

IRAKASLEAK. SENTSIBILIZAZIOA

DISTENTSIONO-JOKOA. FRUTA-SASKIA¹

1. DEFINIZIOA

Esertzeko aulki bat aurkitu behar da beti.

2. HELBURUAK

Distentsioa sustatzea eta erreflexu azkarrak izaten erraztea.

3. MATERIALAK

Parte-hartzaileen kopurua baino aulki bat gutxiago.

4. KONTSIGNAK

Fruta berbera erabili behar da beti.

5. GARAPENA

Hasieran, parte-hartzaile bakoitzak aulki batean eserita egon behar du, aulki-zirkulu bat osatuz; bat izan ezik, hura erdian geratuko baita. Parte-hartzaileak fruta-taldeetan banatuta egongo dira (sagarrak, aranak ...). Zirkuluaren erdian dagoen pertsonak bi fruta-moten izenak esango ditu ozen, eta “fruta horiek” ordezkatzen dutenek lekuz aldatu beharko dute (beste aulki batera joango dira); zirkulu-erdian dagoena ere saiatuko da libre dagoen aulkietako bat okupatzen. Aulkirik gabe geratzen denak gauza bera egingo du berriz. Beste aukera bat zera da: “**FRUTAK!**” oihukatzea, eta orduan pertsona guztiek aldatu beharko dute lekuz.

¹MARTÍN, C.; CASCÓN, P.: *La alternativa del juego (1). Juegos y dinámicas de educación para la paz*, Los libros de La Catarata, Madrid, 2010.