

URLX  
05  
T

UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR  
Facultad de Humanidades

GRADACION DE UN PROGRAMA RECREATIVO  
APLICABLE A LAS  
ESCUELAS Y COMUNIDADES RURALES



*Tesis*

*Presentada al Consejo de la  
Facultad de Humanidades  
de la Universidad Rafael Landívar*

*por*

**MARIO ARTURO DE LEON PALENCIA**

*Como requisito previo a optar el título de*

**TRABAJADOR SOCIAL RURAL URBANO**

*Quezaltenango, Junio de 1978*

**AUTORIDADES DE LA  
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR**

Rector  
Vice-Rector  
Secretario General  
Director Financiero

Dr. Santos Pérez  
Lic. Jorge Skinner Klée  
Lic. Carlos Amann  
Lic. Julio Víctor Flores S.

**CONSEJO DE LA  
FACULTAD DE HUMANIDADES**

Decano  
Vice-Decano  
Secretario  
Director del Departamento  
de Psicología  
Director del Departamento  
de Pedagogía  
Representante de Catedráticos

Dr. Julio Roberto Barrios Flores  
Licda. Pilar Serrano de López  
Evangelina Lobos B. de Vásquez  
Licda. Blanca Delia López Pedroza  
Lic. Vicente Arranz  
Licda. Guillermina Herrera  
Lic. Fidelio Swana  
Lic. Alfonso Fernández Lavagnino

---

NOTA: Únicamente el autor es responsable de las doctrinas sustentadas en esta tesis.

**CONSEJO DE LAS FACULTADES DE  
QUETZALTENANGO**

Director  
Vice-Director  
Secretario  
Tesorero  
Vocales

Lic. Juan Antonio Saéz  
Lic. Francisco Alfredo Molina Pontacq  
Lic. Orlando Sacasa Sevilla  
Lic. Carlos Enrique Robles Flores  
Lic. Alejandro Aguirrezabal  
Dr. Marco Antonio Chávez  
Lic. Mario Goanzález Orellana  
Ing. Rudy Richter  
Lic. Julio Jacobo Aguilar  
Lic. Edi Rossabch Serrano

Representante de  
Catedráticos  
Representante de  
Estudiantes  
Catedrático Asesor

T.S. Nery Morales Gavarrete

Prof. Amilcar Morales  
Lic. Julio Jacobo Aguilar

FACULTADES DE QUEZALTENANGO  
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR  
14 AV. 0-43, ZONA 3  
APARTADO 67 - TEL. 2269  
QUEZALTENANGO GUATEMALA C A

Quezaltenango, 22 de Febrero de 1,977

Señor Secretario  
Facultades de Quezaltenango  
Universidad Rafael Landívar,  
Ciudad.

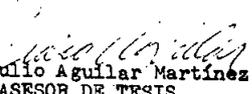
Señor Secretario:

Respetuosamente me dirijo a Usted informándole que, de acuerdo a lo dispuesto en el punto segundo 2.3 del Acta 17-76 del Consejo de las facultades de Quezaltenango, revisé y asesoré la tesis "GRADUACION DE UN PROGRAMA RECREATIVO APLICABLE A LAS ESCUELAS Y COMUNIDADES RURALES" presentada por el señor Mario Arturo de León Palencia, a partir de donde terminó la asesoría anterior.

El citado trabajo de Tesis presentado por el Señor de León Palencia se ajusta a las reglas vigentes sobre Tesis de estas Facultades, por lo que considero que puede continuarse con el procedimiento previo a autorizar su impresión.

El contenido de esta Tesis, bastante largo por cierto, intenta fijar, como su nombre lo indica, un Programa Recreativo en el área rural y su autor con gran paciencia y dedicación se ha entregado a conseguir su realización. Además del enfoque teórico práctico el Señor de León Palencia tuvo la oportunidad de poner en práctica su Programa Recreativo durante los días que siguieron al cuatro de Febrero del año pasado y ciertamente que tuvo éxito, en este hecho encuentro razones para creer que esta Tesis no solo cumple sus funciones académicas sino sus funciones de proyección social y humana.

Agradeciendo su atención, me suscribo de Usted como seguro servidor:

  
Lic. Julio Aguilar Martínez  
ASESOR DE TESIS

JAM/amdef

FACULTADES DE QUEZALTENANGO  
UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR  
14 AV. 0-43, ZONA 3  
APARTADO 87 - TEL. 2269  
QUEZALTENANGO, GUATEMALA, C. A.

Oficio:73-78

LA SECRETARIA DE LAS FACULTADES DE QUEZALTENANGO DE LA UNIVERSIDAD RAFAEL LANDIVAR; Quezaltenango, veintidós de febrero de mil novecientos setenta y ocho.

Con base en el dictamen rendido por el Lic. Julio Jacobo Aguilar - Martínez, Asesor de Tesis y por el Tribunal revisor de la misma, - se acepta el trabajo de tesis denominado: "GRADACION DE UN PROGRAMA RECREATIVO APLICABLE A LAS ESCUELAS Y COMUNIDADES RURALES", que para su graduación profesional presentó el señor MARIO ARTURO DE LEON PALENCIA, autorizándose su impresión,

*Orlando Sacasa*  
Lic. Orlando Sacasa S.  
Secretario



**DEDICO ESTE ACTO**

***A MI MADRE:***

*Francisco Palencia Garrido*

***A MI DIRECTOR ESPIRITUAL:***

*Lic. Julián Pérez de Heredia*

***A MI COMPAÑERO DE ESTUDIOS:***

*Carlos Rivas López*

***A MI AMIGO:***

*Dr. César López Barillas*

## INDICE

	Pág.
I. INTRODUCCION .....	1
II. CONCEPTO DE RECREACION .....	3
III. LA RECREACION Y EL PAPEL DEL TRABAJADOR SOCIAL EN LA COMUNIDAD .....	5
a. QUE ES LA RECREACION .....	5
b. ACTIVIDADES PROPIAS DE LA RECREACION .....	8
IV. EL TRABAJADOR SOCIAL EDUCANDO A TRAVES DE LA RECREACION .....	11
V. CONCEPTO DE JUEGO .....	13
a. EL JUEGO COMO ELEMENTO DE RECREO .....	14
b. EL JUEGO COMO AUXILIAR DEL MAESTRO .....	15
c. JUEGO Y APRENDIZAJE .....	16
d. LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS .....	19
VI. UN PROGRAMA RECREATIVO .....	21
a. CAMPAMENTOS ORGANIZADOS .....	21
VII. GRADACION DEL PROGRAMA .....	23
a. ACTIVIDADES DEL PRIMER GRADO .....	23
b. ACTIVIDADES DEL SEGUNDO GRADO .....	33
c. ACTIVIDADES DEL TERCER GRADO .....	44
d. ACTIVIDADES PARA CUARTO, QUINTO Y SEXTO GRADOS .....	56
VIII. TRABAJO DE CAMPO .....	65
IX. CONCLUSIONES .....	85
X. RECOMENDACIONES .....	87
XI. BIBLIOGRAFIA .....	89

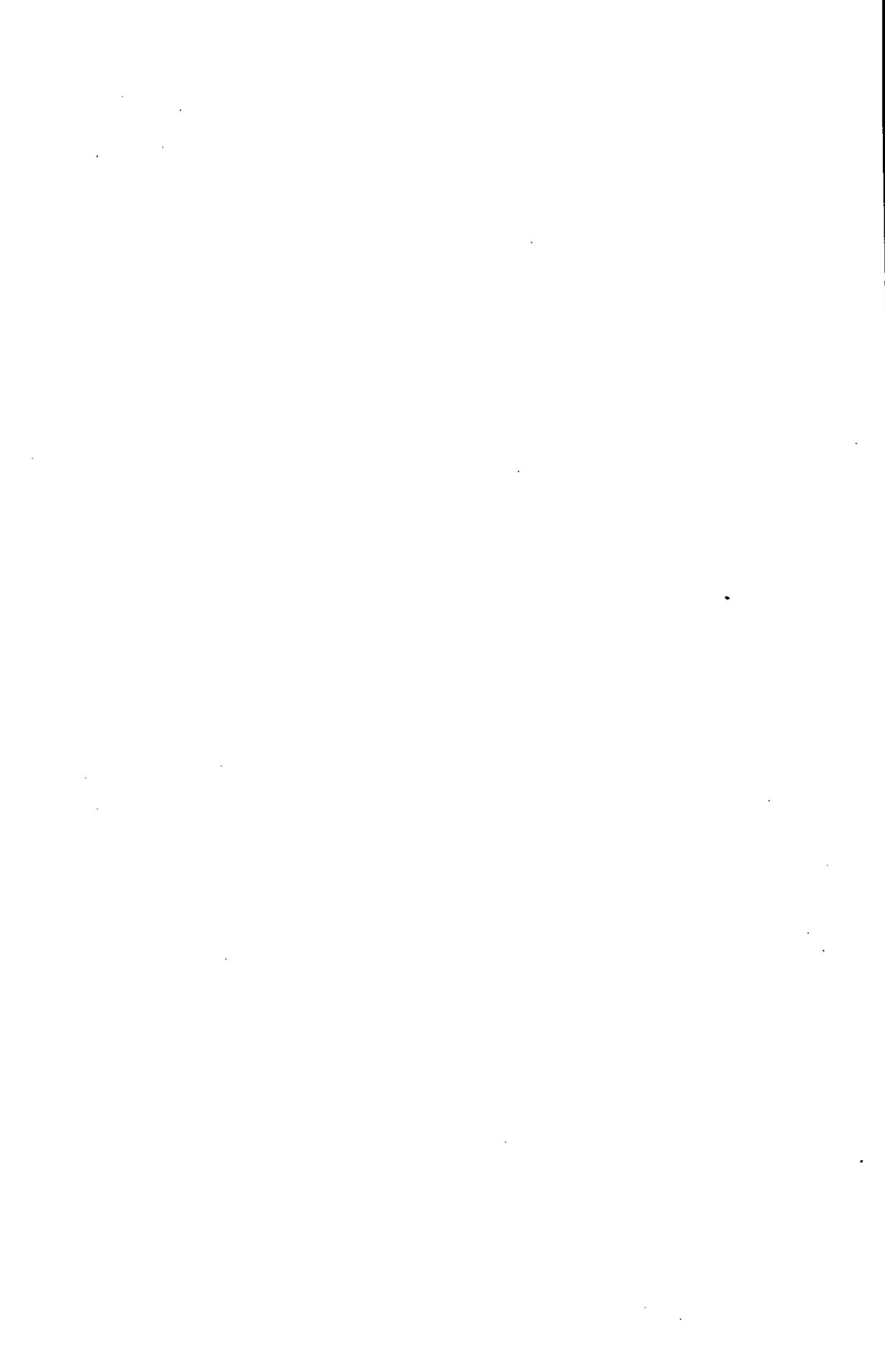


## I. INTRODUCCION

Presento al Honorable Tribunal Examinador el trabajo que me han aprobado como punto de tesis titulado "GRADACION DE UN PROGRAMA RECREATIVO APLICABLE A ESCUELAS Y COMUNIDADES RURALES", previo a obtener el título de Trabajador Social Rural Urbano; de la Escuela de Servicio Social, de las Facultades de Quezaltenango, de la Universidad Rafael Landívar.

El tema es el resultado de una serie de experiencias en las comunidades rurales de Quezaltenango, las cuales tuve oportunidad de visitar y darme cuenta de tantas y tan variadas limitaciones que especialmente en este campo confrontan sus habitantes.

Va dedicado este trabajo para aquellas personas que por sus inquietudes se dedican a promover la recreación en el área rural. Sabiendo que el material informativo de que se dispone en estas áreas es muy limitado y consciente que la recreación contribuye en gran medida a la formación de la personalidad integrada de todo individuo; me permito presentar este programa de aplicación recreativa, con la única intención de que pueda aprovecharse algo del mismo especialmente por aquellas personas tales como Trabajadores Sociales, Maestros Rurales, Promotores Sociales, etc., que en el área rural se dediquen a educar a través de la recreación.



## II. CONCEPTO DE RECREACION

La recreación es considerada comunmente como un tipo de experiencia, una forma específica de actividad o estado de ánimo, una fuente de vida rica y abundante, un sistema de vida para las horas libres, una expresión de la íntima naturaleza humana, la antítesis del trabajo, una fase del presente educativo.

Se concibe la recreación como una necesidad fundamental del hombre y se encuentra en la sociedad en más o en menos, en todos los niveles culturales. Las actividades de recreo son universales y éstas tienen más significado cuando una comunidad se encuentra en un estado de desarrollo más elevado, es decir que su ansiedad máxima no sea la supervivencia.

A la recreación se la ha descrito diversamente como un descanso, una diversión o el tipo menos serio y más pasivo de esparcimiento. Pero la recreación en sí es un término difícil de definir debido a lo enorme de su ámbito y sus ramificaciones, porque la recreación significa cosa distinta para personas distintas. Corrientemente se dice que la recreación es exclusiva para el aprovechamiento de los ratos de ocio o de las horas libres, pero la recreación no tiene que ser exclusiva de ello dado que el trabajo para algunos es también "recreación para otros". De tal suerte que podemos definir la recreación, como: "un campo de actividades libremente escogidas que poseen la potencialidad de enriquecer la vida mediante la satisfacción de ciertas necesidades individuales básicas y de cultivar las relaciones humanas."

Uno de los conceptos más sensiblemente expresado acerca de lo que significa y debe significar la recreación para todo ser social, es el expresado por el Centro Regional de Educación Fundamental, de Pátzcuaro Mich, México": "Recreación es el conjunto de actividades tendientes a proporcionar al hombre medios de expresión natural, de profundos intereses que buscan su espontánea satisfacción."<sup>1</sup>

Al decir, "espontánea satisfacción", indica que no necesariamente se tienen que organizar torneos, conjuntos, clubes, etc, para que la manifestación recreativa salte a la vista. El hombre puede buscar el equilibrio necesario para su propia satisfacción, silbando, cantando, conversando, discutiendo, siempre y cuando esto le cauce placer.

Desde este punto de vista, se debe analizar el concepto si se quiere conocer la forma natural de cómo un pueblo manifiesta ese equilibrio entre la diversión y el trabajo. Partiendo de esta apreciación y analizando al individuo como unidad social, se comprenderá por qué las manifestaciones recreativas espontáneas son variadas lo que hace

posible muchas veces, amalgamar esta serie de intereses en una estructura preconcebida en forma artificial, por el mismo deseo loable talvés de estructurar programas intensivos de recreación.

---

1 "Primer Seminario de la Educación Rural Guatemalteca". Por Celeste Flor de María de León y Francisco Toledo S, UNICEF, Junio 1964, Guatemala.

### III. LA RECREACION Y EL PAPEL DEL TRABAJADOR SOCIAL EN LA COMUNIDAD

La recreación representa para el Trabajador Social que se encuentra bregando en el medio rural, un instrumento valioso que debe saberse aprovechar, pues las comunidades y especialmente las comunidades rurales tienen muy pocas oportunidades de recrearse y a pesar de ser esta recreación una unidad básica de catarsis; por su misma condición de subdesarrollo, los habitantes de tales comunidades están más empeñados en la subsistencia o sea en sobrevivir, descuidando por tanto el tiempo libre que pudieran dedicar a llenar esta parte de expresión del cuerpo y el espíritu.

El trabajador social rural, el maestro, el párroco, o cualquier líder comunal, tiene la gran oportunidad de enseñar a estas personas de la comunidad a utilizar el tiempo libre en actividades de tipo recreativo, canalizándolas en forma positiva, porque muchas veces por no saber sistematizar este tiempo, se pierde latismosamente recurriendo a los vicios. De manera que se puede asegurar que una recreación dirigida sería lo más recomendable como una forma para desarrollar la sociabilidad y hacer más consciente el sentimiento humano mediante las relaciones con los demás en las actividades recreativas.

#### A. QUE ES LA RECREACION?

Todo país, cualquiera que sea su estructura sociocultural, tiene en su constitución interna dos fases bien delimitadas. Una la estructura de la comunidad urbana, compleja, con altibajos de marcado contraste, especialmente en las grandes urbes con visos de cosmopolitanismo; la otra, la tradicional comunidad rural con su estructura un poco más estática, más conservadora y con su ambiente campesino. Estas dos fases constitutivas de una comunidad nacional; en materia de recreación son de incalculable valor, porque surge la pregunta: ¿Como se divierte el hombre en estos dos medios tan distintos y disímiles? Algunas de estas respuestas las encontramos en este pequeño recorrido, al referirnos a las formas de recreo empleadas por el hombre en su tiempo de ocio.

El hombre de la ciudad goza del privilegio, "si lo es" de contar con variadísimas formas de emplear el tiempo libre, aún cuando muchos de esos elementos no son muy saludables y el deseo de buscarlos lo sea. La tecnología moderna ha puesto al servicio de la sociedad variados medios de comunicación, como el cine, T.V., la radio, el teléfono, el periódico, las revistas, panfletos, carteles y una gama de interminables medios de difusión de ideas que han acercado al hombre a su mundo. La invención de esas manifestaciones de la cultura son maravillosas y el propósito sano, pero con el correr del tiempo, muchas ideas han sido mal interpretadas o mal empleadas, al extremo que algunas de éstas se han convertido en peligro constante para la salud del pueblo. Algunos medios de

comunicación social contribuyen en gran parte a esto. La televisión, por ejemplo, que cada día se extiende más por el territorio nacional, constituye un gran medio de recreación, pero nos llegan programas con claras manifestaciones de violencia, sexo y con propagandas que tratan de condicionarnos con ciertas marcas de cigarrillos o de licras, que no hacen sino causar desorientación y polarización de los valores morales especialmente de la gente de campo. Igual cosa pasa con los programas radiales y los anuncios de los rotativos que nos llegan.

En cuanto al hombre de las grandes ciudades, la compleja organización de éstas lo ha obligado a disgregarse y conforme se va industrializando una ciudad y la mecanización va cobrando lugar, entonces la familia, como núcleo central de la comunidad, va perdiendo su hegemonía sobre los demás miembros, como consecuencia de que la comunicación interfamiliar se hace cada día más débil. Quizás este fenómeno tenga mucho que ver con el criterio selectivo de los medios de recreo ya que en la inmensidad de oportunidades, fácil es tomar el camino equivocado.

El criterio recreativo en la ciudad varía considerablemente porque existen muchas formas espontáneas para ello y quizás por ese cosmopolitanismo a que hemos hecho referencia, muchas de esas manifestaciones de la recreación, se den tanto en América como en otros continentes.

Este vasto panorama de la recreación y sus distintos medios de expresión exigen prioridad para la organización de programas de recreación con criterios educativos, que sus propósitos sean sanos y de positivo mejoramiento de los bienes culturales de la comunidad, en oposición a ciertos tipos de recreación citadina que no forman parte del patrón cultural de los distintos grupos sociales.

En el área rural los cambios culturales se manifiestan con mayor lentitud y puede decirse que el hombre del campo es poco permeable a estos cambios; los toma con alguna reserva y si los acepta les antepone su propia modalidad.

De esto se puede colegir que las manifestaciones folklóricas y aquellas otras que llevan el sello individual de las comunidades rurales, se encuentran en su forma primitiva o con pocas variantes que apenas son percibidas. Así el hombre del campo tiene sus particularidades. Su vida es apacible, no tiene prisa para hacer sus cosas, el trabajo lo realiza con calma y su vida transita más lentamente. El tiempo libre para él no tiene el mismo significado que para el hombre de la ciudad. Por lo general, dada la naturaleza de su trabajo el tiempo libre lo usa para recostarse, cantar, entablar charlas con los vecinos, contar anécdotas y para una serie de actividades estrechamente relacionadas con su trabajo.

El hombre citadino vive agitado, el desgaste es más emocional que físico aún cuando al final de la jornada el cansancio general lo invada.

Este panorama del hombre que vive en la ciudad y en el campo nos lleva a hacer un balance general por cierto, de como se distrae y de ciertas características y peculiaridades de su existencia. Al establecer esta comparación llegamos a la conclusión de que la recreación en todas sus manifestaciones, más que una actividad es una actitud mental. No tiene mucho significado el "hacer" propiamente dicho, sino la satisfacción y el descanso que provoca realizar la actividad.

En consecuencia la recreación para quién la goza, debe tener un significado mucho más amplio, lleno de satisfacciones y que provoque ese deseo de sentirse tranquilo, satisfecho de sus relaciones y lo más quizá, sentirse feliz. No puede recrearse quién no lo quiere hacer. Con esto queda sentado el criterio de que la recreación debe sentirse, vivirse, debe ser algo que viene de dentro, que nace y que da ese cariz placentero a quién experimenta el placer de realizarla.

Ubicado el criterio de recreación y establecida la comparación entre la recreación urbana y rural, se hace necesario exponer algunos detalles de la vida del hombre del campo con un sentido cronológico, para saber cuáles son sus intereses en el transcurso del tiempo, los elementos recreativos de cada etapa y cómo a su manera, estas manifestaciones del espíritu y de la cultura las goza.

Iniciaremos este corto recorrido haciendo referencia especialmente a los niños que viven en el área rural. En su pequeña infancia gozan de los mimos, caricias, cantos, y juegos sencillos que la madre se ingenia para entretenerlos. Goza el privilegio de los juguetes sensoriales como chinchines, botecitos con piedras pequeñas para provocar ruido, pitos de barro, etc.; cuando crece puede tener cincos y conoce modalidades de juegos tradicionales (trompos rústicos, barrilletes, cantos regionales etc.). Conoce algunos deportes y los juega a su manera; juega futbol y lo práctica con placer haciendo algunas adaptaciones de las reglas oficiales de este juego. Con menos frecuencia juega al baquetbol en forma rústica. Ya joven práctica algunos deportes como el futbol con mayor frecuencia; participa activamente en las fiestas patronales; juega algunos juegos de azar, más que por obtener ganancias lo hace por el placer.

Pero lo que absorbe más de su tiempo es la participación en el grupo de amigos especialmente en la tienda más cercana, o la más importante de la localidad; así también en el atrio de la iglesia, en el frontispicio de la municipalidad o en cualquiera de estos lugares que sea el punto focal de la reunión. En estas reuniones se cuentan historias familiares o de interés para el grupo; se cantan canciones con frecuencia, se realizan juegos y otras actividades que les permiten pasar el rato, mientras llega la hora de dormir.

Durante el año tienen actividades importantes que les reportan muchas satisfacciones; por ejemplo la fiesta patronal. Durante el tiempo de estos festejos el joven participa en muchas y variadas actividades inherentes a los mismos, como ser miembro del equipo de futbol que sólo para esas épocas se reorganiza para jugar en honor del patrón

del lugar.

En cuanto al adulto joven, participa frecuentemente en las actividades de los jóvenes y muchas veces se confunden con éstos. Tiene algunas responsabilidades que lo diferencian de los demás. Con frecuencia es alcalde del lugar, o miembro prominente de la cofradía de quién dependen muchas de las actividades sociales de la comunidad.

Los ancianos son las personas respetables del lugar y puede decirse que las costumbres, tradiciones, leyendas, cuentos, historias de las familias y comunidades están en sus manos.

Quizas para muchos es parte de la recreación del hombre del campo, pero para el anciano es una responsabilidad mayor, que puede traducirse en una tarea agradable si se considera que se le toma como el consejero a quién acuden en demanda de ayuda espiritual.

De las observaciones antes mencionadas de la vida de las comunidades rurales, debemos tener siempre presente que cuando se trata de impulsar programas de tipo recreativo las comunidades deben ser previamente conocidas y estudiadas, porque muchas veces por el desconocimiento de las mismas se cometen errores y el resultado no será el deseable.

## **B. ACTIVIDADES PROPIAS DE LA RECREACION:**

La recreación cuando es verdadera recreación nunca pierde su atractivo encanto ya sea que ésta se practique en forma libre o dirigida. No importa la edad sexo, religión, o las ideas de quién lo recibe. Sin embargo es indudable que influye en grado relativo la formación cultural de quién hace la recreación.

Pero siendo ésta una actividad agradable para la mente, para el cuerpo, para el espíritu, como parte integrante de la educación, en cualquiera de sus formas, necesariamente habrá de tener como denominador común formar habilidades, formar hábitos, formar mentalidades, formar caracteres, forma hombres.

No hablemos de lo que la recreación libre o dirigida puede hacer por los adultos sea cual fuera su ocupación. Hablemos mejor de lo que la recreación puede hacer por los niños; es más hablemos de qué actividades podemos valernos para impartir con responsabilidad, con eficiencia, con éxito, esa maravillosa cosa que se le llama recreación.

Descartemos desde luego lo que pudiéramos llamar la "pseudo-recreación" o sea aquella recreación cuyos efectos pueden ser negativos, tal el caso que mencionamos antes que nos ofrecen algunos medios de comunicación social, o aquella recreación que se busca

en las máquinas traganíqueles, salones de futillo, en billares, o lugares donde hay rokokas, pues todo esto puede degenerar en vicios.

En la presente oportunidad el propósito es señalar algunas de las actividades propias de la recreación dirigida, es decir, aquella que puede plasmarse en un programa para desarrollarlo, cuyas actividades pueden aplicarse tanto en los niños como en los adultos, el cual puede hacerse por un proceso educativo. Y con el fin de que tales actividades puedan llenar útil y agradablemente el tiempo libre de que se disponga.

Debe entenderse así que más adelante se hable de un programa organizado en diversas actividades para que el trabajador social, promotor social, orientador jefe de grupo, monitor, o quien tenga bajo su responsabilidad el trabajar con diferentes grupos, pueda motivar y dinamizar su labor en el aspecto recreativo.



#### IV. EL TRABAJADOR SOCIAL RURAL EDUCANDO A TRAVES DE LA RECREACION

Quienes crean que la función de la recreación consiste casi exclusivamente en contribuir a la felicidad de la humanidad, sostendrán quizás que muchos de los valores, que antes hemos mencionado, corresponden en rigor de verdad al terreno de la educación y no incumben legítimamente a la recreación. A pesar de que podría argumentarse que una felicidad real se basa en realizaciones individuales y sanas relaciones humanas, preocupa más aquí el punto de vista de una recreación que al mismo tiempo que educa a través de sus realizaciones constituya un tipo de educación de lo más positivo.

A medida que mejora la calidad de la recreación y de la educación, el límite entre ambas se desdibuja cada vez más. "La educación que no es al mismo tiempo recreación es algo imperfecto, incompleto, a medio hacer. La recreación que no es al mismo tiempo educación no posee ningún valor recreativo."<sup>1</sup>

El armonioso desarrollo de la personalidad es una definición de educación y la reproducción de modificaciones convenientes en la conducta humana puede ser finalidad. ¿Afectan las experiencias recreativas el comportamiento humano o la personalidad? Toda experiencia afecta ese comportamiento en alguna forma, para bien o para mal, como lo señala Mackay.<sup>2</sup>

Es sabido que las actitudes y valores se transmiten eficazmente a través de las relaciones personales del grupo de juego. La comunicación impersonal depende necesariamente de los símbolos abstractos. En cambio la comunicación personal directa, se ve aumentada por las impresiones sensoriales inmediatas de cuatro a cinco sentidos. Por otra parte la comunicación de los grupos de personas, posee sobretonos emocionales que surgen de la identificación con el grupo, y la comunicación de significados resulta facilitada por las respuestas sucesivas de cada persona a cada uno de los demás participantes. Y precisamente por ser tan eficaz esa comunicación en el grupo tiene tanta importancia el proceso educacional.

El grupo de juego puede además imponer conformidad. Su aprobación se procura evitar con mayor cuidado que en el caso de otro tipo de grupo. La familia por ejemplo, puede decidir cómo deberá vestirse el niño, pero el veredicto en cuanto a si la forma de vestir es o no satisfactoria depende de la decisión del grupo de juego. Las normas aceptadas en materia de vestimenta, modales lenguaje, relaciones con el sexo opuesto,

1 Lawrence Pearsall Jacks, *Education Through Recreation*  
Harper y Brothers 1932, pág. 2.

2 Henry D. Mackay "The Neighborhood and Child Conduct". 1949. pág. 34.

entretenimientos etc., todas ellas son decididas por el mismo grupo. Aunque esas decisiones no coinciden con el hogar, la iglesia, y la escuela; el conflicto revela a menudo que la aprobación del grupo de juego es más importante para el niño que la de cualquier otro grupo o institución. Cuando esto ocurre es probable que las instituciones vecinales comunes adviertan que ellas son relativamente ineficaces en sus esfuerzos por regular el comportamiento.

Es evidente que en un sentido verdadero, la recreación es también educación, pero de una clase que difiere notablemente de muchas actividades que hoy suelen recibir ese nombre.

Entre las características de la recreación que incrementan sus posibilidades educativas se encuentran:

1. Es elegida libremente, por lo tanto el individuo se encuentra dispuesto para la actividad sin que resulte necesaria ninguna motivación artificial directa.
2. Brinda placer, es interesante y llena una finalidad, pues de lo contrario el individuo no tomaría parte.
3. Puesto que en muchas de las situaciones que se presentan durante la recreación desempeñan un papel preponderante las emociones, aquellas poseen posibilidades de aprendizaje.

La obtención de valores educativos como consecuencia de una actividad recreativa, siempre que tal actividad sea orientada adecuadamente, en manera alguna desmerece los valores de la recreación; por el contrario, los refuerza. A modo de ejemplo; supongamos que un grupo de adolescentes concurre a un baile en un Centro Comunal. Un baile exitoso representa mucho más que el mero hecho de mover los pies al ritmo de la música y al compás con la persona con quien se forma pareja. Un baile es cuestión de vestimenta, de conversación, de formular una invitación, de aceptarla o rehusarla cortésmente, de comportamiento adecuado en la pista de baile, de destreza de actuar como un caballero, o como una dama, de disfrutar refrigerios, de conocer o practicar los cumplidos sociales.

En la enseñanza y práctica de todas estas normas, el trabajador social, en el medio rural, tiene gran aporte que dar a los jóvenes que no las conozcan; pues es cierto que la adquisición de estos conocimientos, habilidades y actitudes, no aumenta ni disminuye el placer de bailar y si se logra educar a través de la recreación que para estos jóvenes significa bailar. Uno de los mayores aportes de la educación a la recreación es el desarrollo de aptitudes e intereses en ocupaciones convenientes para los ratos de ocio. Una de las grandes contribuciones de la recreación a la educación, es el desarrollo de una personalidad integral ayudando a satisfacer determinada necesidad humana básica y adquirir la capacitación y las aptitudes esenciales para una exitosa vida de grupo.

## V. CONCEPTO DE JUEGO

Mucho se ha dicho acerca del juego. Muchos conceptos se han escrito del juego, pero ninguno más humano y más romántico como aquel que dice: "Ver la carita feliz de un niño cuando juega, es el espectáculo más maravilloso del mundo".<sup>1</sup> Y ese es el mejor concepto que da la idea más clara acerca de lo que es el juego.

Que el juego es una actividad canalizadora de energía, es una verdad; que es una actividad con reminiscencias del pasado quizás; que es una actividad imitativa es posible. Existen fundamentadas razones para pensar que el juego tiene mucho de imitación. "El juego es una actividad libre y desinteresada de hombres libres que tiene en sí misma su propio valor, su propia recompensa, su propia justificación".<sup>2</sup> Podría decirse que es un concepto social del juego que solo explica su valor como elemento de descanso dentro de una sociedad moderna. Pero es necesario aclarar que el juego es una disciplina humana con una función social bien definida que cumple sus fines en el presente como una actividad gratuita, que en otras palabras, no excluye la necesidad, sino que por el contrario la suscita.

Cuando más libre es una actividad, más necesidad tiene de normas que le den ese realismo que la misma naturaleza da a la realización concreta. En otras palabras, que satisfaga plenamente las necesidades, intereses e inclinaciones del individuo en su forma más natural, libre, sin elementos coercitivos que lo impulsen a manifestaciones fuera de la necesidad humana propiamente dicha.

El juego visto desde este ángulo concuerda con los conceptos vertidos por Groos en su teoría de la pre-adaptación y pre-ejercicio, cuando dice que "quién al ver a una niña alimentar, cuidar etc., a su muñeca no está preparándose para su vida de madre". O el pensamiento de Spencer, en su teoría del desgaste de energía, cuando dice "que el hombre juega para canalizar sus energías hacia actividades diversas como una compensación natural".<sup>3</sup>

Lo lógico es pensar que el juego cumpla diversas funciones que se fundamentan en las formas de vida de los grupos sociales y que si hay alguna semejanza, o alguna relación entre lo expuesto por Groos, por ejemplo, es porque sin ser la teoría expuesta por él la más acertada tiene mucho de cierto, puesto que fundamentalmente se basa en un hecho psicológico muy generalizado para otras actividades de la vida humana.

Desde la horda, a la sociedad organizada el juego se ha manifestado en formas

1 Soto de Fernández Flores Gracieta. "Juegos Educativos". Habana Cuba 1956. pág. 11.

2 Toledo Siguenza, Francisco "Juegos Educativos". Documentos No. 15. A. SCIDE. 1960. Guatemala.

3 Reia, Szekel, PSIQUE. "Psicología y Aplicada". Edit. Claridad. Buenos Aires.

diferentes de acuerdo con las modalidades de la vida del hombre. Fundamentalmente fue una necesidad de subsistencia. Con el correr de los años ha ido tomando diferentes caracteres. Ha sido motivo de culto, de competencia, de divulgación cultural, de acercamiento social, de diferencias sociales, etc. De acuerdo con la época y las necesidades el juego ha sido una manifestación barométrica de los sentimientos del hombre.

No es raro que en la actualidad el juego tenga y se le quiera dar ese carácter docente, si fundamentalmente es motivo de relación entre los pueblos. ¿Por qué entonces no puede ser vehículo didáctico, aprovechando que es una actividad intrínseca del niño e inherente a sus propias necesidades, intereses e inclinaciones? Esto es un buen motivo para que la ciencia de la educación considere el juego como elemento fundamental en el proceso de la enseñanza y lo utilice efectivamente como vehículo de enseñanza. El juego está considerado actualmente como el instrumento capaz de interesar al niño acerca de cualquier tema, aún cuando éste carezca del incentivo que lo cautiva. Es así como la ciencia de la educación acepta como un hecho incontrovertible, la dinámica de la enseñanza mediante procedimientos agradables y atractivos que faciliten la labor del maestro y del niño.

#### **A. EL JUEGO COMO ELEMENTO DE RECREO:**

El juego tiene significado de recreo, descanso, distracción, etc. Es común escuchar que una de las mejores formas de distraerse es jugando, y existe sobrada razón en esto. El juego es sinónimo de recreo porque todos los chicos de la escuela cuando tiene tiempo libre se identifican con éste rápidamente. Es lógico pensar que el niño haga esto. Mientras vive su propia vida, le será muy difícil hacer la diferenciación entre el juego y el trabajo. Solo con el correr de los años y conforme vaya adquiriendo la madurez necesaria tendrá una comprensión más substancial de lo que es el trabajo y lo que es el recreo.

Es natural que el maestro habituado a ver jugar a sus alumnos identifique el juego con el recreo, o que piense que una de las mejores formas de recreo es jugar. Es razonable que no hay nada mejor para el niño que jugar para expresar libremente sus sentimientos y olvidar por decirlo así, ese castigo impuesto por la sociedad que lo aísla de su forma habitual de vida.

Dentro de esta modalidad el niño vive sus mejores experiencias, satisface sus necesidades y adquiere una visión del mundo que lo rodea. La fantasía y el juego vienen a ser su forma de expresión, y a través de ellos se comunica con el mundo exterior.

Si se observa detenidamente la expresión lúdica del niño, se verá que el juego libre es el que ejerce mayor atracción en él. El juego así expresado le da la

oportunidad de manifestarse, de poner en juego su imaginación e iniciar experiencias de liderazgo; va adquiriendo normas de conducta, experiencias de tipo social que lo hacen permeable en sus relaciones con los demás.

El juego libre da al niño la oportunidad de convivir con niños de su edad con las mismas ventajas y sin distinción de tipo social, cultural, etc. Cuantos niños no solo en Guatemala, sino en muchas partes del mundo, juegan desconecta, candelitas, al escondite, arrancacebollas, saltar a la cuerda, tirar a la cuerda, cincos; tantos y tantos juegos más que son comunes en muchas regiones del mundo y que son patrimonio de su mundo infantil, única forma de expresión libre que identifica al niño en sus intereses y su medio.

La misma naturaleza provee a la sociedad de estas manifestaciones lúdicas que tienen su expresión en el niño, aún cuando el adulto hace uso de ellas en sus momentos de ocio.

## **B. EL JUEGO COMO AUXILIAR DEL MAESTRO:**

La divulgación de investigaciones en el campo de la psicología y de la pedagogía y de los numerosos estudios realizados en otros campos de la educación, ha ido induciendo al educador a concentrar su atención en el juego como instrumento educativo. Actualmente se entiende como juego educativo la actividad que se realiza en los campos de recreo de las escuelas bajo la dirección del maestro. El término "juegos educativos", se han aplicado a esta modalidad, por el hecho de que el maestro participa, gradúa, selecciona, dirige, etc, la actividad, aprovechando esta actividad para hacer que el alumno adquiera algunos conocimientos, afirme hábitos, adquiera actitudes, etc., que lo hagan permeable en sus relaciones interpersonales, como antes indicamos.

de ahí que los educadores llamen con alguna frecuencia, juegos educativos a toda aquella actividad que se preste o se acomode a los objetivos trazados por él para los momentos de recreo o tiempo libre.

Todo educador ha participado como alumno o como maestro de estas actividades especialmente en lo que se ha dado en llamar recreo dirigido, oportunidad que aprovecha el maestro para ocupar diez o quince minutos del tiempo libre para que los alumnos juegen, por ejemplo, raton y el gato, rojos y azules, la gallina y los pollitos, etc. Sin embargo, podríamos decir que esta modalidad ha cedido poco a poco terreno al proceso que se realiza libremente o sea sin la intervención del adulto, debido a que parece ser que esta forma la realiza más espontáneamente el niño, y por tanto el balance entre recreo y trabajo es más natural.

Actualmente una de las razones para que el niño tenga esos periodos de recreo

radica fundamentalmente en la necesidad de que experimente momentos de libre esparcimiento sin la intervención del adulto. Que el niño se exprese tal y como es sin esas inhibiciones manifestadas cuando es observado por una persona adulta.

Estas y muchas razones más han hecho que los especialistas en el campo de la educación externen opiniones favorables a que durante los períodos de descanso o recreo, el niño juegue con la mayor libertad posible. De ahí que los recreos dirigidos vayan perdiendo interés sin que sean eliminados por completo, ya que su valor como terapia educativa sigue manteniéndose a un nivel apreciable. Siendo el juego un elemento vital en la vida del niño ocupando un campo focal en el mundo de sus intereses, lógico es pensar lo que la educación se propone alcanzar.

Los procedimientos educativos se han humanizado considerablemente, la disciplina educativa está orientada hacia la realización del trabajo contando con la estrecha cooperación del alumno, en un ambiente lleno de perspectivas agradables e interesantes. El juego ocupa el cien por ciento de la vida infantil, su mundo está inbuído de mucha fantasía y sus intereses de juego constituyen su mayor tesoro. Este panorama tan lleno de promesas para el proceso de enseñanza aprendizaje está siendo aprovechado en forma inteligente por los educadores modernos. El juego en esta forma sirve como vehículo por medio del cual el niño sin apartarse de su mundo infantil está adquiriendo los conocimientos y experiencias contenidas en los programas de estudio y trabajando en su ambiente alegre y ameno.

Utilizado en esta forma el juego, adquiere carácter didáctico por lo que redunda en beneficio directo para el educando. El juego como auxiliar dentro del aula le permitirá al maestro sacar la mayor ventaja posible de éste y que los alumnos dentro de ese ambiente de experiencias agradables aprovechen al máximo los conocimientos adquiridos en forma indirecta.

Para realizar este tipo de actividades debe cuidarse que sea dentro del mayor orden posible y que el interés sea dirigido hacia los objetivos previstos por el educador. Estos juegos pueden desarrollarse en un ambiente tranquilo, sin la molestia que puede causar una clase normal en otras circunstancias. Naturalmente que todo esto estará expuesto a las habituales molestias, si la persona que actúa de guía no tiene suficiente cuidado de organizar la actividad adecuadamente. Utilizando el juego como auxiliar en el aprendizaje puede realizarse en un ambiente de silencio, si así lo requiere la actividad puede desarrollarse sin que los alumnos se muevan de su asiento; puede desarrollarse con la participación de todos previendo los movimientos que cada uno realizará. Pueden tomarse todas las medidas posibles para que una clase de ciencias naturales, con el auxilio del juego, sea una clase tan natural como cualquier otra sin este auxilio.

### C. JUEGO Y APRENDIZAJE:

“Los caracteres específicos del interés infantil son la debilidad, la desorientación

y la fugacidad" dice Hernández Ruiz y agrega: "Ni las especiales circunstancias en que se desenvuelve la vida del niño ni su constitución general ofrecen condiciones adecuadas para que en ellos se desarrollen intereses intensos ricos y duraderos."<sup>1</sup>

La inestabilidad de sus intereses y los cambios bruscos promovidos por esa variedad del mundo que los circunda hacen que el niño no adquiera de inmediato, experiencias que le dan riqueza y perdurabilidad de que habla Hernández Ruiz.

Si además de los intereses se analizan detenidamente algunos aspectos relacionados con las leyes del aprendizaje, las conclusiones finales permitirán elaborar programas de trabajo que el niño acepta como propios y que estos le dan la oportunidad de adquirir hábitos y actitudes que paulatinamente se hagan firmes. La proyección de estas experiencias tendrán que traducirse en habilidades para amoldarse a la vida del adulto, que exige de él destrezas en lo social, político y económico.

Si se analizan detenidamente los aspectos elementales del aprendizaje, se observa que en su relación con los principios psicológicos de juego son bastante similares.

Entre los principios elementales del aprendizaje se encuentra el que dice "Para aprender un individuo debe notar algo, y conseguir algo. Motivación, estímulo y satisfacción".<sup>2</sup> Lógico es suponer que el juego se acomoda a estos principios que son universales para todo tipo de aprendizaje.

El juego es un elemento importante en las actividades de motivación. El maestro de los primeros grados de la escuela primaria especialmente los maestros de la escuela parvularia lo utilizan frecuentemente en función de motivación.

Un comentario frecuente entre los psicólogos es el relacionado con el problema que confrontan los maestros de la escuela al no poder presentar la formula que les permita dar al niño un escenario adecuado para el aprendizaje, donde viva experiencias de manera intensa y dramática y que les dejen alguna experiencia útil. La labor del maestro en este caso, es conocer con cierta profundidad la naturaleza de los intereses que ponen en actitud los niños y que les incita a realizar actividades espontaneas.

No se necesita pensar tanto para llegar a la conclusión de que los intereses lúdicos juegan papel importantísimo en las actividades espontaneas de los niños.

Observese detenidamente cuando el niño juega; El juego estimula y acapara su interés, su animación es intensa y el estímulo provocado por el juego reanima sus intereses creadores sin limitación y descanso.

El aprendizaje es un proceso lógico ascendente que provoca cambios de actitudes

1 Hernández Ruiz Salvador "Psicología del Interés", Edit. Hispanoamericana, Pág. 136.

2 Parkhurst T. Helenn "Exploración del mundo Infantil", Edit. Kapeluz Argentina, Pág. 122

en su medio. Estos cambios pueden manifestarse en la formación de hábitos, desarrollo de habilidades y destrezas de comprensión. Todas relacionadas intimamente con los intereses del juego.

Relacionese algunos de los principios fundamentales del aprendizaje con la teoría y función que se supone cumple el juego en el proceso del aprendizaje. Un principio que es fundamental en el que se refiere a la disposición.

Es necesario estar dispuesto a responder a una serie de estímulos para aprender más efectivamente y con mayor satisfacción. Esta disposición para adquirir conocimientos, puede ser producto de una perspectiva de goce a través de la experiencia misma. En otras palabras, se requiere algo agradable, estimulante y que el niño lo acepte de buen grado.

El juego puede ser estimulante porque además de permitir el aprendizaje de una experiencia valiosa para la vida futura, forma parte, psicológicamente hablando del mundo infantil. No hay mayor satisfacción para un niño que un instrumento que le permita jugar.

Otro principio fundamental del proceso del aprendizaje es el que se relaciona con EL AFECTO. El aprendizaje se asocia a la experimentación del placer y satisfacción produce un efecto más consistente, porque propicia la repetición y el uso constante de las experiencias del aprendizaje fácilmente.

Se dice que la primera impresión es la que cuenta. De ésta depende en gran parte el éxito o fracaso de la empresa. Es muy importante que la primera impresión sea recordada de un modo feliz, que le permita al niño sentir seguridad en lo que hace y deje que una experiencia se recuerde alegremente.

Y un tercer principio que es fundamental en este proceso es el que se refiere al EJERCICIO. La práctica constante de una misma actividad en diferentes situaciones hace que la experiencia adquirida tenga permanencia sustancial en la vida del niño. Y es fundamental porque del ejercicio depende que la experiencia perdure y se repita cuantas veces sea posible. Aquí nuevamente el juego desempeña papel de mucha importancia. Se dice frecuentemente que lo practicado a diario se vuelve costumbre y nada más ideal para esta práctica que el juego como vehículo de aprendizaje.

Si el aprendizaje se realiza en un ambiente tranquilo con experiencias atractivas y llenas de colorido que cautive al niño, seguramente se repetirá cuantas veces sea preciso sin forzar el proceso de enseñanza que es lo que provoca cierta repulsión de parte del niño.

En síntesis, el juego responde de cierta manera y con cierta precisión a las exigencias adquiridas, mediante el atractivo que ejerce sobre la vida del niño.

El mundo infantil vive una vida de juego, razón por la cual los intereses lúdicos consumen un porcentaje considerable de su tiempo de actividad. Sabemos que el aprendizaje no tiene lugar sino hasta que el niño se siente dominado por el deseo o la voluntad de conseguir algo y ningún instrumento más adecuado que el juego para lograrlo.

#### **D. LAS ACTIVIDADES RECREATIVAS:**

Las actividades consideradas recreativas tienen una gran variedad de formas. Para muchas personas estas actividades pueden ser por ejemplo: la pesca, organizar campamentos, cantos, fotografías, bailes, o tomar parte en una obra de teatro. Sin embargo lo que para unos es recreo, para otros es trabajo y hasta una labor pesada. Para un individuo la construcción de una embarcación constituye una forma ideal de recreo, mientras que para otro es simplemente un trabajo. Incluso en el caso de un mismo individuo, una actividad que proporciona recreo en determinado momento, o bajo ciertas condiciones no siempre produce la satisfacción que le da ese carácter.

El recreo se presenta bajo una multitud de formas que varían de acuerdo con la edad, intereses y deseos del individuo. Comprende actividades que pueden realizar tanto unas personas como otras que suponen la intervención de un grupo.

En algunas formas la recreación consiste en una participación activa; en otras en un tranquilo relajamiento en escuchar o mirar. El niño que juega con la arena, la niña que imita al ama de casa con sus muñecas o colecciona mariposas, o salta a la cuerda; el niño que hace un modelo de avión o va a nadar; la joven pareja que se pasea en carro a la luz de la luna; el joven que da una caminata, baila o dirige una obra teatral; la familia que hace días de campo, va al teatro o ejecuta música en casa con personas que leen, juegan naipes o colecciona ediciones o estampillas, son ejemplos de la gran variedad de actividades que se conocen como recreación y que son para toda la gente los países y todas las edades.



## VI. UN PROGRAMA RECREATIVO

El programa que adelante se expone está basado en una recopilación de juegos educativos y recreativos, que más o menos son comunes en nuestro medio y en más de una oportunidad los hemos jugado. Dicho programa lleva la intención de presentar un instrumento de trabajo debidamente clasificado por grados o por ciclos, para que pueda ser aprovechado especialmente por maestros que laboran en el área rural y puede ser de mucha ayuda para trabajadores sociales rurales, promotores sociales, etc. ya que pueden encontrar una serie de actividades para poner en práctica en determinado momento; no solo con niños sino también con adultos.

Con motivo del terremoto del 4 de febrero de 1976, el Ministerio de Educación a través de la Escuela de Educación Física, encomendó poner en práctica un programa recreativo para las personas de las áreas más afectadas, en las diferentes zonas de la capital; de tal actividad me correspondió la coordinación general por lo que aproveché esta oportunidad para experimentar parte del programa, que aquí se presenta. Tal programa de emergencia funcionó por dos meses con resultados positivos. Al respecto, en uno de los rotativos de la capital apareció lo siguiente: "Como de positivos" fueron calificados por el ministro de Educación, Licenciado Guillermo Putzeys Alvarez, "los resultados del programa de recreación organizado por el Ministerio de Educación a su cargo, con la finalidad específica de atender a miles de niños, que como consecuencia de la tragedia nacional del 4 de febrero, se quedaron sin un medio de entretenimiento sano". Dicho plan se dijo en fuentes del Ministerio de Educación, fue encomendado a la Escuela Normal de Educación Física.

### a. CAMPAMENTOS ORGANIZADOS:

Un total de siete campamentos fueron organizados para cubrir las diferentes zonas de la capital, en la siguiente forma; No. 1, en la "Florida" y "Monte Verde". No. 2, Colonia "20 de Octubre", "San Pedrito", "La Palmita", No. 3 Colonia "La Chácara", "El Edén", "Abril", No. 4, Colonia "San Antonio", "La Parroquia", "Proyectos 4.4", No. 5, "Proyectos 4.3", "Santa Luisa", "Jocotales", No. 6 Colonia "Carabanchel", "Roosevelt", "Guarda Viejo", Colonia "Bethania", "EL Incienso" y la "Ruedita", No. 7, En la aldea "Concepción las Lomas" (La Tarde 6 de julio de 1976. Pág. 6).

En el diario "Impacto" del día miércoles 10 de marzo de 1976, página 1 apareció lo siguiente: "PLAN RECREATIVO PARA LOS NIÑOS". Se está realizando una intensa campaña de recreación para los niños que son llevados a los campos deportivos del Roosevelt zona 11. (fotos arriba y abajo) para que la juventud pueda disfrutar de juegos sanos, en tanto se inicia la actividad escolar.

En el mismo periódico y en la página 5 dice: "PLAN RECREATIVO PARA LA NIÑEZ GUATEMALTECA": Una bien montada actividad viene realizando el Ministerio de Educación, por conducto de la Escuela de Educación Física, consistente en llevar a los niños de diversos lugares de la ciudad, especialmente a los campos deportivos del Roosevelt zona 11, donde se hacen invitaciones para que los menores de edad puedan disfrutar de juegos sanos, en tanto se inicia la actividad escolar. La actividad ha sido recibida con manifiesto entusiasmo entre los padres de familia, ya que a partir del 4 de febrero, día fatídico para los guatemaltecos, la escolaridad del país quedó suspendida mientras dura la emergencia nacional. (en la gráfica un grupo de alumnos juegan una ronda en los campos deportivos del Roosevelt zona 11).

En el periódico la Nación del 12 de marzo de 1976, apareció en la página 4 el siguiente titular: "Seis mil alumnos en campamento de recreación" y a continuación el artículo señala algunos aspectos de los campamentos recreativos.

Esto y lo aparecido en otros periódicos, nos da una idea que efectivamente el programa que en este trabajo se expone puede ser de utilidad recreativa.

El programa que se expone incluye una serie de juegos recopilados por las profesoras M. Lidia Lemus de Storek, Natalia Cobar, Berta L. de Mencos, Ester Godoy Flores, por el Lic. Francisco Toledo S. y la asesoría del señor Paul E. Miller, miembro del Instituto de Asuntos Interamericanos, división de educación de Guatemala.

## VII. GRADACION DEL PROGRAMA

### A. ACTIVIDADES PARA PRIMER GRADO

#### HISTORIETAS:

##### Un día de Campo:

Mientras el maestro cuenta de la partida hacia la camioneta o el tranvía, el trabajo del conductor, la llegada y el paseo hacia la finca, el cambio de vestido, o de los quehaceres de la finca (recoger huevos, o la fruta, etc.) o de los deportes del día, los alumnos, en su lugar hacen los movimientos apropiados al drama pero sin formalidad.

##### El Circo:

- a. Carreras de carros. Todos frente al lado del cuarto, o patio. Las filas se numeran de 1 a 2. Las filas pares estiran los brazos como arrieros, las impares se cogen los brazos y galopan en su lugar.
- b. Dando de comer a los elefantes. Los niños se numeran de 1 a 2 colocados frente a frente. Los pares son elefantes y los impares los niños que los visitan. Cada niño supuestamente lleva una cesta con manías. La canasta la pondrán en el suelo, los niños se inclinan para sacar las manías y echarlas a los elefantes. Se repite éste movimiento. Los elefantes forman sus trompas extendiendo los dos brazos y cogiéndose las manos. Toman las manías y se las llevan a la boca.
- c. Los caballos en la arena. Uno de los niños es el hombre, los demás son los caballitos. El hombre hace crujir su azote. El primer chasquido del azote los caballos galopan (en su lugar), al segundo chasquido los caballos trotan, al tercero andan con las rodillas en alto.
- d. La banda. Dos filas tocan tambores; dos flautas, dos trombones, y los demás niños marchan alrededor del patio o salón, al compás de la música.
- e. Los payasos. Todos los niños imitarán las tretas de los payasos tales como balancear un palo en la barbilla, andar en el cabestro o hacen juegos de manos con pelotas (imaginarias).

##### Paseo a una Montaña:

- a. Reunión y salida. Los niños hacen una rueda y se cogen de las manos, luego andan hacia la derecha.

- b. **Subida, Andan con rodillas altas y paso corto a punta pié.**
- c. Descanso. Se sientan en pares espalda con espalda y con las piernas extendidas.
- d. Llegada. Con espaldas al centro de la rueda, respiran profundamente.
- e. Regreso. Andan al rededor de la rueda en los talones.

**Visita a a una Finca:**

- a. Reunión y salida. Formar la rueda y andar.
- b. Cambio de traje. Ponerse overóles.
- c. Buscar huevos. Correr a todos los rumbos y buscar.
- d. Recoger fresas. Inclinarsse a tocar e suelo y seguirse para echar las fresas en el canasto.
- e. Recoger manzanas. Pararse en las puntas de los pies y alcanzar hacia arriba alto.
- f. Natación. Mover los brazos como nadadores.
- g. Cansados. Sentarse con la frente sobre las manos en los pupitres.

**La Fiesta Títular:**

- a. Prepararse. Ponerse trajes de gala.
- b. Paseo en caballitos. Hacer rueda y correr inclinándose e irguiéndose.
- c. Baile de Moros. Imitación del baile.
- d. Comprar y llenar globitos. En pares inflando los globos y abriendo los brazos.
- e. Regreso a casa. Correr a los asientos.

**Día de Campo:**

- a. Salida. Los niños saltan alrededor de su hilera de asientos.
- b. Subir al árbol. Se agacha doblando las rodillas y alzando los brazos, después se levantan doblando las rodillas y alzando los brazos, se levantan doblando los brazos, etc.
- c. Juego de Base-ball. Lanzamiento, bateada, cogida, corrida.
- d. Regreso. Rodear a su hilera de pupitres en rumbo opuesto al de la salida.

**Visita a un Pueblo:**

- a. El viaje. Andar en parejas alrededor de la rueda.
- b. El mercado. Las parejas imitan al comprador y vendedor.
- c. Visita al telar. Mover los brazos como tejedor.
- d. Las tinajas. Ponerse un libro en la cabeza y andar alrededor del circulo balanceándolo.
- e. Llevar la red a vender. Inclinarsse y andar como con una carga al hombro.

**Fabricando Carbón:**

- a. A la montaña con hachas. Manos al hombro con pasos altos.

- b. Corte de árboles. Imitación del trabajo de cortar con hacha.
- c. Preparación de la carbonera. Agachese moviendo los brazos de un lado a otro.
- d. Sacar el carbón. Movimientos de levantar.
- e. Llevar la red a vender. Inclinarsse y andar como con una carga al hombro.

#### **Tapizar Maíz:**

- a. Entrar a la milpa. Dos hileras de niños hacen el papel de cañas de maíz, con los brazos en alto, los demás pasan por enmedio, luego cambian de lugar.
- b. Echar las mazorcas en un costal. Agachándose e irguiéndose.

#### **Lavando la Ropa: (niñas)**

- a. Ir a la pila con la canasta. Andar con ambos brazos en alto.
- b. Lavar. Doblar y extender los brazos vigorosamente.
- c. Torcer. En pares cogidas de manos, una tuerce y hace voltear a la otra.
- d. Extender para secar. Agacharse y erguirse varias veces.

#### **Traer Agua en Tinajas: (niñas)**

- a. A la fuente. Andar una a trás de otra en círculo con la mano izquierda sobre la cabeza de la que va adelante y el brazo derecho en alto como deteniendo una tinaja.
- b. Llenar una tinaja. Mecer los brazos de un lado a otro.
- c. Llevar la tinaja a la cabeza. Agacharse y erguirse con los brazos en alto.
- d. Cruzar la calle. Correr lo más pronto posible alrededor de la rueda, balanceándose con algún objeto sobre la cabeza.

#### **Quebrar la Piñata:**

- a. Colgar la piñata. Pararse en las puntas de los pies y estirar en alto las manos.
- b. Ir a la fiesta. Correr y saltar alrededor del cuarto.
- c. Vendar los ojos y jugar. En pares uno con ojos cerrados y otro toreándolo.
- d. Quebrar la piñata. Girar fuertemente con brazos en forma para apalera la piñata.
- e. Recoger los confites, etc. Agacharse y recogerlos.

### **JUEGOS RITMICOS O RONDAS:**

#### **La Ranita:**

Colocados en rueda con la "ranita" en el centro, los niños bailan alrededor de ella mientras cantan la canción que sigue. Al hacer las preguntas se paran todos y la ranita se agacha más y más mientras más se enferma. Al fin cuando dice ———Estoy

Muerta----- estará hincada y aldecir eso corren todos. El que coja la ranita será la siguiente ranita.

Cantan Todos:

“Vamos a la vuelta del toro torojil”  
 “A ver a la rana comiendo perejil”  
 “La rana no está aquí, estará en su  
 vergel”.  
 “Cortando una rosa, sembrando un clavel”

Dicen todos: “¿Qué tiene la ranita?”

La ranita: “Tengo Calentura” inclinando con pena. Se repite la canción y el baile y se hace la misma pregunta. La ranita contesta tengo dolor de cabeza----- y así continúan por cuatro o cinco veces, hasta que dice -----estoy muerta----- cuando persigue a los de la rueda.

**San Serenin del Monte:**

El círculo entero hace lo que dice la última línea.

Las primeras tres líneas se repiten cada vez.

San Serenin del Monte  
 San Serenin, Cortéz  
 Yo como buen cristiano  
 Yo me arrodillaré  
 Yo me sentaré  
 Yo te saludaré

(Se arrodillan)  
 (se sientan)  
 (se saludan)

**Pin Pón:**

El juego se desarrolla con los niños en semicírculo haciendo los movimientos apropiados a la canción que sigue:

Pin Pon es un muñeco  
 Muy guapo y de cartón;  
 Se lava las manitas  
 con agua y con jabón.

Pin Pón es un muñeco

Pin pón es un muñeco  
 Muy guapo y muy gentil;  
 Se peina los cabellos  
 con peine de marfil.

Pin Pón es un meñeco  
 Muy guapo y muy chiquillo  
 Se lava bien los dientes  
 Con pasta y con cepillo.

### Los Pollitos:

Este juego se juega con los niños en semicírculo.

Hacen imitaciones o gestos apropiados mientras cantan esta canción.

Los pollitos dicen  
 Pío, Pío, Pío  
 Cuando tienen hambre  
 Cuando tienen frío.

La gallina busca  
 El maíz y el trigo  
 Les dá su comida  
 Y les presta abrigo.

Bajo sus dos alas  
 Acurrucaditos  
 hasta el otro día  
 Duermen los pollitos.

### La Huerfanita:

Los niños forman un círculo cogidos de las manos. Luego al compás de la música de la siguiente estrofa que van cantando, dan vueltas. En el centro de la rueda se coloca un niño o una niña que será la huerfanita y estará de rodillas.

#### Canto:

Pobrecita Huerfanita, sin su padre sin su madre.  
 Desventura, desventura, carretón de la basura.

Cuando terminan de cantar esta estrofa, los de la rueda se paran y el del centro canta la siguiente estrofa, siempre de rodillas:

Antes cuando yo tenía mis padres  
 Me vestían de oro y plata.  
 Ahora que no los tengo,  
 Me visten de hojalata.

Conforme va cantando se acerca a uno de los círculos y pone la cabeza en las rodillas de él, como que llora. Al terminar — Pobrecita... Etc.—, y al terminar la estrofa pasa otro a hacer de huerfanita.

### **El Cazador:**

Al compás de la canción del título, los niños marchan y cantan:

Soy libre cazador  
Que alegre por la selva  
Voy cargando mi fusil  
Un libre cazador.  
Alí... Aló... alegre por la selva  
Voy cargando mi fusil  
Un libre cazador.

Mi lindo alazán relincha  
Y espera que me levante.  
Yo ya estoy dispuesto a  
marchar.  
Alí... Aló... alegre por la  
selva.  
Voy cargando mi fusil  
Yo soy un cazador.

### **La Indita Mejicanita:**

Los niños se colocan en rueda y bailan alrededor mientras cantan la canción que sigue. Al cantar la última palabra hacen una pirueta y el último en hacer la vuelta se sale de la rueda. Los que salen ayudan al maestro a ver quién pierde cada vez hasta que queda uno que es el ganador.

Yo soy indita ra la  
Mejicanita ra la  
Que me mantengo ro lo  
Por el barril.

Yo vendo Jícara las  
y molinillo ro los  
De real en real  
(giran todos en su lugar).

### **El Carpintero:**

Para hacer este juego, primero se hace una rueda y en el centro de ella, se pone otra y ésta canta la tonada. Al terminar una estrofa, todos dan una vuelta y con una mano hacen la señal de cómo se toma el serrucho, cómo se clava y cómo se cepilla, dando vueltas cada vez y cantando.

Soy un carpintero que tanto he trabajado  
 Labrando la madera con gran facilidad  
 Pues todos los días los paso divagando  
 Aserrando la madera con gran agilidad  
 Ru, ru, ru, ru, ru.

Tomamos el cepillo para adelante y para atrás.  
 Puliendo la madera y puliendo mucho más  
 Chas, chas, chas, chas.

Todos los días los paso yo clavando  
 Clavando la madera  
 Y haciendo mucho más  
 Tas, tas, tas.

### **JUEGOS DE CACERIA:**

#### **Pan Caliente:**

Se organiza un grupo de niños y entre ellos uno va a esconder una prenda, tal como un cincho, una cuerda, etc; estando escondida los compañeros van a buscarla. Si están lejos del lugar donde está escondida la prenda, el que la escondió dice "Helado"; si se acercan un poco, les dice "Tibio"; y si ya están muy cerca, les dice "caliente". El que la encuentra corre a sus compañeros tocándolos con la prenda y luego a él le toca esconderla.

#### **El Gato Cómico:**

Los niños que hacen de ratones se colocan en un extremo del patio. Un niño que representa el gato está en el centro del patio. A la señal del profesor salen los ratones al patio y el gato empieza a cazarlos. Si el gato logra tocar a un niño, en cualquier parte a uno de los ratones, este se convierte en gato y persigue a los demás, pero tiene que ir cogido de la parte del cuerpo donde el gato lo tocó. Cuando todos han salido y han sido tocados o cazados, el juego termina y el último tocado será el gato en el siguiente juego.

**Reglas:**

1. Nadie debe salir de los límites del patio.
2. Los ratones cazados tienen que correr cogidos de la parte del cuerpo que les han tocado.

**Corre, Conejo, Corre:**

Un grupo de niños son conejos, están a salvo en sus lugares, el otro grupo consiste en zorros que andan por el bosque. La madre coneja saca a sus conejitos a jugar y a buscar comida. Van con cuidado para que no los vea el zorro. De pronto el líder de los zorros grita —“Corre, conejo, corre”— y los conejos tratan de llegar a sus casitas antes de que los vean los zorros. Todos los que son cogidos se vuelven zorros y al siguiente ensayo ayudan a coger los conejos que quedan. Cuando se hayan cogido todos los conejos, los zorros se hacen conejos y los conejos zorros, para el siguiente juego.

**La Paloma y el Gavilán:**

Los niños forman una rueda cogiéndose de las manos. Uno queda fuera de la rueda y servirá de gavilán y otro quedará adentro del círculo y servirá de paloma. El que está afuera o sea el gavilán dará vueltas y más vueltas alrededor del círculo, esperando la salida de la paloma. Cuando la paloma sale del círculo, el gavilán procura atraparla, y si no lo logra antes de que la paloma llegue al círculo, queda otra vez fuera de la rueda, esperando la salida de la paloma nuevamente. Así sigue el juego turnándose en cada entrada si se quiere.

**La Palomita:**

Se forma un círculo, todos los niños cogidos de la mano y en medio se coloca uno que será la palomita. Otro quedará afuera que le hará las siguientes preguntas:

Palomita, ¿de donde vienes? Respuesta: De comer anís

¿Comiste bien?	Como la miel
¿Comiste mal?	Como el tamal
¿Como una rosita?	Eres bonita
¿Eres feota?	Eso no te importa.

Al dar esta respuesta, el que pregunta hace ademán de colergera y ella sale huyendo y no dejan de correr hasta no darle alcance y queda cazada la palomita.

**¿No Compras Candelitas?**

Todos los jugadores se encuentran en su lugar llamado **base**, menos uno que se

llama vendedor. El vendedor va de puesto en puesto diciendo —¿no compran candelitas? — el jugador contesta: “Por allá compran”. A una señal convenida cambian de lugar, cosa que aprovecha el vendedor para quedarse con una base. El jugador que pierde su base quedara de vendedor.

### **Las Palomas y los Cuervos:**

Se marcan dos líneas paralelas a una distancia de 30 pies poco más o menos. Los jugadores o participantes son divididos en dos grupos iguales. Cada grupo es colocado en una de las líneas. El grupo de las “palomas” se vuelve de espaldas; mientras los otros “cuervos” se acercan lo más callado posible, una “paloma” está observando, y cuando un grupo está cerca, grita: “Aquí vienen los cuervos”, entonces las palomas se vuelven huyendo de los cuervos a su línea, tocando las “palomas”. Se repite el juego poniéndose de espaldas los “cuervos” acercándose “las palomas”, etc. Al cabo de jugarse 6 ó 7 veces o un período determinado, el partido con mayor número de jugadores será el vencedor.

### **El Lobo y las Ovejas:**

El lobo se esconde atrás del escritorio del profesor; un grupo de niños “ovejas”, se acercan al escritorio y lo arañan; inmediatamente el “lobo” intenta cazar las ovejas que huyen velozmente por sus hoyos (lugares), la “oveja” cazada hará de “lobo” en la próxima jugada.

### **Lanzar y Coger:**

Un niño es escogido para ser el “líder” (director del juego), de un grupo de 6 a 8 participantes. Los jugadores se colocan parados uno al lado del otro frente al director, como unos 8 pies de separación.

El líder lanza una pelota o saco de frijoles al primer jugador de la línea; este debe procurar coger la bola o saco y devolverla al líder si el jugador pierde la bola, pasará a la cola de la línea; como si el líder pierde o no logra cogerla, pasará también a la cola, tomando el puesto de líder el primer jugador que se encuentra a la cabeza de la línea. Si el líder no pierde la bola después de pasarla dos veces a todos los demás, pasará a la línea después de los que pierdan; el jugador de la cabeza ocupará su puesto.

### **Tapete Mágico:**

Marque varios cuadros o círculos en el suelo. Los jugadores deben de tomarse de las manos, corriendo o saltando sobre los cuadros o círculos; a una señal del profesor deben de parar; los que a esta señal se encuentren en un círculo o cuadrado, serán eliminados.

**Ardillas en los Arboles:**

Dos terceras partes de los jugadores o participantes son colocados por pares, poniendo ambos sus manos sobre los hombros del otro; imitando huecos de árboles. Estos grupos imitando árboles son colocados a criterio del profesor, no teniendo ninguna formación fija, pero sí deben separarse por una regular distancia. Los alumnos que quedan, son colocados, unos en medio de cada hueco del árbol, semejando una ardilla y dejando a un alumno que representa una ardilla sin árbol, en el centro. Cuando el profesor da una señal todas las ardillas corren a cambiar de árbol, no pudiendo volver al árbol que dejan; la ardilla que queda sin árbol, irá al centro y el juego volverá a empezar a una nueva señal del profesor.

**JUEGOS DE IMITACION:****Toque de Campanas:**

Se colocan los niños en tres filas, de diez o más cada una, a una distancia de dos varas entre cada fila. Luego las filas de los extremos giran una a la izquierda y la otra a la derecha con la vista fija a la fila del centro. Inmediatamente los niños que forman el centro ponen los brazos horizontales y los de las líneas de los extremos en la cintura.

Cuando los de la fila del centro alcanzan el brazo derecho para halar el badajo de la campana, los niños que forman la línea del lado derecho inclinan la cabeza al frente y cuando lo hacen con el brazo izquierdo vuelven la cabeza a su lugar y los de la línea del lado derecho inclinan la cabeza al frente y cuando lo hacen con el brazo izquierdo inclinan la cabeza y así sucesivamente.

**El Pavo Común:**

Se imita al pavo común cuando está bailando. Se pone el niño en cuclillas con el cuerpo un poco adelante, o sea inclinado hacia adelante, las manos caídas a los lados haciendo las veces de las alas que arrastra al haz del suelo.

**La Rana:**

Los niños se ponen las manos en la cintura, después se doblan las rodillas y se empieza a dar saltos como la rana.

**El Sapo: (niños)**

Los niños se colocan en fila, en línea, o en otra formación; se ponen las manos en la cintura y comienzan a saltar sobre las puntas de los pies.

**Las Gaviotas: (niñas)**

Se desarrolla este juego en la misma forma que el anterior con la diferencia que se alzan ambos brazos para volar, moviéndolos y corriendo a capricho.

**Los Conejos:**

Agáchese y dé saltos, con los pies y manos en el suelo y salte solamente sobre los pies, poniéndose las manos abiertas en la cabeza, imitando las orejas de los conejos.

**La Mariposa:**

Corra ligero, con movimientos lentos de los brazos hacia la cabeza y hacia abajo (a los lados), imitando las alas de la mariposa.

**Seguir al Líder:**

Un alumno es escogido para ser el líder y todos los demás alumnos deben seguirlo, haciendo todo además que el líder haga, como; saltar, palmear las manos, correr con las rodillas altas, caminar con las manos, etc.

**B. ACTIVIDADES DEL SEGUNDO GRADO****Un Viaje a Baño:**

- a. Reunión en círculo corriendo.
- b. Montar la camioneta. Movimientos como subida de escalera.
- c. Bajar la camioneta. Andar doblando más las rodillas, a cada paso como bajando escalera.
- d. Cambiar los trajes. Según su imaginación.
- e. Natación. Ejercicio de brazos.
- f. Regreso. Lo mismo que la salida.

**El Cerdito Asado:**

Traer el cerdo del mercado. Uno hace de cerdo, otro persigue (en parejas).

- a. Preparación del cerdo. Movimiento de colgar, etc.
- b. Colocar el cerdo en el palo. Manos en alto tirando fuertemente hacia abajo.
- c. Asar el cerdo en barbacoa. Movimientos de girar el palo.

**Subida al Volcán:**

- a. Cargar las maletas al hombro. Agacharse y levantar la mochila.

- b. Subida. Andar en rueda con rodillas muy altas.
- c. Descanso. En pares sentados espalda con espalda a pierna suelta.
- d. En la cumbre. Rueda con cara hacia afuera, respirar profundamente.
- e. Fotografiar. En pares se hacen muecas.
- f. Bajada. Andar en los talones con pasos largos.

#### **Viaje en Bicicleta:**

- Reunión en el parque. Correr y formar el círculo.
- b. El Viaje. Pasos largos y lentos con rodillas altas.  
Si son varones pueden acostarse boca arriba y con las piernas en alto, imitar el ejercicio de andar en bicicleta.
- c. Diversión en el camino. Juego de pelota.
- d. Comida. Imitación a su gusto.
- e. Regreso. Lo mismo que el segundo paso.

#### **La Pesca:**

- a. Busca de lombrices para cebo. Trabajo de pala y de levantar lombrices y echarlas en un frasco.
- b. Viaje al río. Correr con su vara al hombro.
- c. Preparar el anzuelo. Un dedo en el anzuelo. Con dos dedos de la otra mano se puede rozar los dos lados del anzuelo.
- d. Echar el hilo al agua. Amplio giro de los dos brazos con las manos juntas.
- e. Sacar el pescado. Caer de rodillas como cogiendo el pescado que ha caído al suelo.

#### **El Caballo Pérdido:**

- a. El caballo se va. Andar en manos y pies como caballo y galopar.
- b. El dueño. La tercera parte representan los dueños en línea.
- c. El que tiene el caballo. Un tercio de grupo son caballos, y el otro tercio representan hombres.
- d. El argumento. El grupo de tres los dos hombres tiran de los brazos del "caballito".

#### **El Parque de Juego:**

- a. Correr el parque. Formar dos líneas corriendo a sus asientos.
- b. El sube y baja. En parejas, uno en puntas de pies, el otro agachado con rodillas dobladas. Alternar estos movimientos.
- c. Juego de pelota. Movimientos de lanzar. Luego se salta en alto con brazos arriba para coger la pelota. Repítase varias veces.
- d. El paso de gigante. Hacer rueda y correr con pasos largos y brazos en alto dando

- un salto largo de vez en cuando.
- e. Regreso. Correr alrededor del cuarto y a sus lugares.

### **Juego de Baloncesto: (Basquetbol)**

- a. Salto al centro. En pares a ver quien alcanza más alto saltando.
- b. Lanzar la pelota. Empujes vigorosos de los brazos.
- c. Coger la pelota. Brazos extendidos; retirarlos con vigor.
- d. Tiro al canasto.
- e. Defender. En postura de boxeadores, con una mano en alto la otra al lado, moverse en cortos saltos a todos lados.
- f. Tiro libre de foul. Imitación del tiro a su gusto y despacio.
- g. Baño después del juego.

### **Partido de Fútbol: (Foot-ball)**

- a. Escoger los bandos. Los capitanes pueden formar dos líneas cara con cara.
- b. El principio del juego. La pateada de servicio.
- c. El juego. Ensayo de driblin pase etc...
- d. Saque manos en alto, movimiento de saque.
- e. El guardameta. Imitación de parar la bola y pasarla.
- b. Fin del juego. Se dan la mano los contrarios y se felicitan.
- g. Baño después del juego.

### **JUEGOS RITMICOS O RONDAS:**

#### **El Lobo y los Carneros:**

Se forman los niños por orden de estatura; luego se toman del cincho (estos son los "carneros"). Un niño que representa el "lobo" trata de atrapar al último de los carneros y ellos a la vez tratan de evitarlo. El lobo va atrapando uno por uno hasta que termina con todos. Conforme se va ejecutando el juego se canta por los carneros el siguiente verso:

Escóndete chivito que ya viene el lobo.  
Escondete lueguito que quiere comerte.

#### **La Cojita:**

La cojita hace los movimientos que corresponden a la canción:

(La rueda) ¿Dónde va mi cojita? Mi duflé, mi duflá  
(La cojita-en el centro) Voy al bosque a buscar violetas, mi duflé, mi duflá.

(Rueda) ¿Para quién son las violetas?  
 (Cojita) Para la virgen mi patrona.  
 (Rueda) ¿Y si el Rey te vé?  
 (Cojita) Yo le daré una reverencia.  
 (Rueda) ¿Y si la reina te vé?  
 (Cojita) Yo le daré una cortesía  
 (Rueda) ¿Y si el Príncipe te vé?  
 (Cojita) Yo le daré una reverencia  
 (Rueda) ¿Y si la zorra te vé?  
 (Cojita) Yo me burlo de la zorra. (Corren todos)

Después se busca otra cajita y el juego continúa.

### **El Pañuelo:**

Se juega con un pañuelo. Los jugadores forman un círculo y se corren en cualquier dirección, al compás de la música. El pañuelo va de mano en mano y al terminarse la misma música, la persona que lo tenga tendrá que salir. Cada vez que sale un niño los jugadores se acercan hasta que el círculo quede con dos personas. Estos serán los que ganan el juego.

### **El Tren:**

Los niños se forman en fila, cada uno cogido del brazo superior del compañero de adelante. Comienzan a imitar el movimiento del tren, al compás de la siguiente canción:

A ese Atotonilco de naranjas en flor  
 Camina trenecito que a Antotonilco voy  
 Ya parece que en la estación  
 Dá brinquitos mi corazón.

### **El Ranchero en el Valle:**

Se selecciona un niño para hacer de ranchero y se para en el centro de la rueda. Los demás se cogen de las manos y andan alrededor cantando:

El ranchero en el valle  
 El ranchero en el valle  
 Ay, ay, ay,  
 El ranchero en el valle

El primer niño escoge a otro (o lo "tomo" como dice el Verso), y lo conduce al centro; el segundo escoge un tercero; el tercero, al cuarto, etc., mientras los demás cantan los versos que siguen (en la misma forma del verso anterior) (arriba).

- a. El ranchero toma esposa, etc.
- b. La esposa toma niño.
- c. El niño toma ama (China)
- d. La china toma perro.
- e. El perro toma gato.
- f. El gato toma rata.
- g. La rata toma el queso
- h. Cojamos todos a la rata.

Al cantar el último verso la rata se escapa de la rueda y los persigue. El siguiente "ranchero" será el que cogió la "rata".

### Las Cobaneras: (niñas)

(Los niños podrán acompañar cantando o dando palmadas).  
Buena representación para un programa.

Las niñas forman línea y hacen movimientos de manos y de pies apropiados a la canción que sigue. Los niños podrán acompañar cantando, pero no forman parte del grupo.

Con su andar tan estiloso  
Con su palma tan airosa  
Todos dicen al mirarla  
Ay, qué india tan hermosa

Cobanera de ojos negros  
Y brillantes como el sol  
Que ha venido a estas tierras  
A cosechar su frijol

Alla tiene sus enaguas  
Su listón y su hüipil  
Y se va para su rancho  
A cosechar su frijol  
Y se va para su rancho  
A cosechar su güisquil.

### JUEGOS DE CACERIA:

#### Juego de Pelota:

Todos los jugadores forman un círculo con uno en el centro. Cada jugador tiene

un número. El jugador que está en el centro lanza la bola al aire y dice un número; el jugador al cual corresponde este número debe correr y tratar de coger la bola, pasará al centro y lanzará la bola a la vez diciendo un número. Si no logra cogerla, regresará a su puesto y el del centro lanzará la bola nuevamente llamando otro número.

### **A Medianoche:**

Una esquina del campo de juego es llamada "La guarida del zorro", y la esquina opuesta es llamada "Corral de la oveja". La oveja sale de su corral y avanza hacia la guarida del zorro. Cuando están poco más o menos a tres cuartos del camino, el zorro desde su guarida dice: "Que hora es? Cada vez que el lobo dice esta pregunta y se contesta el solo, la oveja debe dar un paso hacia la guarida. Estos pasos pueden ser largos o cortos. Cuando el lobo cree tener bastante cerca a la oveja, contesta a su pregunta con la palabra "Medianoche" y sale de su guarida persiguiendo a la oveja, que corre hacia su corral para salvarse. Cada oveja que no logra llegar a su corral, siendo atrapada por el zorro, ayudará a este a capturar más ovejas cuando se acerquen a la guarida. La última oveja capturada será el "zorro" en el próximo juego.

### **El Lobo y la Oveja:**

Un jugador es escogido para hacer de "lobo" y otro de "oveja"; los otros niños forman un círculo tomados de las manos. El lobo permanece fuera del círculo y la oveja dentro.

El lobo dice: Yo soy el lobo

La oveja dice: Yo soy la oveja

El lobo dice: Yo soy el lobo, yo te agarraré

La oveja dice: A que no puedes.

Esta última frase es la señal para empezar el juego. El lobo trata de introducirse en el círculo y la oveja de evadirlo; ambos corren saliendo y entrando al círculo, pero los jugadores o participantes ayudan a la oveja, levantando las manos cuando quiere entrar o salir y bajandolas cuando el lobo intenta seguirla. Cuando la oveja es atrapada, pasa a formar parte del círculo y el lobo hará las veces de oveja, poniendo otro nuevo lobo, pero si la oveja logra evadir al lobo por algún tiempo, los jugadores son cambiados por el profesor.

### **El Gato:**

Se forma una fila de niños, poniéndose el más fuerte a la cabeza para manejar la fila y hacer de madre de los gatos que forman parte de la fila. Una persona llega a preguntar si no han llegado unos gatos a su casa, que los de él se han extraviado y que no sabe donde están. La madre les dice: "Aquí no están, estos son mis hijos." Pero la otra persona insiste en buscarlos en esa casa y pide permiso para barrer y aprovechar la

oportunidad de ver si están adentro sus hijos. En este caso la persona descubre que sus hijos, están allá y pide que se le den forzosamente y coge a los que están atrás si puede, mientras la filaserpentea para evitarlo.

### **El Ratón y el Gato Ciego:**

Se ponen ños jugadores en círculos cogidos de la mano. Se vendan dos niños. Uno hace de "Gato" y el otro de "Ratón". Se les dan unos cascabeles y se ponen dentro del círculo. El gato tratará de coger al ratón, guiándose por el sonido del ratón y este tratará de escaparse, guiándose también por el sonido del gato. Al ser cogido el ratón se escoge otro par, y así sucesivamente.

### **La Araña y las Moscas:**

Una meta es marcada en las líneas finales de un campo. En el centro se traza un círculo. Un jugador haciendo de araña se sienta en medio del círculo. Las moscas pasan alrededor del círculo palmeando las manos y siguen hacia una meta. Cuando la araña salta, las moscas huyen hacia sus metas. Si la araña logra capturar una mosca antes de alcanzar la meta, esta mosca se volverá otra araña y deberá sentarse con la otra en el centro del círculo, pero no ayudará a la otra a capturar más moscas si no es con una señal de la otra araña. La última mosca capturada será la araña en el próximo juego.

### **El Juego de Circunferencia:**

Se traza una circunferencia grande cruzada por dos diámetros, de manera que quede dividida en cuatro partes iguales. Donde cruzan las líneas la circunferencia se marca con los números "Uno", "Dos", "Tres", y "Cuatro". En seguida se colocan cuatro niños sentados en cada radio haciendo un total de diez y seis, cuatro para cada número. Otro niño corre alrededor del círculo en sentido opuesto y al llegar a su punto dado grita "Uno", entonces los componentes de esta línea se levantan, dan media vuelta y salen corriendo y entra el primer corredor y se sientan. Los otros tratan de volver a sus puestos, pero el último tiene que seguir corriendo. Grita "dos" y así se sigue hasta poner en movimiento a todos.

### **Uno, Dos, Tres, Treinta:**

Se colocan los jugadores en línea. El lugar donde estén parados y otro lugar de enfrente, situado a seis metros, se conocen como "casas". En medio de las casas se coloca "El pescador" que grita: "Uno, dos, tres, treinta". Al decir treinta todos los jugadores corren tratando de llegar a la casa. El pescador trata de capturar a cuantos pueda antes de que lleguen a "casa". Los capturados quedan en el bando del pescador y ayudan a pescar a los otros jugadores que paran de capturados a capturadores. El último que se queda sin ser capturado, será el nuevo "Pescador" al iniciarse otra vez el juego.

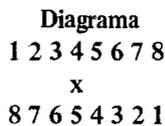
### El Gato y la Paloma:

Se colocan los niños en forma calisténica, cogidos de las manos unos de otros, siempre en línea. El Gato y la paloma son representados por otros dos de ellos, los cuales se colocan fuera del cuadro y el profesor como dirigente. El dirigente toca un pito y luego la paloma huye por las calles que se forman en el cuadro, mientras el gato trata de seguirla; el dirigente, al ver que el gato corre ya por la misma calle que la paloma, toca nuevamente el pito y al momento todos los niños cambian de dirección, cambiándose de manos formando así la calle, entonces el gato al no encontrar paso libre en la misma calle, tiene que perseguirla por las nuevas calles. Sigue sucesivamente así el juego, hasta que llega el momento en que la paloma no puede defenderse, ni correr por las calles y es cogida por el gato.

### Recoger un Objeto:

Los participantes son alineados frente a frente y numerados como se explica en el diagrama. Cualquier objeto es colocado en el centro del campo en medio de las dos líneas (X). Este objeto puede ser una gorra, un pañuelo, un borrador etc. Cuando el profesor o un alumno seleccionado para dirigir el juego dice un número, los dos jugadores que tienen ese número corren hacia el centro tratando de apoderarse del objeto y de regresar a su puesto sin ser cogidos por el que no pudo tomarlo. El que logra tomar el objeto y regresar a su lugar a salvo, gana un punto a favor de su equipo. Un jugador obtiene un punto para su equipo si coge a su contrario cuando este ha logrado apoderarse del objeto, y antes de que llegue a su puesto.

Este juego se hace más interesante o emocionante si uno de los jugadores o ambos, hacen como que toman el objeto varias veces, hasta que de pronto uno de ellos se apodera de él. Mantenga en tensión a los participantes diciendo los números saltados y no en orden. Todos los números deben ser llamados por lo menos una vez.



### De Espalda:

Los jugadores son colocados por pares y de espaldas (espalda con espalda). Uno de los participantes que llamaremos "Director" inicia el juego, diciendo "cambien". A esta señal cada jugador debe cambiar de compañero, poniéndose de espaldas a él. El jugador que se queda sin compañero será el director y da la nueva orden de cambio.

### Sabueso y Conejos:

Los jugadores son colocados en pares con las manos en los hombros del compañero

formando a imitación un hoyo o hueco en el árbol. Otro jugador imitando un conejo es colocado en el hoyo del árbol. Un jugador es escogido para representar al perro sabueso debe haber un conejo que no tenga hoyo en algún árbol. El sabueso persigue a ese conejo, quien debe buscar refugio en algún hoyo del árbol. No pueden haber dos conejos en el mismo hoyo del árbol, el otro conejo debe salir de él, y el sabueso perseguirá a este otro. Cuando el sabueso logra capturar un conejo, se cambian los papeles, pasando el conejo a ser sabueso y viceversa, prosiguiendo la persecución de la misma manera. A todos debe dárseles oportunidad de ser tanto conejos como sabuesos, lo que se puede lograr parando el juego para poder cambiar.

### **Tocar la Mano:**

Dos grupos son colocados uno frente al otro a una distancia no menos de 30 pies. Los del grupo A, extienden sus manos, para arriba. Uno de los del grupo B, va hacia los del grupo A tocando las manos suavemente, de estos. Cuando se decide qué jugador debe seguirlo le pega más fuerte y huye rápidamente, regresando hacia su grupo perseguido por el otro. Si el jugador del grupo B llega sin ser alcanzado a su línea, está a salvo; si es alcanzado, pasará a formar al grupo A. Se repite el juego, tocando esta vez a uno del grupo A, escoger uno del B para ser perseguido. Los jugadores de ambos grupos que no han sido tocados tienen la oportunidad de cruzar el campo y pegarle en la mano a un contrario. El juego es continuado hasta la señal del profesor y el equipo con mayor número de participantes será vencedor.

### **JUEGOS DE TENTA:**

El profesor debe indicar los límites del campo donde se jugará. Areas pequeñas se usarán para niños menores o grupos pequeños. Un jugador será "el que la lleva" y los otros jugadores corren en el campo designado evitando ser tocados. Cuando un jugador es tocado por el que "la lleva", este jugador tocado será el que "la lleva".

En los juegos de tenta que se nombran abajo, los jugadores están a salvo (en pelo) cuando tocan algo que ha sido indicado por el profesor antes de empezar el juego. Por ejemplo, cuando se señala una marca de madera, los jugadores no pueden ser tocados al estar en contacto con la madera. Si no hay suficientes jugadores el profesor puede autorizar al que "la lleva" a contar hasta 10 y entonces todos deben correr a tocar algún otro objeto de madera. Es bueno seleccionar objetos escasos en el área del juego.

Objetos de madera	En grama o zacate
Objetos de piedra	En árboles
Objetos de color (Cualquier color)	

**CARRERAS DE RELEVO:**

Los equipos son arreglados con unos 10 jugadores cada uno, divididos proporcionalmente según las habilidades de los participantes y colocados en la línea de arranque. Una meta es marcada a cierta distancia, según la edad y el grado de los participantes. A una señal el primer jugador de cada equipo corre hacia la meta regresa a la línea de partida y toca al siguiente y colocándose al final de la línea. Los demás jugadores no deben cruzar la línea de partida hasta que no sean tocados por el que está corriendo. Todos los jugadores corren a su debido tiempo y el equipo que logre pasar todos los jugadores por la meta y regresar a la línea de partida primero, será el vencedor.

**VARIACIONES:**

Caminando hacia la meta y regresar corriendo a la línea de partida.

Caminando de espaldas hacia la meta y regresar corriendo a la línea de partida.

Saltando (en un pié o con ambos) hacia la meta y regresar corriendo a la línea de partida.

**Pase de Almohadillas:**

Puestos en dos líneas iguales (hombro con hombro) y los dos líneas haciéndose frente una a la otra; el primer alumno de cada línea coge una almohadilla y la pasa de una mano a la otra y luego al compañero y así sucesivamente hasta el último. Este corre a la cabeza y de la línea y otra vez se pasa la almohadilla, hasta que cada jugador haya corrido.

Para señalar el último jugador o corredor de cada bando, es conveniente atarle un pañuelo u otra cosa al brazo. Así se sabe cuando han corrido todos.

**Pase de Jabón:**

En la misma forma pero usando dos manos a la vez, los alumnos pasan un jabón mojado. Cuando el último niño corre y se pone a la cabeza de la línea sumerge el jabón en una cubeta de agua, antes de pasarlo al segundo niño. Esto se repite cada vez para mantener el jabón mojado. Al fin del juego todos se lavan el jabón de las manos.

**Pase en Pupitres:**

Habiendo un número igual de niños en cada hilera de pupitres, pasan algún objeto en dos manos por encima de la cabeza, de adelante hacia atrás. El último de

cada hilera se levanta cuando recibe el objeto y otro corre al frente del cuarto, donde entrega el objeto al primero y luego se queda al frente del cuarto, mientras los demás pasan el objeto otra vez y así siguen hasta que todos hayan corrido al frente del cuarto. Pueden también sentarse de lado y pasar el objeto con una mano.

### **Relevo de Escritura:**

En la misma forma se les da a todas las hileras una frase con un número de palabras igual al número de jugadores. El primero de cada hilera tendrá una tiza y a la señal corre a la pizarra y escribe la primera palabra de la frase y luego corre y le da la tiza al segundo, y así continúan hasta que cada uno haya escrito la palabra de la frase que se le había señalado. La hilera que gana recibe 10 puntos; la segunda ocho puntos; la tercera cinco, y si se les quita un punto por cada error a veces puede ganar el bando que salió segundo.

### **JUEGO DE IMITACION:**

#### **La Tortuga:**

Andar a gatas balanceando una tabla corta y ancha o una cubeta invertida.

#### **Boxeo:**

Cambio de traje, ponerse los guantes, hacer movimientos como si estuvieran boxeando, quitarse los guantes y ponerse ropa.

#### **El Leñador:**

El hombre toma el hacha y levanta los brazos y pega un hachazo al palo, hasta que caiga, y después lo va trozando. Luego lo raja y lo amontona; corta también con el machete imitando siempre todos los movimientos.

#### **El Pez Nadador:**

Tenderse en el suelo horizontalmente, con la cara hacia abajo; colocar las manos hacia adelante para hacer el movimiento de las aletas cuando principia a nadar, movimiento de los pies simulando la cola del pez dentro del agua. Imitar los giros y colazos que da y mover los brazos como aletas.

#### **Tiro Libre a la Canasta:**

Se imagina tener una pelota enfrente y que se va a hacer un tiro a la canasta. Tiene movimiento de tronco, de piernas, de brazos, y de cabeza. Se inclina para

recoger la pelota, después se pone en posición y se hace el movimiento de lanzarla.

### C. ACTIVIDADES DEL TERCER GRADO:

#### La Danza de las Sillas:

Se colocan las sillas en dos líneas, respaldo con respaldo. Una persona se encarga de la música. Los niños que han de ocupar las sillas bailan alrededor de ellas cuando empieza la música. Otra persona se encarga de recoger una silla cuando los otros están bailando. De pronto cesa la música y todos tratan de sentarse, y el que se queda sin sentarse, tiene que salir del juego. Gana el último.

#### Los Perritos:

1

Yo tenía diez perritos  
Yo tenía diez perritos  
Que brincaban,  
Que brincaban,  
De los diez que yo tenía  
De los diez que yo tenía  
Uno se murió en la nieve

2

No me quedan más que nueve  
No me quedan más que nueve  
De los nueve que tenía  
De los nueve que tenía  
Uno se comió un bischocho  
No me quedan más que ocho  
No me quedan más que ocho

3

De los coho que tenía  
De los ocho que tenía  
Uno se quemó de un cohete  
No me quedan más que siete  
No me quedan más que siete

4

De los siete que tenía  
De los siete que tenía  
Uno se llevó Moisés  
No me quedan más que seis  
No me quedan más que seis

5

De los seis que yo tenía  
De los seis que yo tenía  
Uno se murió dyun brinco  
No me quedan más que cinco  
No me quedan más que cinco

6

De los cinco que tenía  
De los cinco que tenía  
Uno se perió en el teatro  
No me quedan más que cuatro  
No me quedan más que cuatro

7

De los cuatro que tenía  
De los cuatro que tenía  
Uno se quebró los pies  
No me quedan más que tres  
No me quedan más que tres

8

De los tres que yo tenía  
De los tres que yo tenía  
Uno se murió de tos  
No me quedan más que dos  
No me quedan más que dos

9

De los dos que yo tenía  
De los dos que yo tenía  
Uno se robó don Bruno  
No me queda más que no  
No me queda más que uno

10

De uno que me quedaba  
De uno que me quedaba  
Lo quemó una helada  
No me queda más que nada  
No me queda más que nada

**Descripción del Juego:**

Se hace un círculo con 10 niños, cada uno llevando el nombre de un número; en el centro del círculo se dibuja un cero. Los niños cantan la primera estrofa. Yo tenía diez perritos (imitando perritos parados en dos patas) con las manos extendidas para dar a entender el número de los deditos. Cada vez que se canta una estrofa sale un niño y los que quedan quitan un dedito hasta el fin. Los que salen van a formar una línea cada uno en el lugar que le corresponde.

**Los Soldaditos:**

Se juega con los niños en una o dos líneas horizontales y con alguna música de marcha.

Ran rataplan ran ran tan plan  
 Ratamplan (golpeando un pie todos a la vez)  
 Aquí está el regimiento de los niños,  
 De los niños más chicos del país  
 Que sabemos muy bien  
 Marcar el paso, que sabemos saludar  
 el pabellón. (Marcar el paso y hacer el saludo)

Nuestros padres, tiempo antes que nosotros  
 Marcando el paso formaron batallón (marcan el paso)  
 Por eso es que nosotros  
 Aprendimos a respetar  
 Este querido pabellón (se hace el saludo en posición de firmes).

**Las Puertas de Alcalá:**

Dos niños harán de puertas, poniéndose frente a frente, con los dedos enlazados formando un arco con los brazos. Cada uno de ellos escoge en secreto un nombre como: oro y plata o rosa y clavel. Los demás niños hacen la "Víbora del amor", formados en fila y cogidos de la cintura.

Cantan así:

Puerta: A la víbolar, víbora del amor  
 Por aquí podeis pasar.

Víbora: Por aquí yo pasaré.  
 Y un niño dejaré.

Puerta: Y ese niño cuál será

El de adelante o el de atrás.

Víbora: El de adelante corre mucho.  
El de atrás se quedará.

Todos: Pásame si, pásame ya  
Por las puertas de Alcalá.

Mientras cantan se meten se mueven en círculo pasando bajo el arco. Cuando la víbora dice: "se quedará", los de la puerta bajan los brazos cogiendo al niño que en ese momento esté entre el arco, sin lucha.

Uno de la puerta le preguntará secretamente con quien quiere irse, si con oro o plata. Al contestar se pondrá detrás de quién corresponda y entonces todos juntos cantarán la última estrofa. Volverán a comenzar, hasta que hayan sido escogidos todos los componentes de la víbora. Los dos bandos formados lucharán, cogidos los guías de las manos y los demás en fila halando hasta vencer, con lo cual termina el juego.

## **JUEGOS DE CACERIA:**

### **Corrida de Toros:**

Un grupo de niños se forman en círculo; uno se coloca en el centro, enumerando a los demás; la numeración se hace por decenas y el niño al que le toque el número cien será el "toro".

El toro llevará en la cabeza o en las manos una vara imitando los cuernos del toro. A este niño que sirve de toro lo alejarán un poco lo atan con un lazo en la cintura saldrá corriendo y saltando imitando al animal; luego los compañeros lo persiguen, pero él no se deja lazar. Los niños llevarán a la cancha (barrera) mantos o pañuelos para torear. El toro los correrá; cuando éste se canse elegirán a otro para relevarlo y así sucesivamente.

### **Los Automóviles:**

Los corredores se colocan en hileras detrás de una línea. A una distancia de 20 metros bajo un poste, o un niño parado. El primero corre alrededor del poste y regresa a tocarle la mano al segundo niño que se habrá colocado ya junto a la línea de partida y así sucesivamente hasta correr todos.

### **Tenta de Pelota:**

Cada jugador escoge un lugar y permanece de pie en él. El jugador-director dá la

señal para que cambien de lugar. Cuando están corriendo el jugador que tiene la “bola” trata de pegar con ella a uno de los que corre, antes de llegar a un nuevo lugar. Si algún jugador es tocado cambiara de puesto con el que lleva la “bola”. Es preferible dividir a los niños en pequeños grupos para que haya más emoción en el juego.

### **Juego de Cambios:**

Los participantes son sentados en el aula. Uno es seleccionado para ser el cazador y se pone de pié al frente de la clase. El profesor dice el nombre de los alumnos, quienes deben tratar de cambiar de lugar inmediatamente antes de que el cazador pueda tocar a uno de los dos niños. Si alguno de los dos es tocado por el “cazador”, esté pasará a ser el cazador. Este juego puede hacerse también en círculo, estando los participantes de pie.

### **Juegos de Estatuas:**

Coloque a todos los jugadores en una línea partida. El líder se coloca de espaldas a los otros como a 20 pies enfrente de la línea final. Cuando el líder dice “vengan”, los jugadores avanzan; pero cuando el líder da la señal de “parar”, él se vuelve rápidamente dando la cara a los jugadores. Al momento de dar la señal y volverse todos los jugadores deben permanecer inmóviles como estatuas. Los que son sorprendidos aún moviéndose, deben regresar a la línea de partida y volver a empezar de nuevo. El juego se continúa hasta que la mitad de los participantes hayan cruzado la línea final. El jugador que logre cruzar primero la línea final, será el líder en el siguiente juego. El juego puede variarse haciendo que los jugadores avancen de diferentes maneras, como: saltando en un pie o en ambos pies.

### **Aviones:**

Los jugadores forman un círculo cogidos de las manos. Dos jugadores permanecen fuera del círculo. Cogidos también de las manos, corren alrededor del círculo. Este par de corredores tocan de pronto las manos de otra pareja de las que forman el círculo. Los que son tocados deben empezar a correr en dirección opuesta a los otros. Los dos rivales tratan de alcanzar el puesto o lugar que quedó vacío. El par que llega tarde, seguirá corriendo alrededor del círculo y seguirá el juego al tocar otro par. Los corredores fuera del círculo deben ir siempre hacia la derecha.

### **Blancos y Negros:**

Cada equipo consiste en 5 ó más jugadores. Los jugadores se colocan en dos líneas paralelas (A) como 15 pies de separación y 30 pies atrás están las líneas metas de los equipos. Un equipo es llamado “negros” y el otro “blancos”. El profesor o alumno escogido para dirigir el juego, lanza una tarjeta que tiene un lado negro y el otro blanco. Pueden usarse también otros colores. La tarjeta es lanzada en medio de las

dos líneas; si esta cae en la parte blanca hacia arriba, los “blancos” tratan de cazar a los negros antes de que lleguen a su línea meta. Cualquier alumno cazado pasará a formar parte del otro equipo. Si al caer la tarjeta aparece la parte negra, los negros serán los que persigan a los blancos, cuando estos huyen hacia su meta. El profesor lanza de nuevo la tarjeta y prosigue el juego. Al cabo de cierto tiempo, el equipo que tenga mayor número de jugadores, será el vencedor. Puede usarse cualquier objeto, pero que tenga dos colores diferentes.

### **Perico Ligero:**

Se ponen los niños en círculo cogidos de la mano. Se le dá a cada uno el nombre de un ave y no debe faltar un perico. Un niño se llamará El Rey y se pondrá fuera del círculo, con un pañuelo en la mano. El Rey llama al perico y este sale corriendo alrededor del círculo. El rey sigue pegándole con el pañuelo mientras repiten este diálogo:

Rey — “Perico Ligero”  
 Perico: “Qué manda mi Rey, Señor”  
 Rey — “¿A donde fuiste?”  
 Perico: “Al Campo”  
 Rey — “Qué Viste?”  
 Perico: “Un ave”  
 Rey — “¿Qué clase de ave?”  
 Perico: “Una Paloma”

(o golondrina, etc.) Al decir esto la paloma sale de la rueda, el rey toma su lugar, y el perico hace papel de rey, persiguiendo con el pañuelo a la paloma con las mismas preguntas hasta la última frase, cuando se menciona otra nave, esta sale de la rueda, y el que hace las preguntas se queda en lugar de la última.

### **El Venado:**

Este juego lo efectúan los niños en el patio del edificio de la escuela con un campo amplio para que puedan correr, y tiene la ventaja de que todos pueden tomar parte activa en él. Primero se nombra uno de los chicos, el más grande y más ágil y a este se le llama “venado”. Otro chico tomara el nombre para que sea el “tirador”. Los otros niños sirven de perros, y guiados por uno del grupo siguen al venado. Cuando pasa por donde está oculto el “tirador” este lanza el tiro y cae el venado. Luego se reúnen todos y se da por terminado el juego, pero se puede repetir varias veces.

### **El Tren:**

Se forma una fila de niños, siendo el primero el más grande y fuerte que hace de locomotora; de una cintura se coge el segundo de este tercero y así hasta el último que

hacen de vagones. En el mismo orden se forma otra fila de niños, en sentido opuesto y paralelos a la otra fila. De pronto uno de los niños que hace de locomotora dá el grito y principia a caminar, seguido por todos y cogidos de la cintura; grita el segundo y sale también pero uno camina hacia el lado derecho y el otro hacia el lado izquierdo, y al darle la vuelta al patio tienen un punto marcado donde se encuentran, y para cambiar líneas tienen que esperar una fila a la otra. El que primero se acerca al punto señalado, que es la estación, al aproximarse a esta, gritan las locomotoras, y luego que cambian de línea tienen que llegar al punto de partida, gritando otra vez antes de llegar. El tren que llega primero gana el juego.

### **El Ratón y el Gato:**

Se forman los niños en círculos cogidos de las manos, se selecciona entre ellos quién va a ser el gato y quién el ratón. El ratón queda en el círculo y el gato fuera de él. Pregunta el gato:

Gato: “¿Ratón, ratón, qué estás comiendo?”

Ratón: “Tortilla tiesa”

Gato: “¿No me das un pedacito?”

Ratón: “Cacho para vos”

Inmediatamente trata el gato de darle caza al ratón, entrando al círculo y el ratón se escapa de él. Cada vez que entra el gato en el círculo se queda encerrado buscando el lado más fácil para salir; en cambio el ratón tiene entrada libre y salida del círculo. Si el gato caza al ratón se selecciona otra pareja y aquellos pasan a formar parte de la rueda.

### **JUEGOS DE TENTA:**

Para variareste tipo de juego y que los alumnos no puedan ser tocados en el juego de tenta, el profesor les indicará con anterioridad qué deben hacer para estar en pelo ó a salvo. Estas variaciones pueden ser:

Saltando en un lugar (ambos pies)

Saltando en un lugar (en un pie)

Silbando

Cantando

Palmeando las manos

Cogiéndose la nariz con la mano y el dedo gordo con la otra.

Parados con un compañero

Parados de espaldas

Hincados con la cabeza en el suelo.

Otras variaciones de este tipo de juego son que el jugador no puede descansar ni estarse quieto, ni a salvo de ser tocado. Ellos deben estar haciendo constantemente algo que el profesor les haya indicado antes de empezar el juego.

Saltando en un pie (los jugadores saltan en un pie y el que la "lleva" debe saltar también cuando los toque).

Caminando (todos los jugadores corren hacia atrás).

Con la sombra (Cuando el que la "lleva" se para en la sombra del jugador, éste jugador será el que la lleva).

### **Cruzados de Brazo:**

Los jugadores son arreglados en un círculo por pares. Cada par se toma del brazo y el brazo de fuera es puesto en la cadera. Debe haber por lo menos una distancia de tres pies entre cada par. Dos jugadores son escogidos: —A— para ser el cazador y —B— para ser el cazado. El jugador B puede tomarse del brazo con cualquiera de los pares del círculo. Esto hace tres en un grupo. El jugador que tiene el brazo del otro par antes de ser tocado por A. Los jugadores pueden correr al rededor del círculo, a través, o en cualquier dirección. Un jugador tocado puede tocar inmediatamente a otro o al mismo, pero desde el momento de estar del brazo de otro está a salvo.

### **No más de Dos:**

Los jugadores son colocados por pares y en forma de círculo parados los pares uno frente al otro. Un jugador —A— es el que la "lleva" y toca a otro jugador que es —B—. El jugador B se coloca de pronto frente a un par, con lo cual habrán tres jugadores en vez de dos, el jugador de la parte de aquella rueda debe correr evitando que el jugador —A— lo toque y corre a colocarse frente a otro par. Los jugadores pueden correr en cualquier dirección, alrededor o a través del círculo, pero desde el momento de pararse frente a cualquier par, quedan a salvo, y no pueden ser tocados por —A—. Cuando A toca a B, este B pasa a ser el que la "lleva" y puede correr el peligro escapándose al tocar al otro que huye a colocarse frente a un par y así sigue el juego.

### **CARRERAS DE RELEVO:**

#### **Alrededor de los Pupitres:**

Con número igual en cada hilera a la señal del maestro, el ultimo en cada fila se levanta al lado derecho de su pupitre, corre hacia adelante y da la vuelta a toda la hilera, sentándose en su puesto del lado derecho. El maestro da un punto a la hilera

del victorioso y luego comienzan los penúltimos de cada fila etc.

### **Lanzamientos de Precisión con Almohadillas:**

Cada jugador en su turno y sin rapidez lanza cinco almohadillas hacia un círculo trazado en el suelo, a 5 metros de distancia. Cada almohadilla que caiga en el círculo cuenta un punto para el bando del jugador que la lanzó.

### **Relevos de Cruzada:**

El líder de cada bando tiene una pelota. A la señal corre hasta cruzar la línea a una distancia determinada por el maestro y allí da la vuelta y lanzan la pelota al segundo de su bando que está en el sitio de donde partió el líder. El segundo corre a donde está el líder y vuelve a lanzar la pelota al tercero, etc. hasta que todos hayan cruzado a la línea donde está el líder. Si alguien deja caer la pelota, o la lanza mal, tiene que recogerla y repetir su maniobra del sitio en donde hizo el error, a medida que se mejora la precisión de los jugadores las líneas que puede separarse más.

### **Los Borradores:**

en el pasillo junto a la pared izquierda se coloca en el suelo un borrador para cada alumno en la primera hilera. Los bandos consisten en líneas transversales. A la señal cogen el borrador y con la mano izquierda y lo cambian rápidamente a la derecha con la que colocan el borrador en el suelo del otro pasillo. El jugador de la derecha repite el movimiento etc. hasta que llegue el borrador al otro lado del cuarto.

### **Carrera de Relevos:**

Cada bando se coloca en hilera detrás de una línea. El primer corredor, a la señal del maestro, corre hasta la meta y regresa a tocar la mano al segundo que ya estará colocado detrás de la línea y así corre cada niño hasta que el último haya corrido hasta la meta y regresando. Gana el bando cuyo último corredor cruce primero la línea de partida al regresar de la meta.

### **Pasar Sobre la Cabeza:**

El objeto (bola, etc.) es pasado sobre las cabezas de los jugadores, siendo al mismo tiempo tocada por cada uno de ellos. El último jugador de la línea toma la bola y corre hacia la meta, retornando y colocándose al frente de la línea y pasando la bola otra vez hacia atrás del mismo modo que al iniciar el juego. Cuando el último jugador regresa a su puesto de la meta primero que los del otro equipo, su equipo habrá sido el vencedor.

**Pasar el Túnel:**

En este juego el objeto es pasado por las piernas. Los jugadores se paran con los pies abiertos formando un tunel y el objeto es pasado de uno a otro jugador en medio de las piernas. Cuando el último jugador de la línea recibe el objeto corre hacia la meta y regresa y pasa la bola a los jugadores de atrás, siempre por en medio de las piernas. Cuando el último jugador de cualquier equipo llega primero de la meta a su puesto, dará el triunfo a su equipo.

**En Pies y Manos:**

Otra variación es hacer las carreras, caminando con las manos y pies o de rodillas.

**Carrera de Papas:**

Primero se colocan los jugadores en dos hileras con el que sirve de "cabeza" detrás de la línea de partida. A cinco metros de esta línea se traza un círculo de medio metro de diámetro. En éste círculo habrá tres piedras o papas y más allá, en forma vertical y separados por un metro, se trazan tres círculos más del mismo tamaño que el primero. El primer corredor tiene que coger las piedras una a la vez y colocarlas una en cada círculo vacío y regresar a tocarle la mano al segundo. Este corre y recoge las piedras una a la vez y las coloca de nuevo en el primer círculo (ya vacío) y así alternan los jugadores "sembrando" y "recogiendo" las papas hasta que todos hayan corrido.

**JUEGOS DE IMITACION:****Basquetbol: (Baloncesto)**

Formar una línea:

- a. Salto del centro; saltar y alcanzar lo más alto posible con una mano.
- b. Defender: en postura bien equilibrada y brazos abiertos se mueven adelante y atrás, izquierda y derecha, sin acercar los pies o cruzarlos, deslizando por el suelo en saltos ligeros siempre con los pies abiertos.
- c. Lanzar y coger: ejercicio de brazos, adelante para lanzar, hacia atrás para coger, siempre dando un paso en la dirección en que mueven las manos.
- d. Lanzar un tiro al canasto.

**Beisbol:**

Puestos los niños en línea o en varias líneas hacen los siguientes movimientos:

- a. Lanzar- movimiento de un brazo (por abajo o por arriba) pisando adelante con la pierna opuesta.

- b. Coger- brazos adelante, manos abiertas con dedos sueltos. Retirar rápidamente las manos como cuando se coge la bola.
- c. Batear- parados de lado, piernas abiertas, manos juntas, codos libres del cuerpo. Un paso con el pie delantero hacia adelante al momento de batear. Batear con amplio bamboleo de brazos y cuerpo con el pie trasero bien fijo en el suelo.
- d. Cogida alta- saltar alto extendiendo un brazo para alcanzar la pelota.
- e. Cogida baja- imitación del “siore” (Shortstop), con las dos manos y los dedos hacia abajo.
- f. Batear y correr (en su lugar).

#### **Animales:**

- a. Conejos - pasos con la manos, salto con los pies.
- b. Patos - agachados, rodillas bien dobladas, manos en las rodillas o juntas atrás de la cintura en forma de cola, andar.
- c. Caballo al galope - correr con saltos, al mismo pie adelante con un pie.
- d. Pájaros - correr despacio a puntapie con ligeros giros de los brazos.
- e. Mariposas - correr rápido con lentos giros de los brazos.
- f. Gatos - a gatas y silenciosos.
- g. Osos - en las cuatro extremidades, rodillas derechas, manos cerca de los pies, andar.

#### **Futbol:**

Ocupar todos sus puestos, hacer un saque de bola, hacer varias combinaciones, hacer un “shoot”, hacer un “out”, marcar un “faul bol”, marcar un “penalty”, etc. Todo esto se hace en mímica bajo la dirección del maestro y al mismo tiempo que él.

#### **Pantomima de Adivinanzas:**

Se hace un círculo. Cada uno tendrá preparado, de antemano, lo que va a imitar. Fuera del círculo queda un niño y este tiene que adivinar lo que hacen los otros. Si el niño no adivina, tendrá que dar una prenda y se repita la pantomima con otro niño adivinando. Al final del juego se rescatan las prendas.

#### **PRUEBAS DE HABILIDAD:**

##### **Baile Ruso:**

Bailar con los brazos cruzados a la altura de los hombros y las rodillas bien dobladas, el tronco derecho. A cada salto se extiende hacia adelante una pierna, alternando. Practicar despacio hasta que lo hagan con facilidad.

**Andar de Gusano:**

Con el cuerpo rígido y boca abajo, apoyado en las manos y las puntas de los pies. Dar pasitos cortos con los pies hasta ponerlos junto a las manos, luego andar con las manos, dejando los pies fijos hasta quedar el cuerpo como al principio. Repetir.

**Andar de Pato:**

Andar despacio con las rodillas dobladas y las manos y los pies, andar o correr hacia adelante, atrás o al lado.

**Seguir al Líder:**

Los niños escogen un líder, que va mostrando al grupo las pruebas de habilidad que se le hayan indicado, como ejemplo correr, saltar, caminar en diferentes direcciones etc. los demás lo siguen tratando de imitar todos sus movimientos. Cuando el líder no recuerde más tretas es reemplazado por otro. Si el terreno es adecuado se pueden poner pruebas, como, el molinete sencillo adelante (vuelta de gato) molinete hacia atrás, molinete de lado.

**Futbol en Miniatura: (iniciación al futbol)**

Dos líneas son marcadas a treinta pies de separación. Los jugadores del equipo "A" son alineados en una de las líneas y los del equipo "B" en otra. Se les da un número a cada jugador, de modo que el número 1 del "A" sea opuesto al último número del "B". La pelota es colocada en el centro del campo. El dirigente dice un número, y los jugadores de los equipos con ese número corren al centro del campo y tratan de patear la pelota pasándola a través de la línea contraria. Las manos no deben usarse para parar la pelota, pero pueden usar los pies o el cuerpo para bloquear la bola, impidiendo que pase. Los jugadores de las líneas deben permanecer en las mismas, no debiendo lanzarse al campo. Para que la pelota pueda bloquearse, no deben pasar más alto de los hombros. Cuando se ha marcado un gol, los jugadores regresan luego a sus puestos respectivos, el que dirige el juego llama a otro para tratar de marcar el gol. Cuando se comete un fuera de lugar (foul) por violación a una regla, o sea ha pateado la pelota fuera de los límites, se concede un tiro libre desde medio campo al jugador contrario al que cometió la falta. Un gol logrado por un tiro libre vale un punto; el gol logrado en el juego por un jugador vale dos puntos. Si alguno de los jugadores que están en línea marca un gol no será válido. El número de los jugadores será llamado sin ningún orden determinado.

Posición de los jugadores.

1-2-3-4-5-6-7-8-  
8-7-6-5-4-3-2-1-

### **Juegos con Pelota:**

Todos los jugadores son colocados en forma de círculo con uno en el centro. Cada jugador tiene un número. El jugador con ese número debe tratar de coger la bola, mientras que los del círculo se dispersan. Cuando coge la bola dice "paren", y todos los jugadores deben pararse inmediatamente. El entonces tratará de tocar uno de estos jugadores con la bola, lanzándola o rodándola en dirección a éste. Este jugador puede agacharse o ladear el cuerpo, pero sin cambiar o mover los pies. Si un jugador es tocado, éste parará y pasará al centro del círculo, lanzará la bola al aire y llamará un número. Si no logra tocar a ningún jugador con la bola, debe ir a recogerla, lanzándola nuevamente al aire y llamando otro número.

### **JUEGOS ATLETICOS: (Iniciación)**

#### **Matar con la Bola: (Iniciación al basquetbol)**

Trazar un círculo en el suelo. Dividir los niños en dos bandos iguales. Un bando se coloca en la circunferencia del círculo, tocándolo con la punta de los pies. El otro bando está dentro del círculo en cualquier forma. Los del círculo tratan de pegar con la bola (de Fútbol o de goma) a los del centro. Si alguno del centro es tocado por la bola (no en la cabeza), antes que ésta toque el suelo, tiene que salir y juntarse con los del bando de afuera. Los de adentro pueden escaparse de la bola, de cualquier manera mientras no salgan del círculo. Cuando el último de los participantes es tocado por la bola, los bandos cambian. Luego cambian de bando y de lugar los dos bandos y se empieza de nuevo el juego. El bando que elimina a los del centro en menos tiempo gana el juego. Los del centro no cogen la pelota, solamente se escapan de ella. Los de afuera solamente pueden cambiar de sitio para recoger la bola que se ha salido del círculo, pero el que va por ella tiene que lanzarla a uno de sus compañeros y no traerla consigo. Cuando la bola toca a dos jugadores con la misma lanzada, solamente el primero sale del centro.

#### **Juego de Pelota en Campo Limitado:**

Dos líneas son marcadas, de 50 a 60 pies de largo y como a 60 pies de distancia la una de la otra (paralelas). En la mitad del espacio entre estas dos líneas se trazará otra. Dos equipos con un número igual de participantes son colocados en las líneas finales del campo. Esta línea final es también la meta. Una pelota o más de una son colocadas en el centro del campo. A una señal los jugadores se lanzan con ímpetu a tomar la pelota y tratan de pasarla rodando o dando rebotes a través de la línea de meta de los oponentes. Todos los jugadores del otro equipo tratan de impedir que el balón pase, lanzándola ellos, hacia la otra meta. Una bola alta que cruce la meta no es válida. Antes del primer lanzamiento de la pelota, esta será lanzada hacia atrás y luego hacia adelante con fuerza. Los jugadores pueden moverse en su campo, pero nunca

cruzar la línea media pasando al campo contrario. El equipo que logre pasar el mayor número de veces la pelota por la meta contraria será el vencedor.

### **Juego de Patear: (iniciación al fútbol y beisbol)**

Número de jugadores: de cinco a doce en cada equipo.

Objetos necesarios: una pelota de fútbol o volibol, cuatro bases de 12 por 12 pulgadas; campo abierto adaptado a un cuadro de beisbol con sus áreas. Las bases se colocan separadas a 10 metros de distancia, el lanzador estará a 5 ó 7 metros de distancia de la base de salida (home).

Reglamento: Siete entradas constituyen el juego o puede por acuerdo de los que dirigen el juego, ser de 5 ó 9. Si hay empate, el juego continúa hasta que un bando se adelante. El lanzador sirve la pelota rodándola por el suelo y el "bateador" le dá con el pié. Los reglamentos generales del beisbol se aplican al juego, con la modificación de que un jugador estará fuera de juego, siempre que lo toquen con la pelota o sí el jugador toca la base con cualquier parte del cuerpo o sí el jugador que defiende en base recibí la pelota antes de que el jugador bateador llegue a base.

## **D. ACTIVIDADES PARA CUARTO QUINTO Y SEXTO GRADOS:**

### **CARRERAS DE RELEVOS:**

#### **Carreras de Cangrejos:**

Los jugadores estarán colocados con piés y manos en el suelo con la cara hacia arriba, se marca una meta y los participantes a la señal correrán hacia la misma regresan inmediatamente a tocar al próximo participante.

#### **Pasando la Pelota:**

Los jugadores pasan una pelota o cualquier objeto, uno al otro sobre la cabeza cuando llega al último jugador, todos se vuelven y el objeto regresa por entre las piernas hasta llegar al primer jugador. Este primer jugador se vuelve y los demás también, de modo que se toquen hombro con hombro y principian a pasar el balón hasta llegar al último jugador. Al recibirla, éste da una media vuelta con todos y regresa la pelota al primer jugador. Este corre hacia la meta y regresa dando la pelota al jugador No. 2 y así sucesivamente. El equipo que logre que el último jugador regresa a la meta antes, ganará el juego.

#### **Carrera de Sapos:**

Separa a los concursantes de 6 a 8 pies de distancia, con las manos en las rodillas

y la cabeza baja. El primer jugador corre a la línea de atrás pasando en medio de todos los otros; regresa a su puesto y toca al jugador No. 2 quien hace lo mismo. Todo jugador debe pasar en medio de los otros.

### **Tenta Cortada:**

El jugador que "lleva" la tenta corre a un jugador; si otro jugador se atravieza entre ambos, el que "la lleva" debe seguir corriendo al que se atravezó.

### **Trencillo:**

Los jugadores son arreglados en grupos de 5 a 15 en forma de rayos de rueda. Un jugador será el que la "lleva". Este corre alrededor del círculo y toca a uno de los jugadores en la punta. Este corre a su vez a colocarse enfrente del primer jugador de alguna línea el último de esta línea corre a colocarse enfrente del primer jugador de otra línea, y así sucesivamente, hasta que se de una señal (convenida de antemano). Al oír esta señal el último jugador que estaba corriendo debe tratar de ir a su puesto en la parte de afuera del círculo, corriendo hacia la derecha, y como hay un jugador extra debe hacer lo mismo. El último que llega a la posición será el que "la lleva" en el próximo juego.

El número de jugadores en cada rayo de rueda debe ser determinado por el número total de jugadores. Si hay un buen número de jugadores aumentese el número de rayos, y si no hay, disminúyase.

### **Arriba y abajo:**

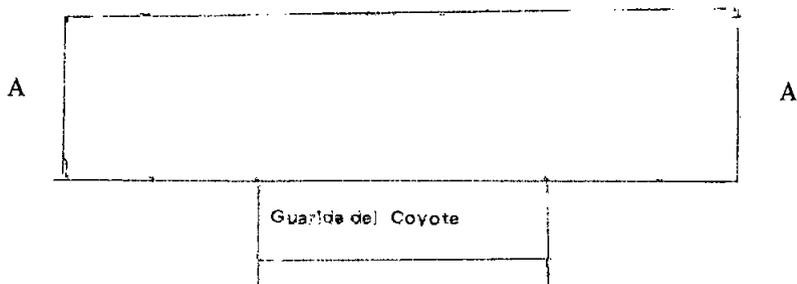
El jugador No. 1 pasa un objeto al No. 2 por encima de su cabeza. Este No. 2 lo pasa al No. 3 por entre las piernas. Así se continúa pasando el objeto, por encima de la cabeza por entre las piernas, alternando, hasta que el último jugador lo recibe; entonces este corre a la meta, regresa y se coloca a la cabeza de los jugadores, pasando el objeto a los otros como antes. El equipo que termine primero será el vencedor.

## **JUEGOS DE CACERIA:**

### **El Coyote y el Ganado:**

Dos metas de 50 pies o más de distancia son marcados por la línea en cada extremo del campo. Una guarida es marcada afuerza y a la misma distancia de las metas finales (A), mientras que un jugador el "coyote" está en la guarida. El ganado corre a través del campo cambiando de meta mientras el coyote sale de su guarida. El ganado corre a través del campo cambiando de meta mientras el coyote sale tocando a los que pueda. El ganado o sea los jugadores que son tocados van a la guarida del

coyote. Estos nuevos coyotes se toman de la mano con el primer coyote que siempre está en el extremo de la línea. El primero de los jugadores "ganado" que ha sido tocado está en la otra punta de la línea. Estos coyotes de los extremos son los únicos que pueden tocar al ganado cuando éste corre por el campo cambiando de metas. Si el ganado logra romper la línea de coyotes el ganado hará huir a los coyotes de su guarida. El último de los jugadores "ganado" que sea tocado, hará de coyote en el siguiente juego.



#### **Lucha de Cuerda:**

Una línea es marcada en el campo. Los equipos se forman a cada lado de la línea. El objeto de este juego es hablar a los del equipo contrario para hacerles pasar la línea. A la señal de empezar, ambos equipos halan la cuerda, tratando de que los contrarios crucen la línea. Cuando los dos pies del primer jugador traspasan la línea, este es capturado y pasa a formar el equipo que en un tiempo de 2 ó 3 minutos logro hacer pasar más contrincantes, será el equipo vencedor.

#### **El Perro Negro:**

Dos líneas paralelas trazadas como a 30 pies de distancia. Los jugadores se colocan en la línea meta al final de campo. El jugador que dirige el juego se para en el centro y dice "perro"... dice luego; "Perro negro", "perro negro, deja (nombre del jugador) venir acá". El jugador o jugadores nombrados deben cruzar el campo a la meta del otro lado del campo. Si alguno es tocado, por el director del juego, debe ayudar a este a capturar a otros. El director del juego puede llamar a uno, dos o todos los jugadores. El último tocado será el director en el próximo juego.

#### **Lucha con la Pelota:**

Todos los jugadores excepto uno forman un círculo, con los pies separados, de modo que los pies de uno toque al del otro por un lado. Un jugador en el centro tiene una bola de futbol o basquetbol y trata de pasarla en medio de las piernas de los otros jugadores, quienes tratarán de impedirlo con las manos. El jugador que deje pasar la bola, tomara el balón y pasará al centro del círculo. Si la pelota pasa también por el lado del hombro derecho y abajo de este, el jugador pasará al centro del círculo, cambiando puesto con este último.

Un jugador si coge la bola, puede intentar pasarla entre las piernas de los jugadores situados a su lado; si lo logra, cambiará de puesto con el jugador del centro. Más de un jugador en el centro es permitido, como también el uso de más de una pelota.

## **JUEGOS ATLETICOS: (iniciación)**

### **Futbol en Círculo: (iniciación al futbol)**

Los jugadores se toman las manos y forman un círculo. Una pelota de futhol es pateada de un lado al otro del círculo. Los jugadores tratan de impedir que la pelota pase al lado de afuera; con cualquier parte del cuerpo y de cualquier modo, pero sin soltar las manos del compañero. Si la bola pasa en medio de los dos jugadores estos serán eliminados. Cuando el círculo esté formado solo por seis jugadores, el juego debe iniciarse de nuevo con todos los jugadores. Un jugador que patee la bola sobre la cabeza de otros jugadores, será también eliminado.

**Variaciones:** Este juego puede hacerse también con una línea imaginaria o trazada, dividiendo a los jugadores del círculo en dos equipos "A" y "B". Cada jugador trata de patear la bola a través de los jugadores de la otra mitad del círculo. Si logra pasarla gana un punto para el equipo. 15 minutos son necesarios para el juego y 15 puntos para poder ganar el juego. Si la bola es pateada sobre las cabezas de los jugadores se reduce un punto. En este juego los jugadores no son eliminados.

### **Evadiendo la Bola: (iniciación al futbol)**

Se marca un círculo de 30 pies de diámetro, más o menos según el número de los jugadores, y para jugar, se coloca un equipo fuera del círculo y el otro dentro del círculo. Los de afuera tienen la bola de futbol y juegan con la cabeza o con los pies, pateándola y tratando de tocar a alguno de los jugadores de adentro del círculo. Ningún jugador de los de adentro sale del círculo, y si alguno sale queda eliminado. Al cabo de cierto tiempo de jugar se cambian los puestos, pasando los de afuera adentro y viceversa. El equipo que elimina el mayor número de jugadores dentro del círculo en cierto tiempo es el vencedor.

Los jugadores de fuera deben permanecer en sus puestos mientras los de adentro pueden moverse evitando que la pelota los toque. Si la pelota queda en el círculo el jugador más cercano de los de afuera entrará a sacarla.

**Variación:** Este juego puede hacerse también sin eliminar a los "tocados", sino contando cada "tocado" como un punto a favor del equipo contrario.

**Base Larga: (iniciación al beisbol)**

Es necesario un terreno adecuado al juego, un bate, pelota de beisbol o softbol una base de partida (home). El sitio del lanzador estará de 9 a 13 metros de la base de partida, a 20 metros de esta base se traza un círculo de 1 metro de diámetro (se puede usar un poste), que servirá de base que es la única. Esta base debe estar a la derecha o izquierda del lanzador para evitar choques. Las líneas a las bases primera y tercera servirán solamente para señalar la tierra "buena" o a salvo.

Jugadores: dos bandos iguales de tres o más jugadores, un lanzador, un receptor y jardineros. Uno de los jardineros permanece cerca de la base. El bateador tiene que correr con cualquier ensayo en que le toca batear, sea bola buena o nó. Es decir que media vez toque la pelota con el bate debe correr hacia la base.

**Pelota de Puño: (iniciación al beisbol)**

En una cancha rectangular de aproximadamente 12 x 20 metros o más se traza una zona de 2 metros, de ancho a un extremo. A una distancia de 15 metros hacia el otro extremo se coloca un ladrillo u otro objeto que servirá de base. Cada equipo estará formado por 9 ó 15 jugadores colocados como en la fábrica donde:

X representa al equipo bateador cuyos compañeros esperan su turno fuera de la cancha.

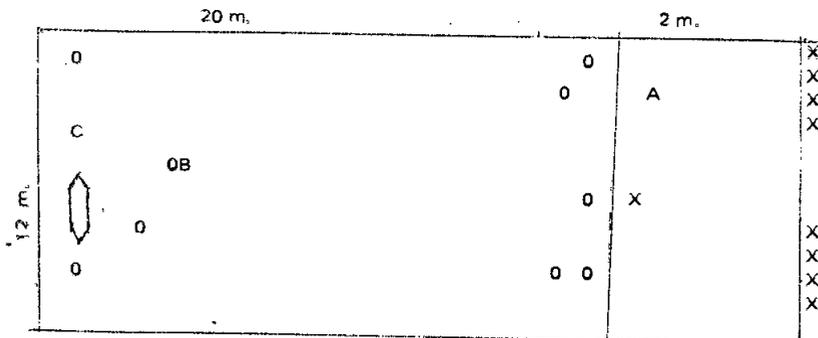
B es el campo de defensa o sea la tierra "buena" o a salvo.

C es la base alrededor de la cual el bateador ha de correr después de batear.

Objetos: Pelota de volibol u otra suave que rebote bien.

El juego: El bateador tira la pelota al aire o la rebota en el suelo y le dá un golpe, con el puño, hacia el área, B entonces corre éste jugador hasta doblar la base C, y regresa hacia la zona A. Siempre escapándose de que le peguen con la pelota.

Esquema:



Los defensores tratan de coger la pelota bateada y pegarle con ésta al corredor antes de que regrese al área A. Pero si el jugador es tocado, constituye un "aut" o fuera de juego y con tres jugadores "aut", se retira a los bateadores que pasan a defender y estos a batear. Un turno de batear por ambos equipos constituye una entrada. El juego puede ser de tres o más entradas completas. Se anota un punto cada vez que un bateador hace una carrera completa, o sea llegar a la base de partida. Las reglas son las mismas del beisbol o softbol.

### **Pelota de Escape Progresivo: (iniciación al basquetbol)**

Se puede jugar en una cancha de basquetbol, o de volibol. Se divide la cancha en tres zonas, cada una de seis metros de ancho. Los jugadores se reparten en tres equipos, uno estará en cada zona de la cancha. Se nombran los equipos como A, B, C. Cada equipo consta de 8 o 16 jugadores. Si juegan niñas y varones es preferible una pelota de volibol por ser mas suave.

El juego consta de tres tiempos de cinco minutos cada uno. Se anotan puntos pegándoles a los contrarios con la pelota, no se anota punto si la pelota rebota antes de pegarle a un jugador. Tampoco se anota punto si el juez grita el nombre del equipo cuyo jugador recibe el golpe y anota un punto contra su equipo. También cuando algún jugador se sale, aún con un pié de los límites de su zona, en estos casos se añade un punto a la cifra de su equipo. El equipo que tiene el menor total de puntos al terminar los tres tiempos gana.

Tan pronto como toca la pelota el suelo o a un jugador, los jugadores en esa zona deberían tratar de coger la pelota antes de que salga a otra zona y arrojarla a los contrarios. Se permite correr con la pelota para acercarse al jugador contrario pero hasta los límites de su zona. Los jugadores que no tienen la pelota pueden huir hasta la parte más lejana de su zona, escaparse a su gusto para evitar que se les pegue con la pelota. Cuando termina el primer tiempo, el equipo de enmedio cambia de lugar con uno de los extremos y al terminar el segundo tiempo, el equipo que está en el centro con el otro que aún no ha pasado a ese lugar. De tal manera que cada equipo debe permanecer un tiempo en la zona del centro. Cuando se hacen los cambios es necesario que el que dirige recuerde la identificación de los equipos para no hacer errores en la cifra de puntos. Si sale una pelota de la cancha el jugador más cercano sale por ella y tendrá que regresar a su zona antes de lanzarla de nuevo.

### **Polo de Mano:**

Material: Pelota de futbol, volibol o basquetbol. Cancha de basquetbol o volibol. Nueve jugadores por equipo. Tres guardametas, un centro cinco delanteros.

Posición de los jugadores: Al principio del juego cada equipo está en su propia mitad de la cancha, los tres guardametas adelante de su meta a intervalos iguales los

delanteros situados entre su meta y el centro de la cancha. El centro se coloca con un pie a cada lado de la línea del centro y frente al otro centro con la pelota entre ellos. Los jugadores después de cada gol, deben rotarse.

**Servicio:** El árbitro coloca la pelota en la línea del centro y cada jugador del centro pone una mano sobre la misma. Al pitazo del árbitro, cada centro trata de empujar o batear la pelota a sus compañeros los cuales tratan de llevarse el balón para atravesar la meta de los contrarios. El guardameta puede usar una o las dos manos para alejar la pelota de la línea de meta. A los guardametas se les permite coger el balón para lanzarlo de su zona de defensa.

Si sale el balón de los laterales de la cancha, un jugador del bando opuesto lo saca, tirándola a la cancha contraria rodándola por el suelo entre los dos equipos, quienes se forman en línea la una frente a la otra a distancia de dos metros.

**Pena por patear la pelota:** Batazo libre en el suelo por los contrarios desde el punto donde se cometió la falta. Los ofensores guardan una distancia de tres metros.

**Puntaje:** Un punto por cada gol. Se señala el tiempo para la duración del juego siguiendo la edad de los jugadores participantes.

### **Futbol de Bateo Alternativo: (iniciación al futbol)**

Se usa una pelota de futbol. El número de jugadores queda a discreción de quién dirige el juego. Los jugadores estarán divididos en dos grupos. Una cancha de forma rectangular, a cada extremo de la cancha hay una zona de dos metros de ancho cada equipo se forma en línea en cada una de estas zonas.

La pelota se coloca en el centro de la cancha y a la señal, cuatro jugadores corren al centro y tratan de patear la pelota, de tal manera que pase por entre los del equipo contrario. Estos jugadores que salen serán dos por cada equipo. Los jugadores que están en los extremos de la cancha tratan de detener la pelota con cualquier parte del cuerpo menos con las manos y la devuelven pateándola para el área central para que los jugadores que están en esta zona puedan llevarse la al lado contrario.

Se anotan dos puntos cada vez que la pelota pasa enteramente por la zona final de los contrarios a una altura no mayor que la de las cabezas de los defensores. Un punto se anota para cada falta. Las faltas consisten en empujar, tropezar, detener o tocar la pelota con las manos. Cada tiempo será de 10 minutos. Los jugadores del área central regresan a sus zonas finales cada vez que se anota un gol y se colocan en el centro de sus respectivas líneas. Los dos extremos, cuando se reanuda el juego corren al centro como se hizo al principio del juego. Así alternan en el ataque. Cuando sale la pelota de la cancha a los lados o sí pasa por encima de las cabezas de los defensores, el balón es puesto en juego por uno de los jugadores del equipo que no hizo salir la pelota. Se

pone en juego pateándolo desde el punto por donde salió.

De todos los juegos que se han mencionado en esta recopilación es posible hacer una serie de variaciones de acuerdo a la iniciativa de la persona que dirige la actividad.

## **PRUEBAS DE HABILIDAD:**

### **Lucha de Manos:**

Los jugadores contrincantes en parejas se paran con el pié derecho delante cogiéndose la mano derecha. A una señal tratan de mover al contrincante o de hacerle perder el equilibrio. Pueden halar o empujar al contrario. El ganador es el que logra mover al otro sea uno o ambos piés de su posición inicial.

### **Lucha de Piernas:**

Los participantes se acuestan en el suelo en dirección opuesta, uno al lado del otro. La pierna derecha levantadas. Se suben y bajan dos veces y a la tercera se enlazan las piernas y cada uno trata de dar con la pierna contraria en el suelo tratando de darle vuelta al contrincante.

### **Lucha con Palo:**

Los participantes se sientan en el suelo, colocando las plantas del pie una contra la otra. Cogen fuertemente un palo con ambas manos, colocandolo en medio de ambos y halan tratando de poner en pie al otro contrincante. Este juego puede efectuarse también sin necesidad del palo, con solo tomarse de las manos y halar.

### **Pelea de Gallos:**

Un círculo de cuatro pies de diametro se marca en el suelo. Los participantes se paran en un pie, deteniéndose las manos por atrás a la altura de la cintura cada uno de los participantes trata de sacar al otro fuera del círculo sin tocarse las manos, unicamente empujándose con golpes que se dan en los hombros.



## VIII. TRABAJO DE CAMPO

A continuación me permito presentar un resumen de las encuestas preparadas para las comunidades que me tocó investigar, todas del departamento de Quezaltenango. Dicho resumen nos da una idea del panorama en cuanto a recreación se refiere y nos llama a reflexión sobre el mucho trabajo que se puede realizar en este sentido.

Se puede notar que en dichas comunidades se carece de una filosofía recreativa o bien falta de creencias en cuanto al valor del juego. Puede decirse que es una vieja y persistente actitud entre los habitantes de todas las comunidades, que aún cuando existen ratos de ocio no siempre son aprovechados para una recreación positiva sino malgastados en una ociosidad negativa.

Las encuestas fueron contestadas por profesores de las distintas escuelas de las diferentes comunidades visitadas, por considerar que estos sectores están íntimamente ligados a todos los procesos de desarrollo de la población y por la facilidad que se me presentaba de poder dirigirse a estas personas.

Las comunidades encuestadas fueron del siguiente tipo:

Aídeas	28	45o/o
Fincas	18	29o/o
Municipios	16	26o/o
Total	62	100o/o

Se acompaña al presente trabajo como un suplemento, los refranes, los cuentos, leyendas, adivinanzas y chistes que son más populares en cada una de las comunidades que contestaron este aspecto.

## ASPECTO 1

Aspecto 1.1		Aspecto 1.2		Aspecto 1.3		Aspecto 1.4	
Mes de colaboración de la fiesta comunal	Organizadores de los actos	En Honor A	Actividades recreativas				
Enero	12	Comités de Comunidad	36	Virgen de Candelaria		Bailes	34
Febrero	2	Dueños o administradores de			11	Deportes	33
Marzo	10	Fincas	6	Virgen del Carmen	1	Corridos de Cintas	20
Abril	---	Personal docente	5	Virgen de la Soledad		Actos religiosos	12
Mayo	4	Cofradías	8		1	Velas Artísticas	5
Junio	6	Alcaldías	4	Primer Viernes	1	Destilés	3
Julio	1	Acción Católica	1	Sábado de Gloria	1	Juegos Mecánicos	2
Agosto	---	No contestaron	5	Día de los Santos	1	Moros	2
Septiembre	1					Chirimías	2
Octubre	3					Loterías	1
Noviembre	8					Gimnasias	1
Diciembre	8						
No contestó	8						
<b>Totales</b>	<b>62</b>		<b>62</b>		<b>16</b>		<b>116</b>

**INTERPRETACION:**

- 1.1 En el mes de enero se llevan a cabo mayor número de fiestas patronales, siguen en su orden los meses de marzo, noviembre y diciembre, con igual número de celebraciones comunales.
- 1.2 Las personas que se encargan de la realización de las actividades festivas son en su mayoría comités específicos nombrados por las comunidades respectivas.
- 1.3 El motivo de realización de la fiesta de cada comunidad es en su gran mayoría de carácter religioso, es decir dedicadas a conmemorar algún santo de la iglesia católica. Las festividades en honor a la virgen de Candelaria predominan. Aunque el día de la Virgen de Candelaria, es el 2 de febrero, las actividades se inician a fines del mes de enero. Por ello pareciera que fuera en este mes cuando más consumidas celebran sus festividades.
- 1.4 Las actividades de bailes comunales y las actividades deportivas dominan este aspecto. Por lo regular se culmina con un baile de tipo popular las actividades festivas de la comunidad.

Aspecto 2

CUADRO No. 2

Aspecto 2.1

Aspecto 2.2

Aspecto 2.3

Aspecto 2.4

Aspecto 2.5

Instituciones que colaboran	Preparativos para la fiesta	Instituciones que fomentan actividades recreativas	Actividades que fomentan estas instituciones	Personas que se dedican a fomentar actividades recreativas					
Ninguna	31	Si hay	30	25	Si hay	31			
Municipalidad	10	Adornos	11	No hay	25	Actos culturales	12	No hay	14
Patrono de la		Alimentos	9	No contestó	7	Paseos al campo	3	No contestó	17
Patrono de la									
Finca	8	Actos religiosos	9	Actos cívicos			1		
Personal Docente	2	Juegos Deportivos	7	Cine			1		
Misión Católica	1	Agenciarse Dinero	4	Television			1		
Policía Nacional	1	Pinar Casas	4						
Tabacalera Nacional	1	Balles Enmascarados	2						
		Contratar marimba	2						
		Cotriades	2						
Totales	54		66		62		43		62

**INTERPRETACION:**

- 2.1 Puede notarse que en su mayoría no hay Instituciones específicas, que tengan por finalidad el fomentar actividades recreativas en las distintas comunidades encuestadas. En muchas de tales comunidades es la Municipalidad la encargada directamente de este fomento. En las fincas son los patronos o administradores de las mismas los que inician estas actividades. En otras los Maestros. Dos comunidades indicaron que la Policía Nacional y una última que es una fábrica que envía unidades a darles cine.
- 2.2 En este aspecto puede notarse que existe gran preocupación por agenciarse de las prendas de vestir que han de estrenar. También por abastecerse de alimentos suficientes previendo que siempre llegan visitas a quienes deben atender. Se preocupan también de preparar los adornos de las casas y de los salones que serán objeto de actividad.
- 2.3 En treinta comunidades contestaron que sí existen instituciones que se dediquen a fomentar actividades recreativas esto es en las fiestas patronales.
- 2.4 Los deportes son las actividades que más fomentan estas instituciones. Es de notar que en algunas comunidades las familias toman como recreación el ir al campo donde se reúnen con otras familias a almorzar o conversar.
- 2.5 En este aspecto respondieron treinta y una comunidades que sí cuentan con personas que se prestan al fomento de actividades recreativas.

Aspecto 3

CUADRO No. 3

Aspecto 3.1

Aspecto 3.2

Aspecto 3.4

Aspecto 3.5

Actos de reunión en grupos	Actividades de la mujer en su tiempo libre	Actividades del hombre en su tiempo libre	Actividades del niño en su tiempo libre				
Fiesta Popular	28	Coser y tejer	14	Deportes	25	Juegos libres	24
Deportes	22	Oficios de la casa	17	Trabajos de casa	6	Juegos recreativos	7
Actos Religiosos	12	Visitar otras personas	6	Lecturas	3	Deportes	10
Veladas	8	No tiene tiempo libre	10	Horas de	2	Ayudar a sus padres	10
Para ver películas	3	Ninguna actividad	4	Visitar otras personas	2	Estudiar	2
Corridas	3	No contestó	3	Correr leña	2	Pastorear	5
Loterías	2	Asistir actos religiosos	1	Asistir leña	5	No contestó	8
Sesiones	2	Excursiones	1	Pesca y caza	1	Doctrina religiosa	1
Fiestas organizadas por dueños de fincas	3	Deportes	1	Pasear	3		
Celebración del día del padre	1			Tocar marimba	1		
Día de la madre	1			Descansar	4		
				No tiene tiempo libre	10		
				No contestó	6		
Totales	85		57		68		67

**INTERPRETACION:**

- 3.1 Los bailes constituyen una buena oportunidad para reuniones de grupos en las distintas comunidades en igual forma los deportes, así como los actos de carácter religioso.
- 3.2 Las mujeres aprovechan su tiempo libre para coser tejer, aprovechan también para limpieza y arreglo de la casa. Sin embargo puede observarse, que la práctica de actividades deportivas; en comparación a los hombres casi no existe.
- 3.3 A la práctica de actividades deportivas dedican los hombres sus ratos de ocio, La mujer a cambiar de actividad de trabajo no deportivo.
- 3.4 En este aspecto como es natural el niño tiende a buscar su propia satisfacción a través de la actividad lúdica y el deporte. Sin embargo muchos niños en sus ratos de ocio, se dedican a ayudar a sus padres en los quehaceres de la casa o del campo, en lo cual, el niño encontrará satisfacción.

Lugar	Fecha de la fiesta patronal	Actividades recreativas	Organizador de los actos
1. Finca de la Candelaria	Vigen de Candelaria	Deportes, corridas de cintas, bailes	La Finca
2. Aldea del Carmen	Del 14 al 16 de Julio Vigen del Carmen	Veladas, corridas, Actos religiosos	Personal docente cofrades de la Virgen del Carmen
3. San Francisco Pie de la cuesta	Del 22 al 26 de Junio	Veladas, Deportes, Desfiles, Gimnasia	Diferentes comisiones
5. Finca El Paraiso Chuvá	Del 31 al 1o. de Enero	Procesion el 31 y el 1o. una misa	El patrono y al Administrador de la Finca
6. Finca Soledad San Martín, Sac. Quezaltenango	Del 22 al 26 de Junio	Juegos mecánicos	El Comité de la Feria del Municipio
7. Aldea Justo Rufino Barrios, Ointepaque Quezaltenango	Del 15 al 16 de Enero	Corridas, marimba y la chirimía	Los cofrades nombrados por el pueblo
8. San Francisco Churuj	Del 28 de Enero al 3 de Febrero, Candelaria	Veladas, bailes desfiles	Un Comité de la Feria
9. San Juan Ostuncalco	Del 28 de Enero al 3 de Febrero, Candelaria	Corridas, Torreadas, bailes de la conquistista	Alcalde Auxiliar, comité pro-mejoramiento
10. Aldea San Rafael Pacayá	15 de Enero	Corridas, bailes juegos	Acción Católica, maestros.
11. Aldea El Cerro Cabracán	13 al 15 de Enero	Corridas, bailes juegos	Comité de Pastores
12. Aldea ia Unión Sibilla	1o. al 2 de Noviembre	Carreras de Caballos	La comunidad
13. Fca. La Florida Colombia	19 de Marzo	Encuentros futbolísticos	Personal docente y un comité
14. Aldea Calal San Carlos Sija	1er. Viernes de Cuaresma	Encuentros deportivos	Los cofrades
15. Aldea Agua Caliente	24 y 25 de Junio	Corrida de cintas y saion de baile	
16. Reposo Sector "C"			

Lugar	Fecha de la fiesta patronal	Actividades recreativas	Organizador de los actos
17. Fca. Geróna	Un día entre semana del mes de octubre	Juegos deportivos	Los mismos vecinos
18. Vixben Mpio. de Huitán	20 al 25 de diciembre	Juegos Deportivos	Comité y los vecinos
19. San José Buena Vista	29 al 31 de marzo	Bailes Sociales	La comunidad
20. Mogocillos, Mpio. de Sija	-----	-----	-----
21. Recuerdo a Barrios, Mpio. de San Carlos Sija	Varias Fiestas	Corridos, cintas, bailes sociales	Clubs, Comités
22. El Reposo No. 2 Sector "A"	19 de Marzo	Bailes y Misas	Los vecinos
23. Aldea el Rosario Municipio de Génova	7 de Enero	Bailes y corridas de cintas	Cofradía del lugar
24. Flores Costa Cuca	30 de Enero al 3 de Feb.	Religiosas Deportivas y sociales	Comité, municipalidad y magisterio
25. Aldea Las Cruces, Mpio. de San Carlos Sija	4 al 10 de Diciembre	Bailes corridas y juegos deportivos	Comité y cofradía
26. Aldea Huitán	24 de Diciembre	Corridas, bailes	Comité y alcaldía
27. Cajolá Chiquito	23 al 25 de Diciembre	Religiosas y deportivas	Comité de Festejos
28. Génova, Quetzaltenango	5 al 9 de Diciembre	Juegos, corridas, bailes populares	Comité de Festejos y comisiones especiales
29. Cajolá	10. al 5 de mayo	Bailes y juegos	Comité y comunidad
30. La Paz, Aldea de Génova	16 al 19 de Marzo	Bailes y juegos	Un comité
31. Fca. San Martín Chiquito	11 al 12 de Noviembre	Juegos deportivos	La finca
32. Fca. San Francisco Miramar	31 de Marzo al 2 de Abril	Fut, basquet, corridas	Un comité la Fca.
33. La Fortuna, Colombia C.C.	-----	-----	-----
34. Fca. La Violeta Chuvá, Colombia	24 y 25 de Diciembre	Baile regional "Toritos"	Los trabajadores
35. Aldea Chiquiva	24 al 26 de Enero	Juegos deportivos, bailes sociales	Un comité Pro-festejos
36. Aldea Morazán	5 al 7 de Enero	Bailes, juegos loterías	Un comité nombrado
37. Fca. San José Aitamira, San Martín Sac.	19 al 20 de Marzo	Religiosas y deportivas	Un comité
38. Fca. El Carmen y Anexo	5 al 7 de Enero	Deportes y bailes	Un comité

Lugar	Fecha de la fiesta patronal	Actividades recreativas	Organizador de los actos
39. Aldea Saquivilia	29 y 30 de Marzo	Religiosos, deportivas	La finca
40. Fca. Sta. Anita Colomba C.C.	11 al 13 de Junio	Deportes y bailes	Personas entusiastas
41. San Antonio Pajoc, Olintepeque	14 y 25 de Enero	Misas, bailes Juegos	El comité
42. Hacienda la Selva	2 al 8 de Diciembre	Juegos carreras	El comité
43. Auyón, Flores C.C.	18 al 20 de Marzo	Bailes, corridas, futbol chirimías y Tun	El comité
44. Aldea Barrios, Flores C.C.	5 al 7 de Diciembre	Bailes deportes	El comité
45. Aldea El Progreso, San Carlos Sija	Sábado de Gloria	Juegos deportes	Los equipos
46. Aldea Juárez Flores C.C.	10. de Noviembre	Deportes, corridas	Comité pro-festejos
47. Zacana, Cabrícan	3 y 5 de Octubre	Deportes y Bailes	Comité de festejos
48. San Francisco la Unión	Fecha Movible de Marzo	Deportes y Bailes	Comité y Cofrades
49. Chorlaté, Cabrícan, Quezati.	23 al 26 de Enero	Bailes y deportes	Los vecinos
50. Paraje Rachimacht, Sibilla	Sábado de Gloria	Corridas y bailes	La comunidad
51. Aldea El Rincón Sibilla	Sábado de Gloria	Corridas y bailes	La comunidad
52. Aldea La Laguna Sibilla	18 al 22 de Septiembre	Juegos, carreras	Municipalidad y escuela
53. San Mateo, Quetzaltenango	27 al 28 de Noviembre	Juegos y bailes	Comité y cofrades
54. Finca María Elisa	23 al 25 de Noviembre	Bailes, Marimbas	Comité vecinal
55. Finca Nueva Austria, Chuvá	12 al 25 de Marzo	Corridas, deportes	Un comité
56. Aldea la Esperanza, Coatepeque, Quetzaltenango	3 de Mayo	Deportes, bailes, corridas	Cofrades Comités
57. Finca Altanza Génova	6 y 7 de Octubre	Bailes, deportes	Comité de festejos
58. Hacienda La Violeta Coatepeque, Quetzaltenango	18 y 19 de Marzo	Desfiles, corridas, misas bailes, procesiones	Cofrades
59. Huitancito, Huitán Quetzaligo,	Mes de Noviembre	Procesiones, bailes	Comité
60. Finca El Rosario Boia de Oro			
61. Granados, Flores C.C.			
62. San Miguelito Mpio. de Génova			

No.	Instituciones que colaboran	Preparativos para la fiesta	Instituciones que fomentan actividades recreativas	Actividades que fomentan las instituciones	Personas que se dedican al fomento de actividades
1.	Ninguna	Vestuario	Si hay	Deportes	No hay
2.	Vecinos y municipalidad	Comuniones, adornos y bautizos	Si hay	Juegos de fut bol	Si hay
3.	-----	-----	Si hay	Deportes	Si hay
4.	Municipales	Pintar y adornar sus casas	Si hay	Desfiles y paseos	Si hay
5.	Ninguna	-----	-----	-----	-----
6.	Ninguna	Bailes de enmascarados, juego de futbol	No hay	-----	-----
7.	Municipalidad	Pintar y adornar sus casas, procesiones	No hay	-----	-----
8.	Ninguna	Comprar ropa	Si hay	Rifas y deportes	Si hay
9.	Municipalidad	Vestuario, adornos, pintar casas	Las sociedades, Club Audaz	Comedias dramas corridas, veladas, bailes sociales	-----
10.	-----	-----	-----	-----	Si hay
11.	Misión Católica	Adorno, marimba	Si hay	Deportes	Si hay
12.	Ninguna	Marimba, bombas	Si hay	Bailes, deportes	Si hay
13.	-----	-----	-----	-----	-----
14.	Municipalidades	Vestuario	Si hay	Bailes deportes	Si hay
15.	Ninguna	Ropa y alimentación	No hay	-----	-----
16.	-----	-----	-----	-----	-----
17.	Ninguna	Trajales nuevos	Si hay	Fut bol	Si hay
18.	Ninguna	Ropa nueva	No hay	-----	-----
19.	-----	-----	-----	-----	-----
20.	Ninguna	Alimentación	No hay	-----	-----

.../...

No.	Instituciones que colaboran	Preparativos para la fiesta	Instituciones que fomentan actividades recreativas	Actividades que fomentan las instituciones	Personas que se dedican al fomento de actividades
21.	Escuela y municipalidad	Obtención del material físico y humano	Si hay	Varios deportes	Si hay
22.	Ninguna	Ropa nueva	No hay	-----	-----
23.	Ninguna	Adornar y pintar sus casas	No hay	-----	-----
24.	Municipalidad	Procesiones	Si hay	Varios deportes	Si hay
25.	Ninguna	Cofradía	Si hay	Varios deportes	Si hay
26.	Ninguna	Organizar Comité	No hay	-----	-----
27.	Ninguna	Trajes, alimentación	Si hay	Deportivas	Si hay
28.	Policía Nacional, Tabalacera Nacional	Actos religiosos y deportivos	Si hay	Cine, televisión, deportes	Si hay
29.	Ninguna	Bailes, juegos	No hay	-----	Si hay
30.	Auxiliatura	Misas y procesiones	Si hay	Paseos al campo	Si hay
31.	-----	-----	-----	-----	-----
32.	Municipalidad	Juegos de fut	Si hay	Deportivas	Si hay
33.	-----	-----	-----	-----	-----
34.	La patrona	Deportes	Si hay	Encuentros de Fut	-----
35.	Ninguna	Agenciarse de dinero	No hay	-----	No hay
36.	Ninguna	Ropa, adorno y alimento	No hay	-----	No hay
37.	La finca	Prepararse con dinero	No hay	-----	No hay
38.	La finca	-----	Si hay	Deportivas	Si hay
39.	-----	-----	Si hay	Deportivas	Si hay
40.	Ninguna	Adornos	Si hay	Deportivas	No hay
41.	La Escuela	Comites, Cofradías	Si hay	Deportivas	Si hay
42.	Patronales	Arreglo del hogar	No hay	-----	No hay

No.	Instituciones que colaboran	Preparativos para la fiesta	Instituciones que fomentan actividades recreativas	Actividades que fomentan las instituciones	Personas que se dedican al fomento de actividades
43.	Municipalidad	Actos religiosos	Si hay	Deportivas	Si hay
44.	Ninguna	Comida, adorno	Si hay	Deportivas	Si hay
45.	Ninguna	Contribuciones	No hay	-----	Si hay
46.	Ninguna	Adornos, ropa	No hay	-----	Si hay
47.	Ninguna	Ropa, adorno	Si hay	Deportivas	Si hay
48.	Ninguna	Ensayo de bailes, y vestuario apropiado	Si hay	Deportivas	Si hay
49.	Ninguna	Agenciarse de dinero para gastar	Si hay	Veladas artísticas	No hay
50.	Ninguna	Alimentos y ropa	No hay	-----	No hay
51.	Ninguna	Vestidos, adornos	No hay	-----	No hay
52.	Ninguna	Ventas populares	No hay	-----	No hay
53.	Ninguna	Actos religiosos	Si hay	Veladas y actos	No hay
54.	Patronales	Ropa y ventas	No hay	-----	Si hay
55.	-----	-----	Si hay	Deportivas	Si hay
56.	Municipales	Organizar	No hay	-----	No hay
57.	Patronales	Bailes y juegos	Si hay	Paseos al campo	Si hay
58.	Ninguna	Ninguno	No hay	-----	No hay
59.	Administración	Alimentos regionales y ropa	No hay	-----	Si hay
60.	Ninguna	Procesiones y veladas	No hay	-----	Si hay
61.	Ninguna	Invitar a las corridas, comida	No hay	-----	No hay

No.	Actos en que se reúnen en grupos	Actividad de la mujer en su tiempo libre	Actividades del hombre en su tiempo libre	Actividades del niño en su tiempo libre
1.	Sesiones, fiestas	Dedica a coser	Sembrar hortalizas	Jugar en su casa
2.	Navideños, 15 de septiembre, Día de la Madre, Día del Padre	Oficios domésticos	Deportes y marimbas	Deportes y jugar
3.	Ninguna	-----	-----	Cantos y rondas
4.	Deportes y veladas	Tejidos y labores	Lecturas	Cantos y rondas diferentes juegos
5.	Ninguna	Oficios domésticos	Trabajos propios	Diferentes juegos
6.	Procesiones, misa y para ver el baile en el campo	Lavar la ropa en el tanque	Al monte a cortar leña	Juegos recreativos
7.	Veladas, bailes	Trabajan constantemente	Algunos deportes	Estudiar y jugar
8.	Salón de baile	Oficios domésticos	La agricultura	El pastoreo
9.	Actos religiosos, veladas, desfiles	Costura corta y confección	Deportes	Juegos
10.	Ninguna	-----	-----	-----
11.	Misa, cofradías	Visitas y paseos	Descanso y juegos	Juegos tradicionales de la época
12.	Directiva	Costura y tejer	Visitarse mutuamente	Cuidado de animales
13.	Varios	Oficios domésticos	Varios	Hacer deberes
14.	Salones de baile	No tienen	Prácticas deportivas	Prácticas deportivas
15.	Salón de baile	No tienen tiempo libre	No tienen tiempo libre	No tienen tiempo
16.	Bailes y juegos	-----	-----	-----
17.	Deportes y bailes	Solo el hogar	Juegos de futbol	Jugar
18.	Bailes, misas	Tejidos Típicos	Descansa	Ayuda a sus padres
19.	Peñiculas los lunes	-----	-----	-----
20.	-----	-----	-----	Trabajos de la casa
21.	Bailes y deportes	Visitar vecinos	Organizar juegos	Juegos infantiles
22.	Peleas de gallos	Ninguna	Juego de futbol	Juegos de futbol
23.	Bailes y deportes	Ninguna	Ninguna	Ninguna
24.	Deportes	Pasear y conversar	Pesca, cacería y deportes	Actividades deportivas

No.	Actos en que se reúnen en grupos	Actividad de la mujer en su tiempo libre	Actividades del hombre en su tiempo libre	Actividades del niño en su tiempo libre
25.	Baile, deportes	Asiste a actos religiosos	Práctica de fútbol	Lo mismo de sus padres
26.	Bailes y deportes	Tejidos típicos	Después de su trabajo descansa	Juegos deportivos
27.	Bailes y corridas	Tejidos típicos	Ninguna	Ayuda a sus padres
28.	Religiosos deportivos	Del hogar	Fútbol	Fútbol y columpios
29.	Bailes populares	Tejidos típicos	Ninguna	Ayuda a sus padres
30.	Bailes, deportes	Tejen algodón	Arreglo de herramientas	Juegos dirigidos
31.	Bailes y deportes	Ninguna	Fútbol	Ninguna
32.	Bailes, corridas	Asear a sus hijos	Deportes, leer, visitar	Juegos
33.	-----	-----	-----	-----
34.	Ninguno	Visitar vecinos	Practicar el fútbol	La doctrina y jugar
35.	Deportes, misas	No tienen	No tienen	Juegos infantiles
36.	Bailes, deportes	Su hogar	Su hogar	Ayudar a sus padres
37.	Deportes	Actividades domésticas	Actividades deportivas	Deportes
38.	Loterías, corridas, juegos	En su hogar	En su hogar	Ayudar a sus padres
39.	-----	Costuras bordados	Carpintería y pintura	Juegos recreativos
40.	Actos culturales	Oficios domésticos	Paseos fútbol	Juegos infantiles
41.	Fiestas loterías	Tejen y bordan	Desancasan, fútbol	Van al campo
42.	Procesiones y rezos	Excursiones	Excursiones y trabajo del campo	juegos
43.	Bailes y deportes	Deportes y costura	Juegos de fútbol	Juegos educativos
44.	Rezos, corridas	Coser, bordar	Practicar fútbol	Juegos educativos
45.	Carnaval, sábado de Gloria	Visitas domiciliarias	Prácticas deportivas	Juegos escolares
46.	Reuniones familiares	Unos cuantos juegos	Unos cuantos juegos	Juegos de pelota
47.	Bailes y deportes	Visitar vecinos	Leer libros de agricultura	Juegos educativos
48.	Bailes, deportes	Costuras	Ninguna	Ayudar a sus padres
49.	Deportes veladas	No tienen tiempo libre	Cacería, deportes	Faenas del campo
50.	Actos cívicos	Pastorear animales	Hacer leña	Pastorear animales .../...

No.	Actos en que se reúnen en grupos	Actividad de la mujer en su tiempo libre	Actividades del hombre en su tiempo libre	Actividades del niño en su tiempo libre
51.	Actos cívicos	No tienen tiempo libre	No tienen tiempo libre	Deportes
52.	Fiesta de la comunidad	No tienen tiempo libre	No tienen tiempo libre	Deportes
53.	Actos cívicos	Coser, tejer	Deportes	Juegos
54.	Bailes, deportes	Oficios domésticos	Paseos excursiones	Juegos
55.	Deportes	Oficios domésticos	Cortar leña, deportes	Juegos
56.	Deportes	No tiene tiempo libre	No tienen tiempo libre	Juegos
57.	Bailes, deportes	Costuras, bordados	Arreglar herramientas	Juegos
58.	No hay	Ninguno	Ninguno	Ninguno
59.	Bailes, deportes	Tejer, descansar	Descansar	Juegos, pastorear
60.	Ferias de gallos	Coser	Deportes	Deportes
61.	Bailes, deportes	Platicar con los vecinos	Atender cultivos	Juegos
62.	Corridas de cintas	No tienen tiempo libre	Hacer leña	Ayudar a los padres

No.	Refranes Populares	Cuentos y Leyendas	Adivinanzas y Chistes
1.	La sangre se hereda y el vicio se paga	El cuento: El Príncipe y la Araña	Chiste: El hijo ausente le escribe al padre. Adivinanza: Quien lo hace, lo hace para vender, quien lo compra no lo usa, quién lo usa no lo ve.
2.	-----	-----	-----
3.	-----	-----	-----
4.	De tal palo tal astilla. Como Don Chevo	-----	Chiste: Pedro Urdemales Adivinanza: ¿Qué le dijo el comal a la olla?
5.	De noche todos los gatos son pardos	El cuento: De tío José Leyenda: El agua Miliagrosa.	Adivinanza: Yo de mi Madre nací y lo que te digo es cierto, tan pronto como lo hube muerto mi madre nació de mí ¿Quién soy?
6.	En boca cerrada no entran moscas	Cuento: El compadre rico y el compadre pobre	Chiste: El del sargento Adivinanza: Hoy es día de San y mañana será otro día
7.	-----	Cuento: La siesta del maíz	Adivinanza: Oro parece plata no es. Chiste: La muchacha
8.	-----	-----	-----
9.	Más vale tarde que nunca	Leyenda: La del Cadejo	Adivinanza: Entre más larga más corta Chiste: Don Chevo
10.	Dime con qué cosas y te dire quien eres	-----	Adivinanza: Vuelo sin alas, silbo sin boca, toco sin manos y no me ves
11.	Agua que mas de beber dejara correr	Leyenda: del sapito luminoso	Adivinanza: Me paso la vida corriendo y no tengo pies
12.	Al mal tiempo buena cara	Cuento: La estatua de San Sebastián	Chiste: Olvidando la lengua
13.	Dass que no	Cuento: El agua Miliagrosa	Adivinanza: Mientras más grande menos se ve. Adivinanza: Tiene hojas de esmeralda, flor de plata de oro el fruto.
14.	No es lo mismo arrear que llevar carga.	Leyenda: Anexion a la aldea Caliel	Chiste: El de los inditos.
15.	Cuando el río trueno piedras trae caliente	Leyenda: Nacimiento del agua caliente	Adivinanza: En el campo veeda, el patio colea
16.	Tras un tiempo viene otro	Leyenda: La mujer de blanco	Adivinanza: Una cajita chiquita como la cal, todos la saben abrir nadie la sabe cerrar. Adivinanza: Cielo arriba cielo abajo y mar en medio.
17.	-----	-----	Chiste: El del Estropajo.
18.	-----	-----	-----
			.../...

No.	Refranes Populares	Cuentos y Leyendas	Adivinanzas y Chistes
19.	-----	-----	-----
20.	-----	-----	-----
21.	De tal palo tal astilla	Leyenda: El cadejo Cuento: El leñador honrado	Adivinanza: Un señor pasa el río y no se moja. Chiste: El torito en su balcón.
22.	-----	-----	-----
23.	-----	-----	-----
24.	El que mucho abarca poco aprieta	Cuento: Las estrellas	Adivinanza: Mil soldados fueron a la guerra y regresaron en paz Chiste: El de los locos
25.	Para un riso un resbaloso	Cuento: Ubico y Chacón. Leyenda: La mula del cura Leyenda: El cerro de la campana	Adivinanza: Se para y no tiene patas. Chiste: La enchilada
26.	-----	-----	-----
27.	-----	-----	-----
28.	Más vale tener amigos y no dinero	Leyenda: Tecún Umán Cuento: La Cenicienta	Adivinanzas: Oro parece, plata no es, quien no lo acierta bien tonto es Chiste: Los de Don Chevo y Pepito
29.	-----	-----	-----
30.	Camarón que se duerme se lo lleva la corriente	Leyenda: Tecún Umán	Adivinanza: Se para y no tiene patas Chiste: Pedro y Juanita.
31.	El que con lobos anda a auitar aprende	-----	Adivinanza: Cual es el que anda con las patas en la cabeza. Chiste: El de Juanito y Pepito.
32.	Que le dijo el comal a la olla	Cuento: Blanca nieves y Cenicienta	Adivinanza: Cartas van cartas vienen y en el aire se detienen. Chiste: Don Chevo Ibarra, Pedro Urdimales.
33.	-----	-----	-----
34.	Al que madruga Dios lo ayuda	Leyenda: La ilorona	Adivinanza: En verano barbudo y en invierno desnudo. Chiste: El del enfermo y del loco.
35.	El que entre la miel anda algo se le pega	Leyenda: El carro fantasma Cuento: Caperucita Roja	Adivinanza: Choco pero no del ojo, late pero no como el perro .../...

No.	Refranes Populares	Cuentos y Leyendas	Adivinanzas y Chistes
36.	El que mal hace mal espera	Leyenda: La llorona Cuento: Juan Valiente	Adivinanza: Cielo arriba cielo abajo mar en medio Chiste: Doña María
37.	Cuidado colegas, porque en la cobija más fea está la pulga más gorda	Leyenda: La cueva encantada	Adivinanza: Caballito de banda, banda que no come ni anda Chiste: El bolito
38.	Lo que es del agua, el agua se lo lleva	Leyenda: El cadejo Cuento: El tigre y el rey	Adivinanza: Siempre se tiene ante los ojos y sin embargo no los ve Chiste: Juan sin miedo
39.	Más vale tarde que nunca	-----	Adivinanza: Que le dijo el arete a la oreja
40.	El que con lobos anda a aullar aprende	Cuento: Diamante y reptiles	Adivinanza: Porque el buey busca la sombra. Chiste: El milagro de Sn. Antonio.
41.	-----	-----	-----
42.	El que mal anda mal acaba	-----	Chiste: Enfermo mental
43.	Más vale pájaro en mano que cien volando	-----	Adivinanza: Que hacen doce gatos en el tejado Chiste: La Visita
44.	No solo de pan vive el hombre	Leyenda: Sobre el municipio Cuento: Juan Valiente	Adivinanza: Chiquito Barrilito sin fondo Chiste: Lo siento mucho
45.	Amor con amor se paga	Leyenda: Mujer mula	Chiste: Congestionado
46.	-----	-----	-----
47.	-----	-----	-----
48.	-----	-----	-----
49.	Dime con quien andas y te diré quien eres	Leyenda: Justo Rufino Barrios Cuento: La trampa para el Coyote	Adivinanza: No lo ves ni lo tocas vueia sin alas, pega sin manos silva sin boca Chiste: Pepito
50.	Quién se entrega a las pasiones labra sus prisiones	Leyenda: El rey de Egipto Cuento: La viejecita	Adivinanza: Oro parece Plata no es quién no lo advine bien tonto es Chiste: Don Chevo
51.	-----	-----	-----
52.	-----	-----	-----
53.	-----	-----	-----
54.	-----	-----	-----

No.	Refranes Populares	Cuentos y Leyendas	Adivinanzas y Chistes
55.	-----	-----	-----
56.	-----	-----	-----
57.	Lo que es del agua el agua se lo lleva	Leyenda: Los satelites Cuento: El trigo y el rey	Adivinanza: Siempre se tienen delante de los ojos y sin embargo no les ves Chiste: Los esposos
58.	-----	-----	-----
59.	-----	-----	-----
60.	Más vale tarde que nunca	Cuento: El rey Midas	Adivinanza: Dos muertos cargando un vivo Chiste: El Huiteco
61.	Cuando un mal viene no viene solo	Leyenda: El cerro de Buenos Aires Cuento: El Burrito	Adivinanza: Agua pasó por mi casa cate de mi corazón Chiste: Nieve de leche
62.	El que mal anda mal acaba	Leyenda: La llorona Cuento: La Princesa	Adivinanza: De lejos vengo y muy lejos voy, pies no tengo viajero soy Chiste: El de Papito

## IX. CONCLUSIONES

De lo expuesto en el presente trabajo tanto de su parte teórica como de la parte práctica que del mismo se realizó, podemos llegar a las siguientes conclusiones:

1. Que la recreación en las comunidades rurales del occidente del país, tiene una significación muy limitada. Aunque la investigación abarcó únicamente 6 2 comunidades del Departamento de Quezaltenango; considero que por circunstancias socioeconómicas y culturales de la zona de occidente, el plan aquí graduado, puede ser valido en toda el área.
2. Existe muy poca conciencia de los beneficios que puede traer una planificación sistematizada de recreación; especialmente por el desconocimiento en cuanto a como aprovechar en mejor forma las horas libres, para canalizarla hacia cargas fisiológicas y psicológicas y mantener de esta manera un clima más favorable entre individuo y ambiente.
3. La participación de la mujer en las actividades recreativas de las comunidades observadas es casi nula por el dominio que el hombre ejerce sobre el sexo femenino, causa de sus patrones culturales.
4. Las autoridades que están ligadas directamente al desarrollo de las comunidades del area rural, no contemplan un renglón dedicado al fomento y participación de actividades recreativas para lograr su desarrollo. En muchas comunidades todo se reduce a una celebración de las fiestas patronales y en otras ni esto existe.
5. La variedad de actividades de recreación, debe ser tal que quienes la dirijan, posean un conocimiento serio del patrón cultural de su comunidad de trabajo, para que los programas que organicen a éste respecto sean más efectivos.



## X. RECOMENDACIONES

1. Que las autoridades civiles, militares, religiosas, educativas, municipales del departamento objeto del presente estudio y de acuerdo a la comunidad que representen; planifiquen aquellos aspectos que proporcionen a los habitantes esparcimiento recreativo, convirtiendo así los ratos de ocio, en algo edificante al espíritu y al cuerpo, cosa que repercute en una salud más vigorosa, una mejor higiene mental y un mejor rendimiento individual y social.
2. Si bien la infrasubsistencia en la que viven estas comunidades es notoria también es cierto que el hombre tiende a buscar satisfacer sus necesidades recreativas por un instinto psicobiológico; de consiguiente, será a través de una planificación de actividades recreativas, que se logre satisfacer esas necesidades positivamente.
3. Debe darse más énfasis a la participación de la mujer en las actividades recreativas de la comunidad, ofreciéndole mayor expansión de las características de las actividades a realizar, insistiendo en aspectos artísticos, sociales y deportivos, tanto individuales como de grupo.
4. El trabajador social rural, debe iniciar una labor constante de participación comunal en los aspectos recreativos, diluyendo ese temor o cautela, que muchas veces se palpa en los habitantes, de entregarse más directamente a colaborar, por temores de tipo encubierto.
5. Todas aquellas instituciones de tipo social, deberán propiciar cursos de capacitación recreativa a los líderes o monitores comunales que demuestren interés por mantener vivo éste espíritu en la población.
6. Sería deseable, que las instituciones sociales, que desarrollan programas recreativos en estas comunidades, unificaran sus esfuerzos en una unidad conjunta, evitando así duplicidad de gastos de energía y esfuerzo.



**XI.**  
**BIBLIOGRAFIA**

- RECREACION PARA ESCOLARES      Revista Editada por la Secretaría de Asuntos Sociales de la Presidencia de la República Dirección de Bienestar Infantil y Familiar 1965.
- FRANCISCO TOLEDO SIGUENZA      Curso para líderes de Recreación (13 del Programa de Adiestramiento) auspiciado por el Gobierno de Guatemala, UNICEF. Depto. de Asuntos Económicos y Sociales. Naciones Unidas. 1965.
- LIDIA MARINA JUAREZ DE LEON      Recreación en las Comunidades Rurales de Quezaltenango. 1966.
- HOWARD G. DANFORD                  Planes de Recreación para la comunidad Moderna. Bibliográfica Omeba, Buenos Aires, Argentina.
- GEORGE D. UTLER                      Principios y Métodos de Recreación para la Comunidad. Volumen 1. Bibliográfica Omeba. Buenos Aires Argentina.
- HENRY D. MACKAY                      The Neighborhood and Child Conduc. Edit. N. Y. Columbian Press. 1951. U.S.A.

