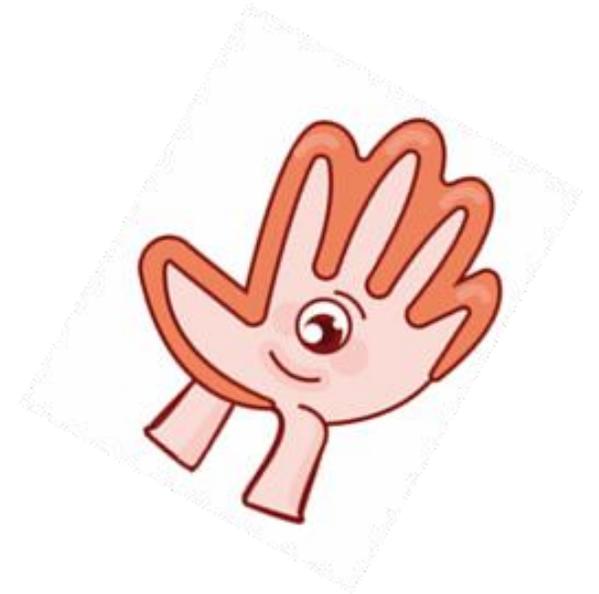
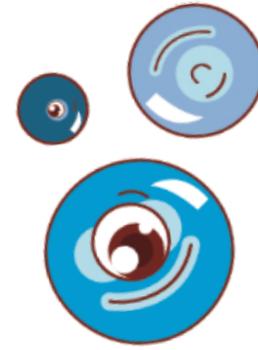


Curso 2020-21

Dossier
Actividades
COVID-19



 Todo irá **bien**.



**¡En estos
momentos lo más
importante es
nuestra salud!**



INTRODUCCIÓN

En consonancia con lo presentado en el documento *Manual Interno Operativo – Equipos de Monitoraje*, este dossier pretende fijar las líneas comunes y generales de cómo deben desarrollarse las actividades lúdico-educativas en el comedor y patio, considerando la situación de excepcionalidad que vivimos actualmente a raíz de la pandemia por coronavirus.

Este dossier ofrece una serie de propuestas de estrategias y actividades compatibles con las nuevas circunstancias: la distancia interpersonal de seguridad entre los participantes – en aquellos grupos que no sean de convivencia estable –, y la promoción de las medidas de higiene.

Perfil de las actividades



10 PUNTOS A TENER EN CUENTA

En líneas generales, destacamos algunas **características y prerequisites** que deben cumplir las actividades y demás dinámicas que se lleven a cabo en el comedor y patio. Es importante subrayar que todo ello estará **sujeto a la evolución de la crisis de la Covid-19** y a las **indicaciones de las autoridades sanitarias y educativas específicas para el contexto escolar.**

Perfil de las actividades



1) El funcionamiento de un **grupo de convivencia estable** (los llamados “**grupo burbuja**”) permite, en caso de detección de un niño/a con sintomatología compatible, un **rápido aislamiento** de las personas de contacto y una **trazabilidad** de posibles contagios. **Dentro de un mismo grupo de convivencia**, los niños y niñas pueden socializar y jugar entre sí **sin tener que mantener la distancia interpersonal de seguridad**. Estos grupos deberán **evitar la interacción con otros grupos** del centro educativo, también durante el tiempo de patio. Por ello, cada grupo de convivencia deberá contar con un **espacio delimitado** para hacer su actividad (tanto en espacios interiores como exteriores), manteniendo la distancia con otros grupos.

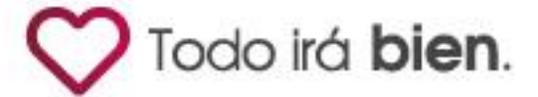
2) Entre los participantes de los grupos que **no sean de convivencia estable**, habrá que garantizar la **distancia mínima de seguridad**. No se trata de “individualizar el juego”, sino de crear **dinámicas que posibiliten jugar juntos, pero guardando las distancias**.

3) Debemos poner especial atención a las **entradas y salidas de los turnos** de patio a fin de garantizar el mantenimiento de la **distancia social** en esos momentos en los que haya riesgo de coincidir diferentes grupos de convivencia y/o alumnos de otros grupos.

4) En la medida de lo posible, debemos consensuar con el colegio la posibilidad de poder contar con **más instalaciones (internas y externas)** para hacer actividades. De esta manera podemos garantizar más fácilmente el distanciamiento social entre alumnos y entre diferentes grupos de convivencia.

5) Debemos priorizar aquellas actividades que se puedan realizar **al aire libre**. En el caso de solo disponer de espacios cerrados (por ejemplo, aulas, biblioteca, aulas, etc.), es importante que sea un lugar que cuente con una **ventilación adecuada**.

Perfil de las actividades (cont.)



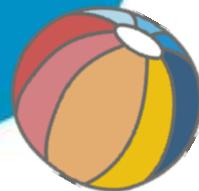
6) Para **evitar aglomeraciones** en los momentos punta de **inicio y final de las actividades** es aconsejable disponer de **espacios alternativos cercanos** al lugar de realización de la actividad para descongestionar los accesos. Los desplazamientos se harán de forma escalonada y siempre manteniendo la distancia de seguridad.

7) Con respecto a los **materiales** empleados en las actividades, se recomienda planificar actividades que **no requieren ningún tipo de material**, o que sea de uso estrictamente individual. No debemos utilizar balones, cuerdas u otros ejemplos de materiales que pasan de una mano a otra, o que ruedan por todos los sitios. También quedan prohibidos los **globos** ya que pueden tener saliva en la boquilla. En el caso en que se utilice algún material (por ejemplo, conos o aros para un circuito de psicomotricidad), habrá que **desinfectarlos** después de la actividad.

8) No se podrá hacer **murales, adornos u otras piezas decorativas** para el comedor que los niños/as podrán llegar a tocar. Por la misma razón de que no habrá ni mochilas ni abrigo en el comedor, **debemos evitar la entrada de cualquier elemento decorativo externo**. Priorizaremos los carteles que se hagan para los **puntos críticos** del flujo (recogida de bandejas, entra y salida, zona alergias e intolerancias, respetar las distancias, etc.):



Perfil de las actividades (cont.)



9) Las actividades programadas deben ser creadas para un uso seguro de los espacios y para atender al **desarrollo integral del alumno/a**. Todas las actividades se adaptarán a aquellos alumnos con **necesidades educativas especiales (NEE)** por medio de propuestas adecuadas a su nivel de desarrollo cognitivo y apoyadas, si fuera necesario, con el uso de pictogramas o cualquier otra herramienta requerida.



10) Es muy probable que se **reduzca el tiempo dedicado a comer** en aquellos colegios que necesiten incorporar **más turnos**, ya que la capacidad misma del comedor tendrá que verse reducida debido a la distancia de seguridad entre grupos y/o alumnos. Durante el tiempo en que los/as niños/as permanezcan en él, debemos asegurarnos de que se **cumplirán las normas** (distancias entre niños/as, circulación, organización de las colas en el *self*, entrada y salida al comedor/patio, lavado de manos, etc.). Todo será más fácil y satisfactorio si pensamos en fórmulas que posibiliten la **participación de los alumnos/as** (por ejemplo, como “vigilantes”, “responsables”, “detectives”, etc., tal como veremos con más detalles a continuación) para que puedan **promover y transmitir entre iguales las nuevas condiciones de funcionamiento** de esos espacios.

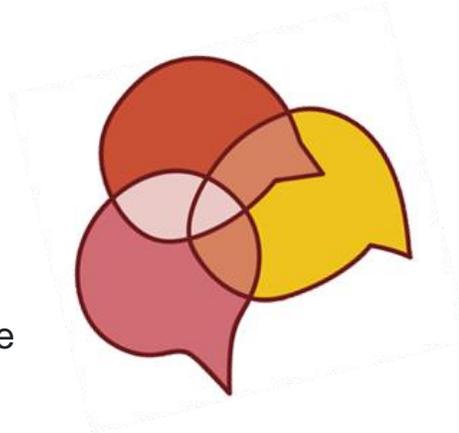
Este es un documento con propuestas de juegos, adaptaremos las actividades a cada centro y elegiremos cuales son las mejores para cada grupo de niñ@s.

La participación de los/as niños/as



El establecimiento de una nueva rutina en el comedor es una **oportunidad** para contar con la **opinión, la responsabilidad y el compromiso** de niños y niñas usuarios de este servicio. Debemos **informarles** sobre los cambios en el funcionamiento del servicio a través de **materiales adaptados a su nivel** (como carteles) y la **atención y orientación del equipo de monitores/as**. Ofrecerles el conocimiento y la concienciación sobre la necesidad de un comedor más seguro, hace a los propios niños y niñas **partícipes de esta nueva etapa**.

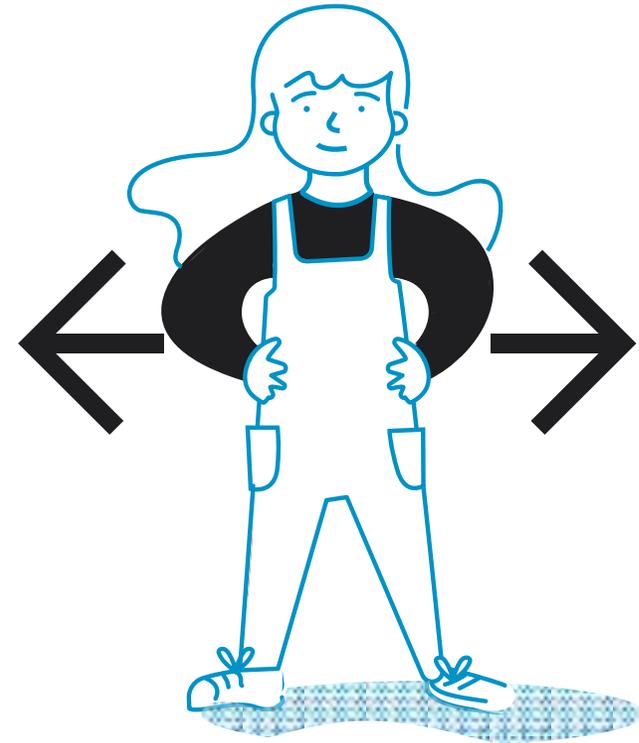
En este sentido, es muy importante contar con su participación activa en diferentes iniciativas y dinámicas que sirven para **cumplir y transmitir entre iguales** las medidas de seguridad establecidas. Los niños y niñas son parte del **nuevo proyecto de comedor escolar**, y con el apoyo de los/as monitores/as, pueden convertirse en **promotores** de la prevención y el control de la enfermedad en la escuela, en verdaderos **referentes** de las buenas prácticas de salud e higiene. Se trata de empoderarlos para que puedan **actuar positivamente** en la mejora de su entorno.



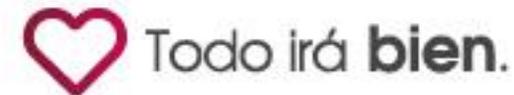
A continuación veremos una serie de propuestas de actividades pensadas para el comedor, patio y zonas comunes, considerando la importancia que tiene el **componente lúdico** a la hora de reforzar las medidas de prevención en el **nuevo contexto normativo-organizativo** del tiempo de mediodía.

Propuestas de actividades para mantener la distancia de seguridad entre los/as niños/as

 Todo irá bien.



Actividades distanciamiento social



- **Somos águilas.** Aplicable para todos, pero especial para Infantil o primeros cursos de Primaria. Podemos explicar a los niños y niñas que jugaremos a ser águilas. Cada niño se pondrá de pie con los brazos en cruz y se moverá y girará manteniendo los brazos en esa posición, evitando que sus dedos rocen nada ni nadie. Todos seremos águilas cuando salgamos de las aulas, esperemos en pasillos, nos situemos en un nuevo espacio, etc. Las monitoras, como ejemplo, mostrarán la posición (similar a la de la ilustración), haciendo énfasis en la idea de no llegar a tocarse. Se trata de practicar el estiramiento de los brazos o que “aleteen” para mantener suficiente espacio como para no tocar a sus amigos ni objetos.



- **El saludo especial:** cada monitor/a y su grupo de niños/as se inventarán un “saludo especial” propio que no implicará contacto físico. Pueden utilizarlo al entrar en el comedor, para despedirse después de jugar en el patio, etc. El objetivo es poder transmitir y expresar afecto tanto entre monitores y alumnos como entre el grupo de iguales, pero siempre respetando las distancias. El saludo puede ser, por ejemplo, de lenguaje de signos o gestos o coreografías cortas elegidos por los/as mismos alumnos.

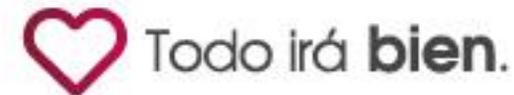


Propuestas de actividades para reforzar las nuevas medidas preventivas

 Todo irá bien.



Actividades reforzar normativa



- **Patrulla COVID/Detectives del coronavirus.** Un alumno por mesa o grupo será el encargado de hacer cumplir las normas de higiene y seguridad establecidas, siendo ayudante de su monitor/a. Estarán diferenciados del resto de compañeros/as con su chapa identificativa. Se trata de hacer que los niños y niñas sean **sujetos activos en la adopción y mantenimiento de las normas** mediante la designación de delegados o referentes. Algunos ejemplos de responsabilidades de los miembros de la “Patrulla”:
 - ✓ Llamar la atención cada vez que alguien no cumpla la distancia física y medidas de higiene (lavarse correctamente las manos, estornudar o toser en el codo, evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, etc.).
 - ✓ Ayudar a formar las filas y controlar la estancia en ellas.
 - ✓ Ser responsables del semáforo rojo, verde y amarillo para permitir las entradas y salidas de acuerdo con el aforo y distancias permitidas.
 - ✓ Apoyar la vigilancia de los/as monitores/as en el patio (dentro de su grupo) en cuanto a las distancias, higiene y uso de mascarillas (si procede).

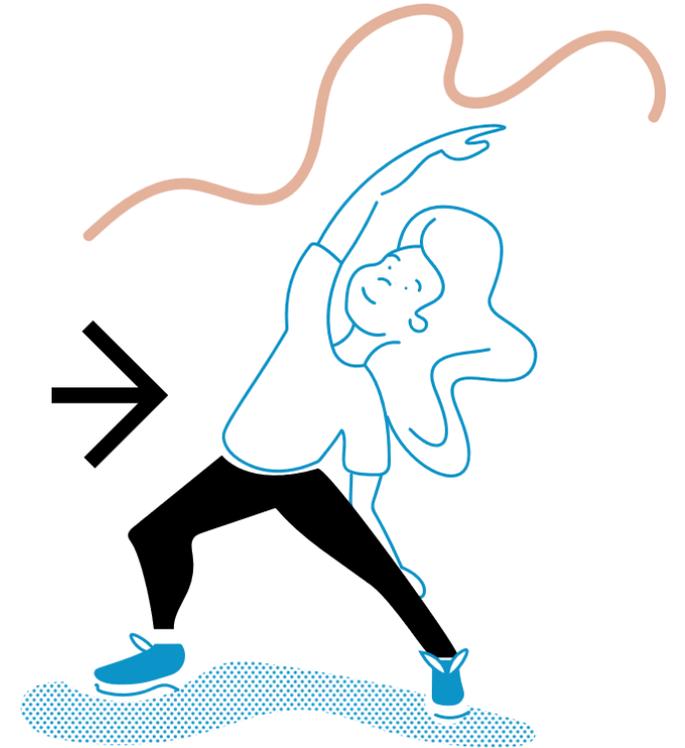
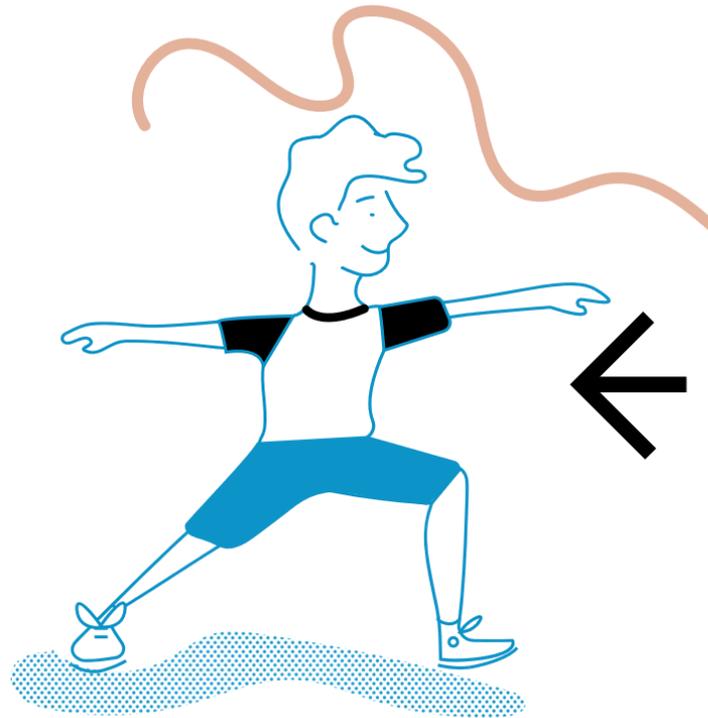
El grupo, debería estar compuesto por alumnos/as mayores de Primaria que tengan muy clara su responsabilidad, y ser rotativos. Se puede entregar algún premio o diploma a aquellos que cumplan bien su labor.



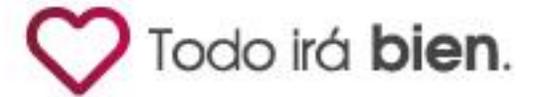
Propuestas de actividades para espacios exteriores y/o interiores

 Todo irá bien.

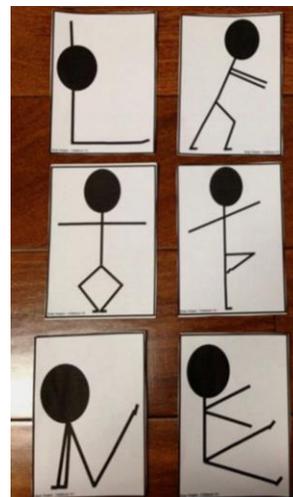
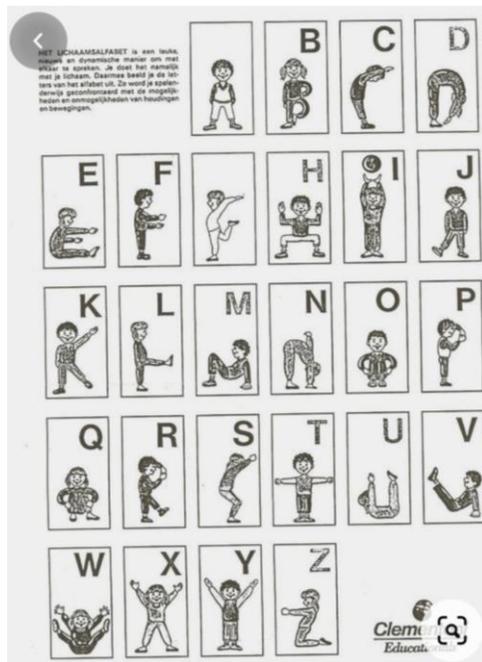
Con distancia de seguridad entre niños/as que NO pertenecen a un grupo de convivencia estable.



Actividades interiores/exteriores

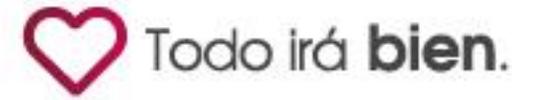


- **Juego de mímica** para adivinar películas, acciones cotidianas, deportes, etc. **Escenificaciones teatrales**. **Coreografías** o canciones.
- Juegos en el que los niños y niñas tengan que **imitar posturas**.



- Apostar por actividades de **lenguaje y comunicación**: el tradicional “veo, veo”, trabalenguas divertidos, palabras encadenadas, “el ahorcado”... o adivinanzas en las que podemos, por ejemplo, hablar de temas relacionados a la alimentación saludable Otros ejemplos:
- **El juego de la categoría**. El grupo decide una categoría, como “países” o “tipos de futas”. Cada niño/a se turna para contribuir con un artículo de esa categoría. Si repite algo que alguien ya ha dicho, o si no se le ocurre algo en un tiempo razonable, será eliminado/a. El juego sigue hasta que sólo quede una persona. Esa persona gana la ronda y puede elegir la categoría para la siguiente.
- **Secuencia de letras**. Uno de los jugadores dirá una palabra y el próximo deberá mencionar otra que comience con la letra final de la anterior, por ejemplo, Juan dice “Amor”, Lola dirá “rojo” y entonces Pablo tendría que acertar con “ola”. Cada quien tiene cinco segundos para mencionar su palabra, de otra forma quedara eliminado/a.

Actividades interiores/exteriores



- **Juego de contar historias (sin intercambio de material).** Se trata de un juego compuesto por piezas con imágenes (pueden ser tarjetas, cartas, dados, etc.). En la versión original, cada participante debe ir cogiendo piezas al azar e ir inventando una historia sobre la marcha, dejándose guiar por las imágenes que le van tocando. También se pueden coger todas las piezas a la vez y ordenarlas en función de la historia inventada. En nuestra versión adaptada, solo el monitor/a tendrá acceso a las piezas (que deben ser debidamente desinfectadas después), y asignará una imagen para cada niño/a. Se puede jugar en pequeños grupos o todos juntos en un mismo equipo: cada uno se inventará un trozo de la historia que será creada de manera colectiva.



Actividades interiores/exteriores



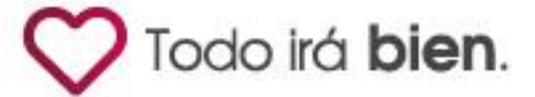
- **Juegos por duplicado.** Se trata de jugar entre dos (o más jugadores si es posible), con un mismo juego por duplicado, de modo que cada uno jugará con sus fichas, cartas, etc., pero cada vez que el jugador contrario en su turno, uno mismo deberá de marcarlo en el suyo. Como si estuviéramos jugando a un juego online, y las jugadas se replicarán en “nuestra pantalla”.
- **Memory de las frutas en el espejo.** Siguiendo la idea anterior, se puede aplicar algo similar en juegos como “el memory de las frutas”. Cada niño o niña, creará su memory, pintando las tarjetas (con material de uso individual). Todos tendrán las mismas cartas. Para jugar entre dos, cada uno permanecerá en su sitio con sus cartas. El reto consistirá en que, al levantar la carta a la vez, los dos saquen la misma y se eliminará la pareja de frutas, hasta que finalmente no quede ninguna carta sobre la mesa.
- **La cuerda imaginaria.** Se puede jugar entre dos o cuatro. Los jugadores estarán unidos por una cuerda imaginaria, de modo que el de un extremo tire o mueva la supuesta cuerda, y del otro lado se tendrá que seguir el ritmo acompasado.
- **Tierra, mar y aire.** Con una línea en el suelo de referencia, los jugadores se colocarán delante, detrás o encima de esta (siempre manteniendo la distancia de seguridad). Uno de los lados representará el mar, otro el aire y la línea será tierra. El monitor o un niño encargado irá nombrando acciones o animales que tendrán que imitar situándose de un salto en la parte que corresponda según el tipo de acción. (Ejemplo: tiburón, se colocarán de un salto en la parte trasera de la línea imitando al tiburón; cometa volando, se situarán en la parte delantera de la línea haciendo movimiento de volar). Quien se equivoque de lado o al imitar la acción, pierde.

Actividades interiores/exteriores



- **Enano o gigante.** Los/as niños/as hacen un círculo, todo están de pie. El/la monitor/a se ubica en el centro del círculo y explica a los niños/as que deben hacer lo que él/ella diga, no lo que haga. Cuando el monitor/a diga “enano” todos deben ponerse en cuclillas; si dice “gigante”, deben ponerse de pie. El/la monitor/a deberá ir agachándose y parándose alternadamente mientras dice enano o gigante, tratando de despistar a los participantes (es decir, decir enano estando de pie o gigante al agacharse). Los/as niños/as que se equivoquen se ubicarán más afuera del círculo y le ayudarán como “vigilante”, señalando a los/as compañeros/as que se equivoquen.
- **Carrera de tortugas y cangrejos.** Los/as niños/as se desplazan en cuadrupedia simulando una tortuga, a una señal del monitor/a giran su cuerpo hacia arriba y se desplazan simulando un cangrejo. Se recomienda previamente hacer un buen calentamiento para las manos y muñecas.
- **Un, dos, tres, al escondite inglés/pollito inglés/gallito inglés/palito inglés/picaparet...** El seleccionado (el “guardián”) se pone de espaldas al resto de niños al tiempo que dice en voz alta “Un! Dos! Tres, al escondite inglés!”, el grupo avanzará hacia adelante con el objetivo de tocar la pared custodiada. Una vez el elegido gira su mirada hacia ellos todos deberán permanecer inmóvil, tal como quedaron. Aquellos jugadores que se estén moviéndose deberán volver a empezar desde el punto de partida. Ganará el jugador que logre llegar a la pared sin que el guardián le haya visto moverse.
- **Director de la orquesta.** Los/as niños/as se sientan en el suelo formando un círculo, previamente el/la monitor/a escogerá a un niño/a que será el que adivine, y le pedirá se aleje un poco. El/la monitor/a le indicará a otro/a niño/a que realice una serie de movimientos y el resto del grupo lo tendrá que imitar. Al niño/a que se retiró se le pedirá que adivine quién es el “director/a de la orquesta”. Una vez que lo adivine, el/la niño/a que lo haya adivinado se reincorpora al grupo y el/la directora/a de la orquesta será el siguiente a pasar por la prueba.

Actividades interiores/exteriores



- **Coreografías a lo grande.** Especial para cursos más mayores. Cada semana o quincena podemos proponer un estilo de baile (hip hop, reggae, pop, etc.) y hacer un concurso por grupos. Se podrán hacer en espacio interior o exterior, pero siempre manteniendo una distancia de seguridad. Cada componente del grupo tendrá un punto en el que colocarse, el cual podemos marcar con tiza o cinta adhesiva, si fuera necesario. El director del grupo se situará en el medio, o delante, y los demás tendrán que aprender e imitar sus pasos. El puesto de director puede ser rotativo. El último día de la semana o quincena, el grupo mostrará el resultado de su coreografía con los pasos de bailes hechos a la par, como los auténticos artistas que vemos en los concursos de la tele.
- **Más recursos: libro “Juegos para todos”.** Recopilación de casi 500 juegos: en la gran mayoría de ellos no se utiliza material alguno (o muy pocos), y el espacio en el que se desarrollan es relativamente pequeño. **Para que sean aplicables en el nuevo contexto de patio, debemos elegir aquellas propuestas que no contemplen juegos de contacto y que no impliquen un intercambio de objetos.** El libro cuenta también con un apartado final con “cantos para jugar” para trabajar estimular diferentes aspectos como la coordinación, creatividad, concentración, memoria, motricidad fina, ritmo, equilibrio, etc.).

Actividades interiores/exteriores



- Biblioteca de actividades de la Gust-a-Teca: **módulo *Nos movemos a gusto***. Como parte de la educación para la salud, el ejercicio físico y el deporte son medios para favorecer el desarrollo psicomotriz de los niños y niñas y un estilo de vida activo. Aprovechamos el poder socializador del tiempo de ocio y juego anterior y posterior al comedor para estimular las relaciones interpersonales y el trabajo en equipo. Adaptaremos nuestros proyectos más exitosos para que cumplan con el distanciamiento social y las medidas de higiene adecuadas.

Nos >>>
MOVEMOS
a-gusto

Diver-Ligas. Desde el comedor trabajamos para inculcar en nuestros niños y niñas la **importancia del deporte** y de cultivar hábitos saludables, por ello hemos creado un proyecto anual con juegos deportivos con un “**toque diferente**”. El proyecto incluye algunos juegos “de toda la vida”, bien conocidos y aceptados por los alumnos, pero con pequeños cambios, que les convierten en novedosos y atractivos y, sobre todo, promete ratos divertidos jugando con sus compañeros y compañeras.

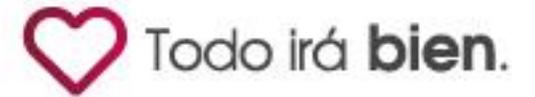
Juegos del mundo. Proyecto dedicado para que el alumnado conozca una gran variedad de juegos de los cinco continentes, combinando diferentes dinámicas, materiales, dificultades, niveles, etc.



Come, baila y canta. En línea con nuestro objetivo de fomentar la actividad física y ofrecer una oferta variada de ocio en el tiempo de comedor y patio, en este proyecto bailaremos y cantaremos.



Actividades interiores/exteriores

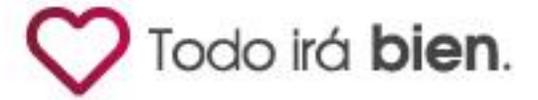


- **Mi tiempo interior.** Este ejercicio nos ayudará a ser conscientes de lo que sentimos y calmarnos. Podemos comenzar introduciendo que todos nos sentimos alguna vez enfadados, frustrados, angustiados, decepcionados... y que todas estas emociones son naturales. Practicando “**mindfulness**” no haremos que estas emociones desaparezcan, sino que nos ayudará a ser pacientes con las emociones difíciles y gestionarlas. Podremos preguntar, a continuación, si creen que las emociones cambian, ¿o son siempre iguales? Para facilitarlo, podemos hacer una comparación: cuando estamos tranquilos, el sol brilla... Pero de golpe, nos enfadamos, o nos ponemos tristes, y comienza una tormenta. Pero somos capaces de ser pacientes con nuestras emociones, al igual que son pacientes los copos de nieve cuando caen y la tormenta se calma. Debe haber ambas cosas, tormenta y calma. Ahora, indicaremos que piensen cuál es el tiempo de su interior en este momento: ¿Te sientes relajado y brilla el sol? ¿O está el cielo lleno de nubes y comenzará a llover? diremos que cuando lo estén sintiendo, lo dejen tal cual. De manera amable y curiosa, observaremos las nubes, la luz brillante del cielo, los colores oscuros de la tormenta... Acabaremos comentando que está bien observar lo que sentimos. Los estados de ánimo, nuestras emociones cambian por sí mismas.

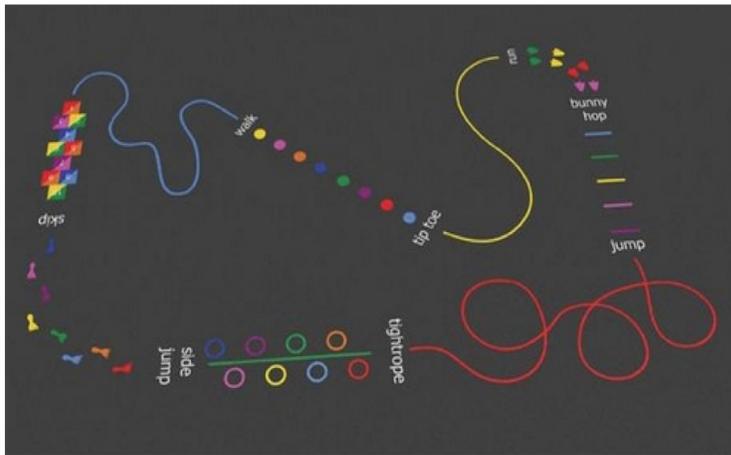


- **Cuerpo atento:** Nos ayudará a concentrarnos y relajarnos. Los niños/as se sentarán en el suelo con las piernas cruzadas y la espalda recta, sin estirar ni forzar, cómodos. Estarán en silencio. Si quieren pueden cerrar los ojos y si notan que les pesa la cabeza les diremos que se pueden elevar como si quisieran ir hacia arriba como un globo. Intentaremos que estén así durante 1 minuto. Les podemos explicar que pueden utilizar esta técnica para concentrarse y relajarse cuando estén nerviosos/as, e incluso convertirlo en un hábito.

Actividades interiores/exteriores



- **Circuitos.** Con tizas de colores los/as monitores pueden preparar circuitos de habilidad originales y divertidos, para estimular la coordinación gruesa de los niños y niñas.



- **“Mirror me”.** Por parejas y manteniendo la distancia, los niños y niñas juegan a imitarse como si de un espejo se tratase. También se puede jugar con más niños/as, que deben imitar la secuencia de pasos del niño/a ubicado/o en el centro.



Actividades interiores/exteriores

- **Diana gigante.** Fácil de dibujar con tizas de colores, esta actividad ayuda a promover la coordinación ojo-mano, la concentración y la destreza. El material que se utilice (frisbee, aros, etc.) debe ser de uso individual y desinfectado después de la actividad.

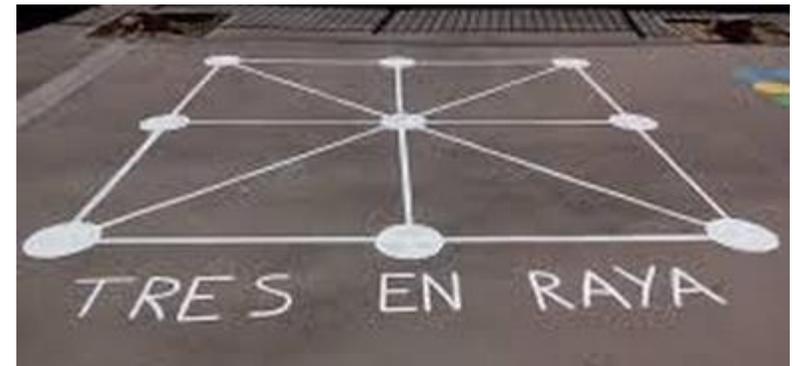


- **Salto.** Con este dibujo pueden comprobar quién es el que más lejos puede llegar saltando con los pies juntos, a la pata coja, etc.

♥ Todo irá bien.



- La versión del “tres en raya gigante” debe ser suficientemente grande para mantener las distancias.





 Todo irá **bien.**

serunion 