

# Juegos de coordinación en grupo

Beatriz BENGOCHEA.  
Orientadora Familiar

El juego es siempre formador para el niño, independientemente de cuál sea. Los **juegos de siempre**, los de cumpleaños y fiestas tienen otras funciones además de la meramente lúdica. Como los niños están siempre dispuestos a jugar, podemos **aprovecharlos** como ocasiones inmejorables para ayudarles a desarrollar la **coordinación y el sentido espacial**. Con los juegos, el chico ha de **esforzarse** para imaginar situaciones y para establecer y seguir reglas. También despierta posibilidades intelectuales y físicas, aumenta sus conocimientos... Pero es también exteriorización, desahogo y relajación.

Los juegos de movimiento y de coordinación en grupo se dirigen sobre todo a la actividad física (importante siempre) y a la adquisición de diversas **destrezas generales**: orientación espacial, estimulación de reflejos, coordinación en sentido amplio, lateralización, conocimiento y experimentación del propio cuerpo, capacidad de atención, psicomotricidad...

## Reglas para todos

En esta fase de su desarrollo, los juegos, además, les enseñan a vivir en sociedad, a **relacionarse con los otros niños**. Cada uno ha de seguir las reglas del juego y tiene que respetar a sus compañeros. Hay que explicar con toda claridad las **reglas del juego** y procurar

El papel del juego es básico en el desarrollo del niño. Sin darse cuenta y divirtiéndose estimula toda una serie de aspectos como la coordinación, el conocimiento de su cuerpo, la motricidad burda y fina, etc. Es muy importante que, a estas edades, los niños jueguen y se muevan... esa es su tarea más importante. Y los juegos en grupo, los de siempre como el escondite, pueden convertirse en nuestros mejores aliados.

que se apliquen de manera rigurosa. No existen los niños tramposos, sólo niños excesivamente metidos en el juego, impulsados por el deseo de victoria. Cuando alguno no cumpla las reglas, deberemos volver a explicárselas, sin culpabilizarle.

## El papel del director

Si se les deja jugar a ellos solos, sin un mayor delante, los niños tenderán hacia el aspecto excitante del juego, es decir, la competición. Nada más normal que **jueguen para ganar**. Habrá que canalizar este legítimo enfrentamiento por la victoria hacia metas más altas: que todos ganen alguna vez, que el ganador no abruma al resto, que haya premios para todos, distintos tipos de juegos para que todos tengan posibilidades, etc.

Para que todos se diviertan, especialmente los más pequeños que enseguida pueden perder el interés, en estos juegos se necesita un **director** adulto. Tendrá que plantear las reglas básicas y arbitrar en las situaciones de conflicto. Pero, sobre todo, deberá manejar al grupo para que todos se diviertan... y aprendan.

## Ejercicios

### 1. CARRERA DE OBSTÁCULOS

Al estilo de una "pista americana", podemos colocar diversos objetos para que nuestros hijos tengan que sortearlos. Necesitamos un espacio amplio. Primero, pintaremos con tiza una línea en el suelo y deberán guardar el equilibrio, luego subirse encima de una silla, pasar por debajo de una mesa, dar una voltereta y... Pueden hacerse competiciones a ver quién tarda menos en realizar todo el recorrido.

### 2. MUNDO AL REVÉS

Este mundo está loco, loco. Aquí es necesario que una persona mayor lleve el peso del juego. Hay que decir una serie de verbos y los chicos y chicas tienen que hacer justamente lo contrario. Tendrán que sentarse cuando se diga "levantarse", llorar cuando se diga "reír", etc. Les ayuda en su coordinación. Es muy divertido. Pueden irse eliminando aquellos que se equivoquen.

### 3. AL CORRO DE LA PATATA

Todos hemos sido niños alguna vez y habremos jugado a este simpático juego. La famosa canción de "Al corro de la patata, comeremos ensalada..." puede sustituirse por cualquier otra canción tradicional. Se trata de que los niños pasen un rato divertido dando vueltas unidos por las manos. Así hacen ejercicio y aprenden coordinación. Si son muchos chicos pueden hacerse dos círculos concéntricos que den vueltas en sentidos contrarios.

### 4. A TRAVÉS DEL ESPEJO

Para este juego necesitaremos gran concentración porque tendrán que realizar ciertos ejercicios al revés. Sitaremos a nuestro hijo delante de un espejo grande y mirándose en él tendrá que tocarse la rodilla izquierda, sacarse un pañuelo del bolsillo o taparse el ojo derecho. También podemos utilizar una serie de objetos para que los meta en una caja y luego la ate con un lazo. Si se coloca de perfil ante el espejo y mirando a través de él, será más difícil.



### 5. EL ROBOT INFERNAL

Con este juego se entrena a los niños en la coordinación de sus movimientos. Los chicos y chicas, que se colocarán delante de nosotros, tienen que hacer lo que nosotros digamos: mover la cabeza, sacar la lengua. Al principio resultará fácil, pero poco a poco iremos complicando las órdenes: levantar la mano izquierda, tocarse la oreja con la derecha y levantar la pierna izquierda. Iremos eliminando a los que no hagan las órdenes. El juego es más difícil cuando ambos brazos o ambas piernas tengan que ejecutar movimientos diferentes.

### 6. EL RESCATE

Se hacen dos equipos y se delimita un espacio, con unos límites que no pueden traspasarse. Uno de los equipos ha de intentar coger a todos los miembros del equipo contrario. Cuando esto ocurre, se cambian las tornas. Una de las características del juego es que los capturados pueden ser rescatados si alguno de su equipo consigue tocarlos. El terreno de juego ha de ser lo suficientemente amplio para que se pueda correr.

### 7. LAS SILLAS Y LA MÚSICA

Para este popular juego se necesitan tantas sillas como jugadores menos una, y un aparato de música. Se colocan las sillas en círculo y los chicos y chicas han de ir dando vueltas alrededor de ellas hasta que pare la música. Entonces cada cual debe sentarse donde pueda. El que se quede sin silla es eliminado y se quita una silla hasta que sólo queden dos jugadores y una sola silla. La diversión está asegurada pero la integridad de las sillas quizá no, así que habrá que utilizar alguna más fuerte o poco nueva.

### 8. A PIE, A CABALLO, EN COCHE

Necesitaremos bancos o sillas para jugar. Hay tres posibilidades de viajar en este juego: a pie (permanecerán de pie), a caballo (se sentarán a horcajadas) y en coche (sentados normalmente). Iremos diciendo alternativamente: "A pie", "a caballo" y "en coche". Quien ejecute mal las órdenes irá eliminándose. Gana quien quede el último. Cuanto más rápido demos las órdenes, más complicado será el juego. Es un juego que ayuda a la coordinación de movimientos.

### 9. ZAPATILLA POR DETRÁS

Sentaremos a todos los niños en corro menos uno que con una zapatilla irá dando vueltas y cantando: "La zapatilla por detrás, tris tras, ni la ves ni la verás, tris tras, mirad para arriba, que caen judías, mirad para abajo que caen garbanzos..." y el resto sube o baja la cabeza cuando él lo dice. En un momento dado, el niño deja la zapatilla detrás de otro niño que tendrá que perseguirle con ella antes de que pueda sentarse en su sitio. Si no le pilla, le tocará a él cantar y dejar la zapatilla. Es un juego tanto para interior como exterior.

Con la zapatilla se estimula el ritmo y la coordinación, porque hay que hacer los gestos según la música. Además, se desarrolla la capacidad de atención para salir disparado en cuanto le dejan la zapatilla.

**Habrà que canalizar este enfrentamiento por la victoria hacia metas más altas: que todos ganen alguna vez, que el ganador no abruma al resto...**

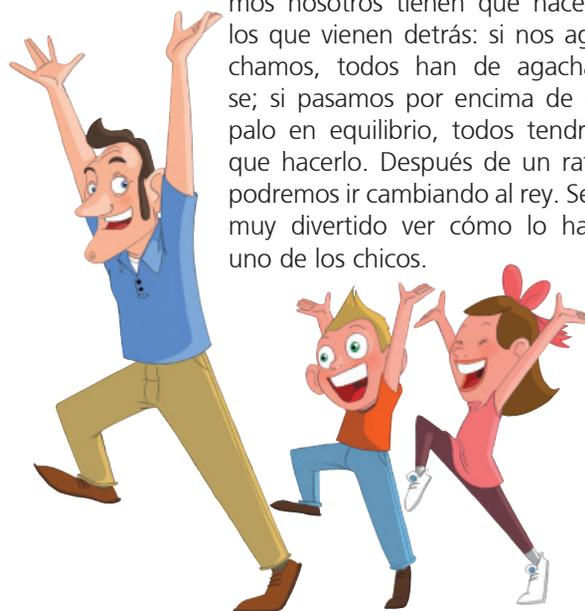
### 10. LAS TINIEBLAS

El popular juego de las tinieblas consiste en que uno de los hijos tiene que coger un objeto con los ojos cerrados. Para ello, contará con la ayuda de otro chico o chica que le irá orientando. No es nada fácil pues tendrá que orientarse sin ver nada y mover un poquito la mano a la izquierda o a la derecha cuando se lo digan. Para complicar más el juego podemos colocar algunos objetos para que tenga que esquivarlos.



### 11. SEGUIR AL REY

Todos los chicos se colocarán en fila, unos detrás de otros. Nosotros iremos en primer lugar, como si fuéramos un rey con sus vasallos. Todo lo que hagamos nosotros tienen que hacerlo los que vienen detrás: si nos agachamos, todos han de agacharse; si pasamos por encima de un palo en equilibrio, todos tendrán que hacerlo. Después de un rato, podremos ir cambiando al rey. Será muy divertido ver cómo lo hace uno de los chicos.



ILUSTRACIONES:  
PABLO ÁLVAREZ ROSENDO.