grupo y no la “lucha” competitiva, permite una interacción positiva con la participación satisfactoria y constante de todos. Los juegos en los que es necesario comunicarse entre sí y llegar a acuerdos, proponen un diálogo en el que la apertura, el dar tiempo a cada persona, el pensar y la escucha de las diferentes opiniones y argumentos estimulan la toma de decisiones y la consideración de las diferentes alternativas y consecuencias en las decisiones, así como a la búsqueda de una solución aceptable para todos desde el consenso o el voto democrático.

“Encarando Situaciones” es uno de los juegos de mesa propuestos con el fin de problematizar vivencias cotidianas sentidas como conflictivas por adolescentes. Nos proponemos estimular el diálogo y el intercambio de opiniones para el desarrollo de habilidades sociales asertivas. Cuando hablamos de “habilidades sociales” hablamos de *“la conducta que permite a una persona actuar en base a sus intereses más importantes, defenderse sin ansiedad inapropiada, expresar cómodamente sentimientos honestos o ejercer los derechos personales sin negar los derechos de los demás”*¹, *“las conductas necesarias para interactuar y relacionarse con los iguales y con los adultos de forma efectiva y mutuamente satisfactoria”*². Precisamente durante la adolescencia, en la búsqueda de identidad y una mayor autonomía, comienza la identificación en el grupo de pares y una mayor socialización, el desarrollo de habilidades sociales asertivas en esta etapa son de gran importancia como forma de afirmar derechos y responsabilidades.

A partir de diferentes situaciones cotidianas sentidas y reconocidas como conflictivas por adolescentes, con tres posibles comportamientos ante cada una de las situaciones planteadas, se propone reflexionar, argumentar y tomar una decisión. Se trata de situaciones o vivencias cercanas a la vida de adolescentes que han sido redactadas de una forma sencilla para facilitar su comprensión, reflexión y discusión para la toma de decisiones a partir de argumentaciones. La puesta en común en el grupo posibilita problematizar, intercambiar opiniones y valores individuales y colectivos, así como estimular el diálogo y la empatía. Dialogando, escuchando, permitiendo que la palabra regule los conflictos.

El juego permite establecer espacios dialógicos en relación al análisis de diferentes comportamientos: asertivos,

1 Alberti y Emmos (1978). *“Teoría de la evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales”*. Valencia: Promolibro. p.2

2 Monjas Casares, M (2000). *“Programa de enseñanza de habilidades de interacción social (PEHIS) para niños y niñas en edad escolar”*. Madrid: CEPE., p.29.

pasivos o inhibidos y agresivos frente a cada situación.

M.^a Inés Monjas Casares, describe tres posibles estilos de respuestas interpersonales: inhibido o pasivo, asertivo o agresivo:

“(a) Estilo inhibido caracterizado porque no se expresan los propios sentimientos, pensamientos y opiniones, o se hace con falta de confianza. Es un estilo pasivo, conformista y sumiso. La persona inhibida no se respeta a sí misma ni se hace respetar.

(b) Estilo asertivo que implica que se expresan los propios sentimientos, necesidades, derechos y opiniones, pero respetando los derechos de las demás personas. La persona asertiva dice lo que piensa y siente y escucha a los demás; tiene confianza en sí misma; se respeta a sí misma y respeta a los y las demás.

(c) Estilo agresivo que supone que se defienden los propios derechos y se expresan los propios pensamientos, sentimientos y opiniones, por encima de las demás personas. Es un estilo autoritario y dominante. La persona agresiva no respeta a las y los demás.”³

Instrucciones del juego:

Materiales:

1 Tablero, 1 dado, 20 tarjetas de situaciones (4 de cada color).

Este es un juego de recorrido con tarjetas para 4 personas como máximo o formando 4 subgrupos entre cuyos

³ Monjas Casares, M. (2004) “Ni sumisas ni dominantes. Los estilos de relación interpersonal en la infancia y en la adolescencia”. Disponible (enero, 11, 2015): <http://www.sabiduriaaplicada.com/documentos/ni-sumisas-ni-dominantes.pdf>

participantes tendrán que ponerse de acuerdo. Se juega por turnos avanzando o retrocediendo con el dado, el objetivo es ir realizando el recorrido e ir respondiendo a una tarjeta de cada color. Las personas que juegan podrán avanzar o retroceder en el recorrido para poder llegar a responder a una tarjeta de cada color, al caer en el círculo blanco “comodín” se podrá elegir el color de la tarjeta que se quiere responder. Si al lanzar el dado, la ficha cae en un círculo del color que ya se ha respondido la pregunta, se pierde un turno, pero recuerden que se puede tanto avanzar como retroceder con la ficha. La persona que llegue al final y ha respondido a una situación de cada color es quien gana el juego. Recuerden que no se puede llegar al final sin responder a una tarjeta de cada color.

“La Salud es un Derecho” es el segundo juego diseñado a partir de la reforma del modelo de atención y el sistema de salud en el Uruguay. La Convención de los Derechos del Niño establece la universalidad de los Derechos para todos los niños, niñas y adolescentes, como titulares de sus Derechos. A partir de esta Declaración se ha establecido un largo proceso de reconocimiento y protección de Derechos desde una perspectiva que promueve la interdependencia, la indivisibilidad y la universalidad de los derechos humanos, incluidos los derechos civiles, culturales, económicos, políticos y sociales, así como el derecho al desarrollo. El Derecho a la Salud es un Derecho Humano fundamental consagrado en la Declaración Universal de los Derechos Humanos y en Uruguay por el Código de la Niñez y Adolescencia de 2004. Así mismo la Ley del Sistema Nacional Integrado de Salud del Uruguay reconoce la salud como un *“Derecho Humano fundamental por cuyo efectivo ejercicio el Estado debe responsabilizarse, creando condiciones para que toda la población residente en el país tenga acceso a servicios integrales de salud”*⁴ El ejercicio de los derechos en el ámbito de la salud es una preocupación del equipo que ha trabajado en la elaboración de esta nueva serie de juegos de mesa. El acceso a los servicios de atención, recibir información, expresar su voluntad y opinión y que éstas sean respetadas, así como la confidencialidad y la atención de calidad, entre otros, son Derechos de todas las personas sin ningún tipo de excepción o distinción. Este juego pretende contribuir al ejercicio y respeto de los Derechos a la Salud de niños-as, adolescentes y orientar a los equipos de promotores-as de salud en relación a los Derechos. De manera ágil, se propone poner sobre la mesa algunas situaciones que nos permitirán conocer, dialogar y reflexionar sobre los Derechos en el nuevo modelo de atención de salud del Uruguay.

4 MSP (2006) Ley Nro. 18.211 Creación del Sistema Nacional Integrado de Salud. Montevideo, MSP.

Instrucciones del juego:

El número ideal de participantes es 6, de los cuales uno-a será el-la monitor-a. También podrán formar equipo en los que los-las integrantes tengan que ponerse de acuerdo en las respuestas. El-la monitor-a tiene que conocer muy bien el contenido de las tarjetas y las respuestas correctas antes de usar el juego, además tendrá que orientar al grupo en relación a los Derechos.

Materiales:

1 Tablero, 1 dado de colores, 21 fichas de preguntas y 3 fichas comodines.

Se colocan las fichas de preguntas, con el texto hacia abajo en los casilleros según el color.

Comienza el juego lanzando el dado por turnos. El jugador toma una ficha del casillero del color que indica el dado, la lee en voz alta y debe responder. Si el dado indica un color que se respondieron todas las preguntas el jugador pierde un turno. El monitor debe complementar la información con el fin de estimular la discusión del tema en el grupo y otorgar más información sobre los Derechos a la Salud. Se ganan puntos según la respuesta correcta o incorrecta, sin embargo lo importante del juego es obtener información sobre los Derechos a la Salud.

“Sentimientos en Juego”: La capacidad de expresar emociones en relación a situaciones cotidianas ayuda a interactuar positivamente, al autoconocimiento y a la capacidad de experimentar empatía. El reconocimiento de la forma en que los sentimientos influyen en el comportamiento, así como reconocer las circunstancias o situaciones que causan estrés son fundamentales para manejo adecuado de las emociones y la adquisición de habilidades para la vida. Poniendo palabras a los afectos, a las emociones.

Nos interesa destacar que la elaboración de este juego, como los anteriores, ha sido el resultado de un proceso de intercambio, diálogo y confianza en el que los y las adolescentes fueron quienes han identificado y propuesto las situaciones del día a día con las que se ha diseñado el juego.

“Sentimientos en Juego”, desde un clima distendido y de apertura, ya que “estamos jugando”, es una oportunidad de expresar sentimientos en forma individual, o en pequeños grupos tratando de imaginar cómo se sentiría otro de los participantes en una situación dada: rabia, indiferencia, enojo, alegría, miedo, tristeza, vergüenza, extrañeza, felicidad, etc.

Instrucciones del juego:

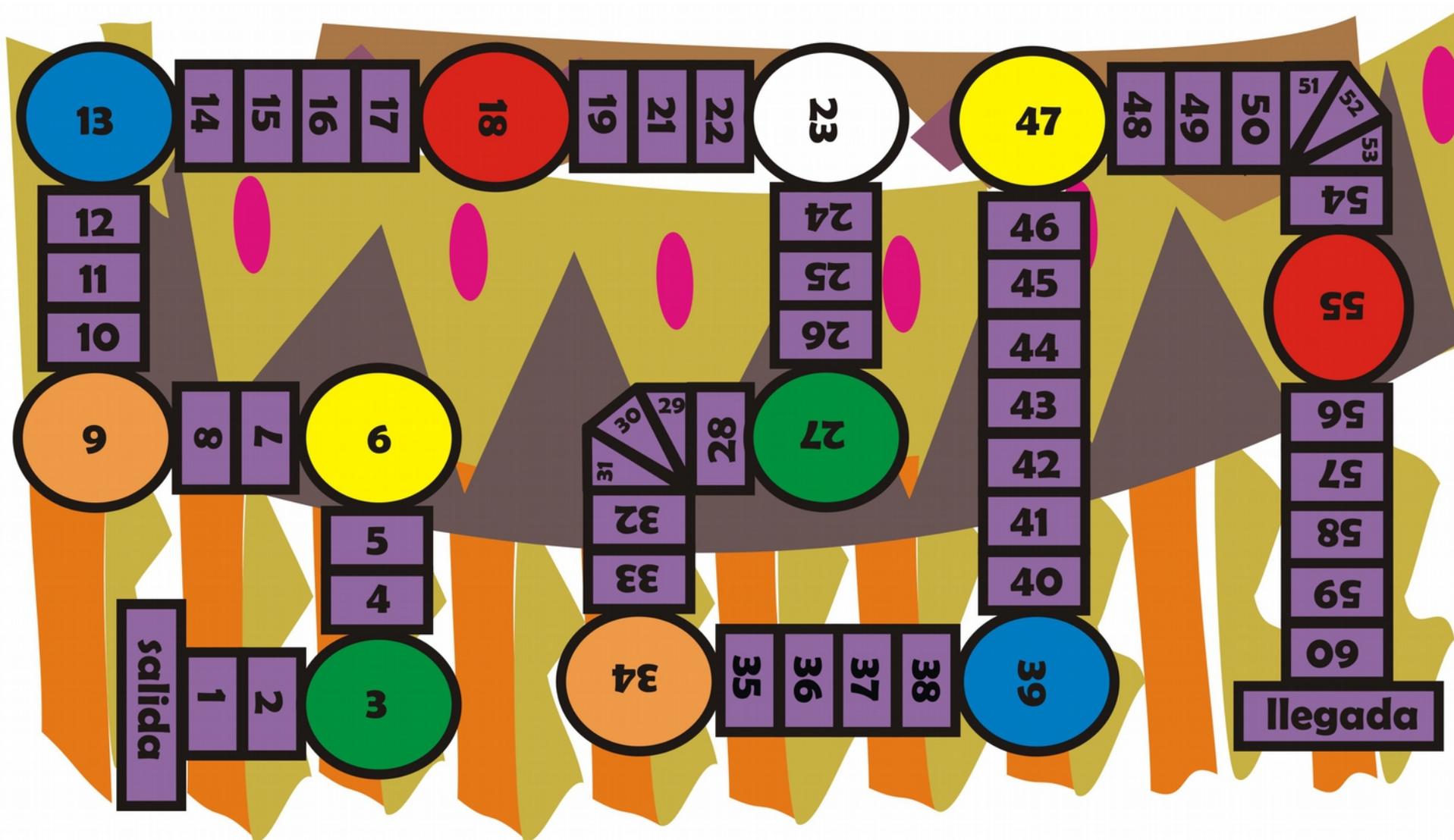
Materiales:

1 Tablero, 12 caritas de sentimientos para cada persona que juega, 18 tarjetas de situaciones, planilla de respuestas.

Proponemos este juego de mesa para 3 a 12 personas o formando equipos. Para comenzar se colocan las tarjetas de las situaciones con el texto hacia abajo en el casillero blanco del centro del tablero y se entrega las caritas de

los sentimientos a cada uno/a de los/as jugadores/as. Cada jugador/a tendrá las 12 caritas de los sentimientos. Se juega por turnos, la primera persona toma una de las tarjetas de las situaciones y la lee en voz alta al resto de los/las jugadores/as, éstos deben pensar qué sentiría el/la jugador/a que leyó y colocan boca abajo sobre la mesa la “carita” que creen que representa el sentimiento que le provoca la situación a la persona que leyó la tarjeta. Se anotan en la planilla del juego las respuestas de las personas que juegan y quienes aciertan con la respuesta, tendrán un punto. El juego continúa hasta terminar con las tarjetas de las situaciones. Al final se cuentan los aciertos de cada participante.





Instrucciones del juego "Encarando situaciones":

Materiales:
1 Tablero, 1 dado, 20 tarjetas de situaciones (4 de cada color).

Este es un juego de recorrido con tarjetas para 4 personas como máximo o formando 4 subgrupos entre cuyos participantes tendrán que ponerse de acuerdo. Se juega por turnos avanzando o retrocediendo con el dado, el objetivo es ir realizando el recorrido e ir respondiendo a una tarjeta de cada color. Las personas que juegan podrán avanzar o retroceder en el recorrido para poder llegar a responder a una tarjeta de cada color, al caer en el círculo blanco "comodín" se podrá elegir el color de la tarjeta que se quiere responder. Si al lanzar el dado, la ficha cae en un círculo del color que ya se ha respondido la pregunta, se pierde un turno, pero recuerden que se puede tanto avanzar como retroceder con la ficha. La persona que llegue al final y ha respondido a una situación de cada color es quien gana el juego. Recuerden que no se puede llegar al final sin responder a una tarjeta de cada color.



UNIVERSIDAD
DE LA REPUBLICA
URUGUAY

Subprograma Infancia - Animación
Sociocultural y Recreación.
2015

Están de campamento con la Escuela o el Liceo y hay tres compañeros y compañeras que no quieren ordenar las cabañas ¿Qué hacés?

- A: Vas a decirle al adulto/a que está con ustedes que hay compañeros y compañeras que no están ayudando.
- B: Se reúnen para organizarse y distribuir las tareas.
- C: Se enojan mucho y piensan que no vale la pena decir nada porque igual no van a hacer nada.

2) Estás muy apurado esperando que cambie el semáforo para cruzar la calle y ves que del otro lado hay una persona ciega que está esperando para cruzar ¿Qué hacés?

- A: Seguí caminando lo más rápido posible para no llegar tarde.
- B: Llegás al otro lado y le avisás que ya puede cruzar.
- C: Te apurás en llegar al otro lado de la calle y ayudás a la persona a cruzar.

3) Estas haciendo algo que te gusta y te parece que está muy bien. Otra persona viene y te dice: "No me gusta". ¿Qué harías o dirías?

- A: Lo insultarías.
- B: Le dirías que tú creés que está muy bien.
- C: Le dirías que no se meta porque él no sabe nada.

4) Vas caminando por tu barrio y ves a un amigo fumando un cigarrillo. ¿Qué hacés?

- A: Te acercás y le explicás que le hace mal.
- B: No le decís nada porque pensás que no te va a hacer caso.
- C: Le pedís que te convide con un cigarrillo.

5) Estás por volver de un cumpleaños y una conocida ofrece llevarte a ti y tu familia a tu casa, pero tú te das cuenta que tomó más de lo debido. ¿Qué hacés?

- A: Te subís pensando que bueno que te lleven a tu casa.
- B: Le explicás que es peligroso manejar cuando se ha bebido alcohol.
- C: Le decís a tu familia que preferís no subir al auto porque la señora ha bebido mucho alcohol.

6) Te vas con amigos y amigas de paseo y ven una montaña muy linda a la cual quieren subir. Uno de tus amigos está en silla de ruedas. ¿Qué hacés?

- A: Mejor deciden seguir de largo porque no podrían subir todos y todas a la montaña.
- B: Le proponés a tus amigos y amigas turnarse para ayudar a tu amigo a impulsarse en la silla de ruedas.
- C: Deciden que cada quien suba como pueda.

7) Tenés una amiga que está preocupada porque le ofrecieron marihuana. ¿Qué hacés?

- A: Le ofrecés ayudarla a buscar información sobre la marihuana con alguien que sepa del tema.
- B: Le explicás los efectos que produce la marihuana y que no pruebe.
- C: Le decís que pruebe.

8) Tu amigo le quiere mandar una carta secreta a una niña que le gusta y te pide ayuda porque él dice que tiene fea letra. ¿Qué hacés?

- A: Lo ayudás a practicar la letra para que le salga lo mejor posible.
- B: Escribís lo que él te dicta.
- C: Le decís que no porque eso te parece una bobada.

9) Hubo una gran tormenta y el patio de la escuela quedó muy estropeado ¿Qué hacés?

- A: Jugar en el salón durante el recreo mientras arreglan el patio.
- B: Le proponés a otras clases arreglar el patio entre todos y todas para que esté pronto más rápido.
- C: Juntarse y protestar porque no tienen donde jugar al aire libre.

10) Hace muchos días que te sentís raro/a, de a ratos de mal humor, de a ratos contento y a veces también distraído. ¿Qué hacés?

A: No te preocupás, pensás que es por tu edad.

B: Le pedías a tus amigos y amigas para charlar para saber qué podría ser y que te puedan ayudar.

C: Le contás a tu familia como te sentís.

12) Un adolescente me ofrece drogas, le digo:

A: No, me hace mal o me hace mal.

B: Aceptás.

C: Puedo salir corriendo.

15) Si ya estás en las drogas, ¿qué harías?

A: Pedirías ayuda para salir de las drogas.

B: Seguirías consumiendo.

C: Le pedirías ayuda a alguien pero sin aportar de tu parte.

11) Quiero que mi amiga deje de consumir drogas, ¿qué haría o diría?

A: Le pediría ayuda o otro-a amigo-a o a alguien de mi familia.

B: Le diría que deje de consumir drogas porque es malo para su salud.

C: Lo dejaría y que siga con lo suyo.

13) Voy a comprar comida y me encuentro con una persona que consume pasta base y me pide plata:

A: Le digo que no tengo.

B: No le doy porque va a comprar droga.

C: Le doy comida porque si le doy otra cosa, la va vender para comprar drogas.

16) Otro niño te dice: Creo que sos una persona muy simpática. ¿Qué harías o dirías?

A: Decir: No, no soy tan simpático

B: Decir: Sí, creo que soy el mejor

C: Decir: Gracias

18) Estás haciendo la fila en la Escuela para ir al comedor y otro compañero se cuela delante de vos. ¿Qué harías o dirías?

A: No decir nada a ese niño.

B: Decir gritando: "Idiota, andate de acá".

C: Decir: "Yo estaba primero. Por favor andá al final de la fila.

14) Voy conduciendo por la ruta y me encuentro a un señor conduciendo alcoholizado:

A: Le diría que no conduzca porque es peligroso y podría matar a alguien.

B: Llamaría a la policía.

C: No haría nada.

17) Necesitas que otro niño te haga un favor. ¿Qué harías o dirías?

A: No le pedirías nada.

B: Decir: "Tenés que hacer esto por mí"

C: Decir: "¿Podés hacerme un favor?" y le explicás lo que querés.

20) Te insultan. ¿Qué harías o dirías?

A: Te irías y no dirías nada.

B: Insultarías a ese niño.

C: Le dirías a ese niño que no te gusta que te insulten y que no lo haga nuevamente.

?

?

19) Ves que otro niño se tropieza y se cae.
¿Qué harías o dirías?

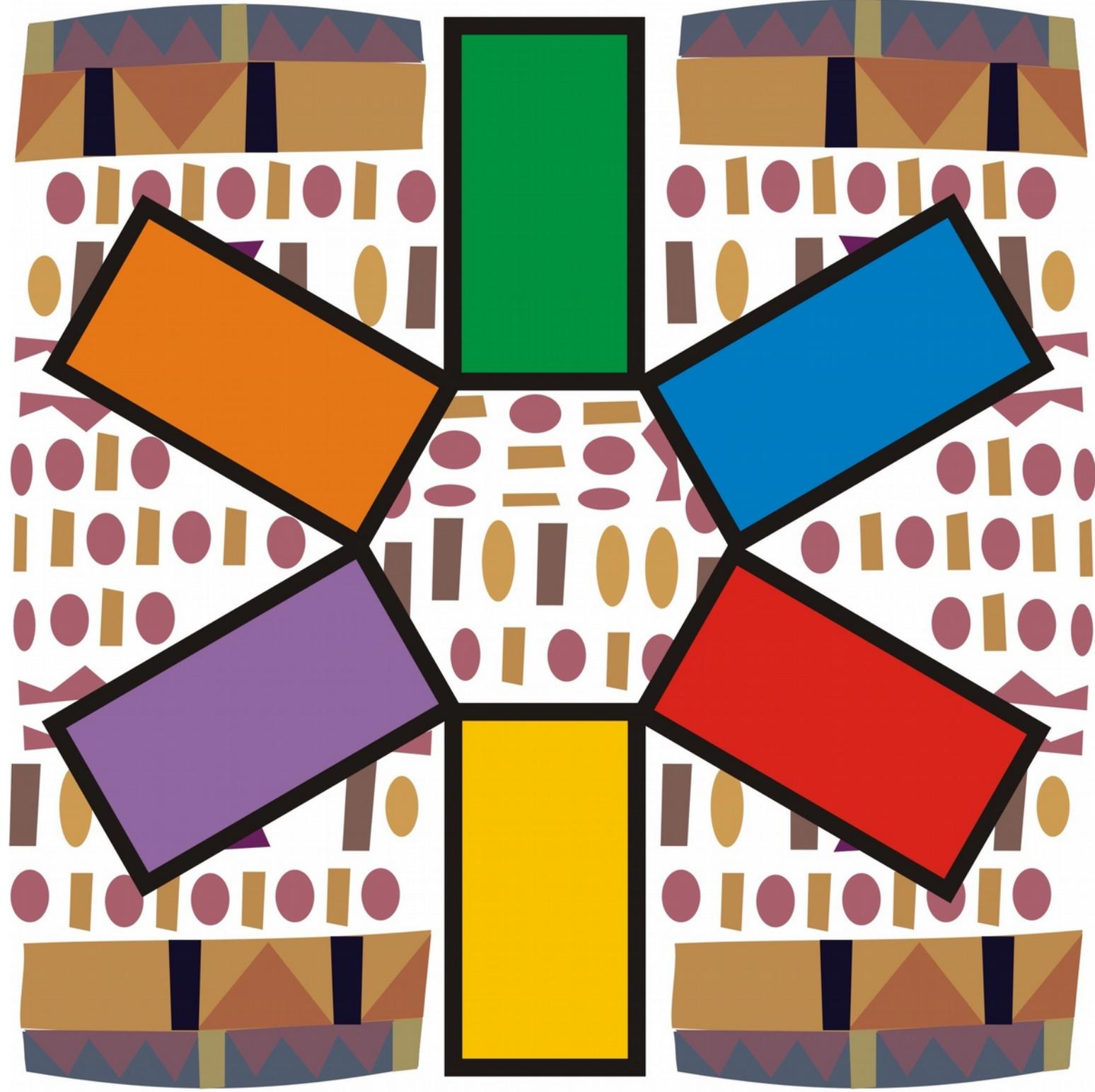
A: Me reiría y diría: “¿Por qué no mirás por donde vas?”

B: Decir: “¿Estás bien?, ¿Te puedo ayudar?”

C: No hacer nada.

?

?



La Salud es un Derecho.

Instrucciones del juego:

El número ideal de participantes es 6, de los cuales uno-a será el-a monitor-a. También podrán formar equipo en los que los-las integrantes tengan que ponerse de acuerdo en las respuestas. El-la monitor-a tiene que conocer muy bien el contenido de las tarjetas y las respuestas correctas antes de usar el juego, además tendrá que orientar al grupo en relación a los Derechos.

Materiales:

1 Tablero, 1 dado de colores, 21 fichas de preguntas y 3 fichas comodines.

Se colocan las fichas de preguntas, con el texto hacia abajo en los casilleros según el color.

Comienza el juego lanzando el dado por turnos. El jugador toma una ficha del casillero del color que indica el dado, la lee en voz alta y debe responder. Si el dado indica un color que se respondieron todas las preguntas el jugador pierde un turno. El monitor debe complementar la información con el fin de estimular la discusión del tema en el grupo y otorgar más información sobre los Derechos a la Salud. Se ganan puntos según la respuesta correcta o incorrecta, sin embargo lo importante del juego es obtener información sobre los Derechos a la Salud.



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

Subprograma Infancia - Animación
Sociocultural y Recreación.

2015.

1 Pedro quiere sugerir cambios en el servicio de atención de la policlínica de su barrio. ¿Puede hacerlo?

2 Soy adolescente y me gustaría ir sola al médico y que la consulta sea confidencial. ¿Puedo pedirle a mi médico que la consulta sea confidencial?

3 Fito, tiene 12 años, va a una policlínica sin conocimiento de sus padres con un intenso dolor de muelas. ¿La odontóloga puede reparar el molar afectado?

4 Un niño de 9 años, concurre solo a la consulta en la policlínica. ¿Lo tienen que atender?

5 Un señor va al centro de salud y les pide la historia clínica de su hija Emma de 14 años. ¿Se la tienen que entregar?

6 Una mujer lleva a su hija de 6 años al control al centro de salud pero no con la frecuencia adecuada. ¿Qué pueden hacer los profesionales de la salud?

7 Soy adolescente y quiero entrar solo a la consulta con el médico, ¿puedo pedirle a mis padres que esperen afuera?

8 El Médico no me explica el tratamiento o no entiendo. ¿Puedo preguntar todo lo que necesite hasta entenderlo?

9 Me pidieron para utilizar mi historia clínica y mis enfermedades en una investigación docente. ¿Puedo negarme?

10 ¿Cuántas consultas gratuitas tienen los niños y las niñas hasta los tres años?

11 ¿Las adolescentes menores de 18 años embarazadas, tienen Derecho a controles gratuitos? ¿Cuántos?

12 ¿Niños, niñas y adolescentes con discapacidad física y mental tienen Derecho a atención en Salud Mental? ¿Sus padres y referentes afectivos, también?

13



Podés hacerle una pregunta a cualquiera de los jugadores o las jugadoras

14

Emma, tiene 12 años, va con su tía a la consulta odontológica y pide ingresar con ella al consultorio. ¿Puede entrar con la tía?

15

¿Puedo exigir y constatar que los instrumentos de médicos hayan sido correctamente esterilizados o que sean descartables?

16

Si Daniel tuviera 10 años. ¿Cuántos controles odontológicos anuales gratuitos tendría?

17

¿Puedo revisar mi historia clínica?

18

¿Hasta qué edad uso el carné del niño o de la niña?

19



Podés hacerle una pregunta a cualquiera de los jugadores o las jugadoras

20



Podés hacerle una pregunta a cualquiera de los jugadores o las jugadoras

21

¿Si soy un niño o una niña puedo pedir que me informen y consultar sobre los procedimientos médicos y dar mi opinión? ¿Mi opinión debe ser tenida en cuenta?

22

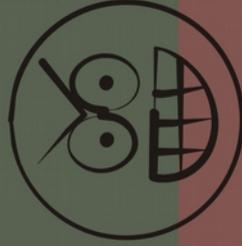
Hace unos días que tengo el Carné Adolescente y mi madre no deja que lo guarde yo. ¿El carné adolescente es mío o de mis padres?

23

¿Quiénes tienen derecho a la salud?

24

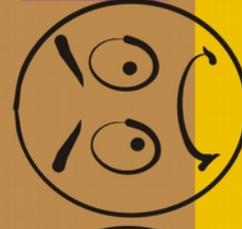
¿Puedo negarme a recibir atención médica y que me le expliquen las consecuencias para mi salud?



Me da rabia o furia.



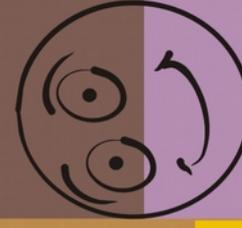
No me importa o me es indiferente.



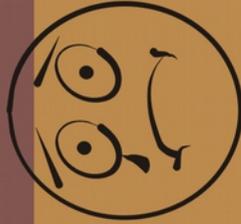
Me enoja.



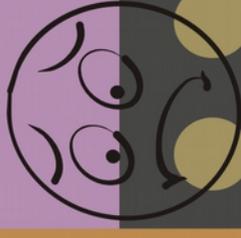
Me da gracia.



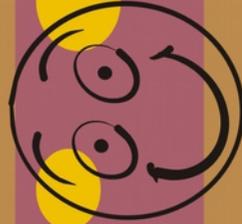
Me alegra.



Me pone triste.



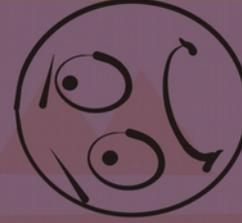
Me da miedo o me asusta.



Me encanta o me gusta



Me extraña.



Me da lástima o me duele.



Me da vergüenza.



Me sorprende.

Colocá acá, las tarjetas de las situaciones boca abajo.

Sentimientos en Juego.

Instrucciones:

Materiales:

1 Tablero, 12 caritas de sentimientos para cada persona que juega, 18 tarjetas de situaciones, planilla de respuestas.

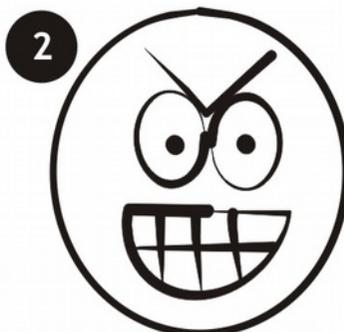
Proponemos este juego de mesa para 3 a 12 personas o formando equipos. Para comenzar se colocan las tarjetas de las situaciones con el texto hacia abajo en el casillero blanco del centro del tablero y se entrega las caritas de los sentimientos a cada uno/a de los/as jugadores/as. Cada jugador/a tendrá las 12 caritas de los sentimientos. Se juega por turnos, la primera persona toma una de las tarjetas de las situaciones y la lee en voz alta al resto de los/las jugadores/as, éstos deben pensar qué sentiría el/la jugador/a que leyó y colocan boca abajo sobre la mesa la "carita" que creen que representa el sentimiento que le provoca la situación a la persona que leyó la tarjeta. Se anotan en la planilla del juego las respuestas de las personas que juegan y quienes aciertan con la respuesta, tendrán un punto. El juego continúa hasta terminar con las tarjetas de las situaciones. Al final se cuentan los aciertos de cada participante.



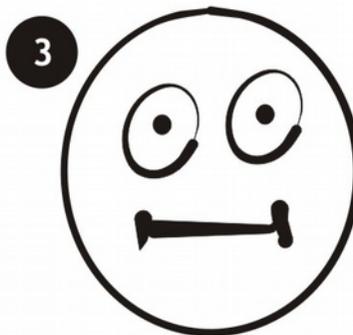
Subprograma Infancia - Animación Sociocultural y Recreación, 2015.



Me pone triste.



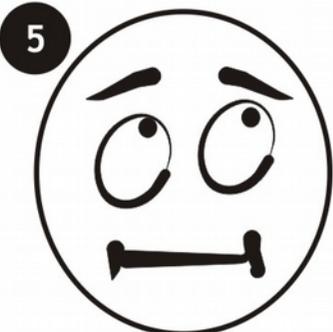
Me da rabia o furia.



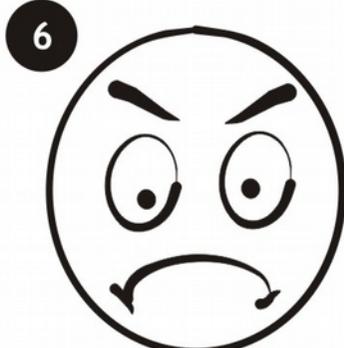
No me importa o me es indiferente.



Me da miedo o me asusta.



Me da vergüenza.



Me enoja.



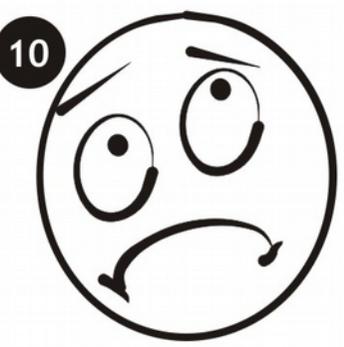
Me encanta o me gusta.



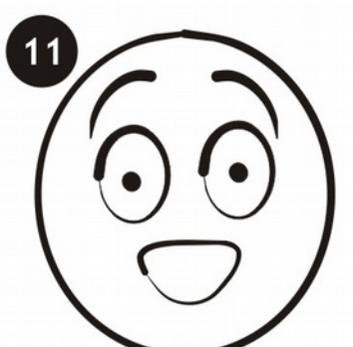
Me alegra.



Me da gracia.



Me da lástima o me duele.



Me sorprende.



Me extraña.

1. Estoy en la clase y escucho a un compañero decirle a una compañera que integra un cuadro de fútbol femenino: “para qué seguís jugando si las mujeres son horribles jugando al fútbol”
¿Cómo me sentiría?

2. Voy caminando por la calle y veo que una señora mayor le hace señas a un ómnibus para pararlo y el ómnibus no para.
¿Cómo me sentiría?

3. Estoy en la escuela y veo que dos compañeras están peleando y a punto de agredirse físicamente mientras otro grupo de compañeros mira y se ríe.
¿Cómo me sentiría?

4. Estoy de campamento y mientras estamos jugando al fútbol rompen un vidrio de un pelotazo. Entre todos y todas decidimos realizar una colecta para pagar el vidrio roto.
¿Cómo me sentiría?

5. Me entero que el cuento de un compañero o compañera fue premiado en un concurso de cuentos.
¿Cómo me sentiría?

6. Estoy en un taller de reciclaje y tengo una idea que me parece muy buena para realizar con diferentes materiales. Intento hacerla pero no me sale.
¿Cómo me sentiría?

7. Me invitan a ver una obra de teatro pero yo sé que el teatro no me gusta, igualmente voy para acompañar a mi amigo o amiga. Al terminar la obra le comento a mi amigo o amiga que me gustaría poder ir más seguido al teatro.
¿Cómo me sentiría?

8. Tengo un amigo que se pasa protestando por todo y cuando intento hablar con él, no me escucha.
¿Cómo me sentiría?

9. Tenés un amigo que cumple quince años pero no te invitó a su festejo.
¿Cómo me sentiría?

12. La profesora me pide que pase al pizarrón a explicar la tarea y no entiendo nada.
¿Cómo me sentiría?

13. Un compañero de mi clase tiene que dar un oral para todos los compañeros y le va muy mal porque no logra entender esa asignatura.
¿Cómo me sentiría?

14. El día de mi cumpleaños estoy esperando con muchas ganas un regalo muy especial pero mis familiares no pudieron comprarlo.
¿Cómo me sentiría?

15. Logro subir las notas de una materia que me costaba mucho.
¿Cómo me sentiría?

16. Le cuento cosas personales muy íntimas a mi amigo y me entero que mi amigo se lo cuenta a otras personas.
¿Cómo me sentiría?

17. Estoy con mis amigas y cuando les cuento mis sueños se ríen.
¿Cómo me sentiría?

18. Me enamoré de una persona y al expresarle lo que siento, no soy correspondido.
¿Cómo me sentiría?

10. Con mi grupo de amigos nos conocemos desde hace mucho tiempo, un compañero invita a su amigo a sumarse al grupo.
¿Qué sentiría si fuera parte del grupo?

11. Las maestras nos invitan a hacer un paseo junto a otro quinto de otra escuela que nosotros no conocemos.
¿Cómo me sentiría?

Agradecemos a todos-as los-as adolescentes de la Escuela 334 del Cerro y del grupo de adolescentes “ApexAndo” que han colaborado en la elaboración de los juegos de mesa.





UNIVERSIDAD
DE LA REPUBLICA
URUGUAY

**Subprograma Infancia - Animación
Sociocultural y Recreación.
2015**