



## Juegos de descarga.

### - Juegos de descarga:

- Romper o arrugar papeles, se pueden utilizar diarios, revistas, etc.
- Tirarse cojines, almohadas, ... Se pueden hacer dos campos, jugando a ver quien tira más cojines en campo contrario, jugar a “matar”, etc.
- Ensuciarse, con barro, con harina, con maquillaje.
- Jugar a experimentar con materiales de diferentes texturas, temperaturas, con colores.
- Gritar, dar una patada y gritar a la vez, como haciendo “karate”.

Para ello será necesario:

- avisar antes de que haremos un juego diferente.
- Explicarle en qué consistirá el juego. Qué haremos y cómo acabará.
- Explicarle o enseñar le el material.
- Decirle quién jugará: la madre y el hijo, o con el papá o algún hermano o primo, ...
- Anunciarle que nos lo pasaremos bien.
- Es muy importante el juego de miradas con el niño en todo momento, que se sienta acompañado, que vea que no pasa nada en romper o gritar puesto que es el momento de jugar. Que entienda que es sólo eso, un juego, especialmente si el niño es tímido o retraído. **No es necesario que haya un objetivo determinado, el experimentar y sentir es el objetivo.**

### - Juegos de “emociones”:

- de descubrir, con linternas con las luces apagadas, por la casa, descubriendo pistas o señales que nos conduzcan a algo. Juegos de esconderse, juegos donde hay que descubrir algo pero no se puede hablar, etc.
- Juegos de atrapar, de esconderse por la casa, de correr con los pies juntos teniendo que ir dando saltos, juegos con los ojos tapados, con uno solo, etc.
- Juegos de mensajes secretos: según una indicación preestablecida, tienen que hacer una “misión”. P.ej. si toco una campanilla tienen que ir a la cocina por un objeto, si toco un silbato, tienen que ir a la habitación por una ropa determinada, etc.
- Juegos con diferentes materiales, desde barros hasta harinas o pinturas, donde sea inevitable ensuciarse las manos. Probar poco a poco las sensaciones que nos provocan estos elementos.

Que el padre o la madre hagan ver que hay cosas que nos salen mal y que “no pasa nada”. Que vea como lo arreglamos *con su complicidad*.