



JUGANDO
nos movemos y
ENTRENAMOS
VALORES



FUNDACIÓN
RIVER PLATE



Fundación Arcor Argentina
Instituto Arcor Brasil
Fundación Arcor Chile



FUNDACIÓN
RIVER PLATE



¡llegó la hora de movernos y entrenar los valores!
¿Estás listo para jugar?

Te invitamos a divertirte de una manera especial, aprendiendo con tus amigos y familia.

¿Qué entendemos por valores?

Son cualidades que nos guían en cómo nos comportamos como personas, forman parte de las normas de juego y permiten la vida en sociedad.

A veces puede parecer más fácil ganar a cualquier precio, pero sabemos que los verdaderos campeones son los que viven con valores dentro y fuera de la cancha.

Por eso, te presentamos una serie de juegos donde vas a poder descubrirlos.

El respeto, la responsabilidad, la perseverancia, la honestidad, la confianza y el trabajo en equipo son algunos de los valores que vas a encontrar.

Animate a jugar y a ponerlos en práctica tanto en el juego como en tu vida diaria.

Ahora sí, ¡comencemos a entrenar!





FUNDACIÓN
RIVER PLATE

LA ORUGA

“Cooperar es unir fuerzas”



COOPERACIÓN

Para llegar a la meta necesito sí o sí a mi compañero y confiar en que el que va adelante me mostrará el camino. La colaboración y la preocupación por mi amigo harán que juntos crucemos la línea de llegada.

- 1) Los jugadores se ubican en fila uno detrás de otro, sentados en el piso y con las manos apoyadas sobre las zapatillas del que está atrás, formando una especie de “oruga”.
- 2) Deberán desplazarse apoyándose en sus pies y en sus manos. Si son muchos jugadores, pueden armar más de una “oruga”.
- 3) Si solo hay una “oruga” de jugadores, el objetivo es hacer el recorrido en el menor tiempo posible, si hay más de una, ganará la que primero cruza la línea de llegada. Este juego se puede realizar tanto en espacios cubiertos como al aire libre.



FUNDACIÓN
RIVER PLATE

PING PONG DE VASOS

“Perseverar es intentar una y otra vez”



PERSEVERANCIA

Algunas pelotas caerán dentro del vaso y otras afuera. Yo voy a seguir intentando varias veces, con paciencia y sin rendirme hasta lograrlo. Si dejo de probar, no ganaré el juego por eso sigo practicando una y otra vez.

Materiales: Una pelota de ping pong, vasos de plástico, una mesa y paleta (opcional).

- 1) Se colocan varios vasos en una punta de la mesa y desde la otra punta se tira una pelotita de ping-pong.
- 2) La pelotita debe picar una vez en la mesa y caer dentro de alguno de los vasos.
- 3) Gana el que emboca más pelotas.

Este juego se puede realizar tanto en espacios cubiertos como al aire libre.



FUNDACIÓN
RIVER PLATE

CARRERA DE TOPOS

“Esforzarme es poner todo de mí”



ESFUERZO

A veces saltar es un desafío: hay compañeros más altos y saltos más difíciles de hacer, pero poniendo todo de mí, intentándolo con esfuerzo, podré llegar a la meta.

- 1) Se establece una línea de largada y otra de llegada; y los jugadores arman dos filas, todos agachados, como si fueran bichos bolita.
- 2) El último de la fila debe saltar uno a uno por encima de todos los compañeros, y una vez que saltó al compañero que está primero en la fila se posiciona delante de él para que el jugador que quedó último haga lo mismo.
- 3) Todos los jugadores deben hacer lo mismo y repetirlo hasta cruzar la línea de llegada. El equipo que lo haga en menos tiempo será el ganador.

Este juego es recomendable para espacios al aire libre, aunque también se puede hacer en espacios cubiertos.



FUNDACIÓN
RIVER PLATE

LAS CUATRO ESQUINAS

“Respetar es cuidarme a mí y,
a los demás siguiendo las reglas”



RESPETO

Sé que no puedo ganar de cualquier forma, cuidarme a mí y a los demás es parte del juego. Es importante respetar al compañero y al rival para jugar de la mejor manera. Los tiempos deben cumplirse y hay que tener cuidado de no lastimar al que está buscando los pañuelos, ¡Esa es mi responsabilidad!

- 1) Formamos dos equipos y colocamos cuatro pañuelos en las esquinas de un cuadrado de 15 mts de lado. Un equipo se coloca en fila pegado a uno de los lados del cuadrado. El otro, se separa ocupando todo el cuadrado y sus alrededores.
- 2) El juego comienza cuando el participante que está primero en la fila arroja una pelota lo más lejos posible y corre a buscar los cuatro pañuelos.
- 3) Los jugadores que están dentro del cuadrado deben buscar la pelota y dándose pases, sin caminar con la pelota en la mano, deben tratar de golpear al participante de la cintura para abajo, antes de que pueda recoger los pañuelos.
- 4) Luego se repite con el siguiente jugador que está en la fila. La puntuación se mide en cantidad de pañuelos obtenidos.

Este juego es recomendable para espacios abiertos.



EL MAREADO

“Confiar es creer en mí y en los demás”



Materiales: Un palo de escoba, cinco pelotas de tenis y un tacho de basura o similar más un pañuelo para vendar.

CONFIANZA

Creer en las palabras de mi compañero (que puede ver) va a ser la clave para embocar las pelotas. Para esto, es importante que tenga confianza en él y en mí mismo. A pesar de que no puedo ver, sé que podré lograrlo porque confío en mi compañero que me va a ayudar a hacerlo.

- 1) Al lado del tacho de basura y a 6 ó 7 metros del palo de escoba y la pelota, se coloca un jugador. Este sale corriendo hasta el palo de escoba donde un compañero lo vendará con el pañuelo para que no pueda ver. A partir de entonces será su guía en el juego. Deberá agarrar el palo de escoba y tomarlo de forma vertical. Una punta queda apoyada en el piso y en la otra punta apoya su frente.
- 2) El que está vendado da 3 vueltas alrededor del palo y, al terminar, es guiado por su compañero que puede mirar, a fin de que el mismo tire intentando embocar las 5 pelotas en el tacho.
- 3) La puntuación se mide en cantidad de pelotas embocadas.

Este juego se puede realizar tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados si contamos con un lugar que esté bien despejado.



FUNDACIÓN
RIVER PLATE

POSTA GRUPAL

“Trabajar en equipo es buscar el resultado juntos”



Materiales: Una bolsa de nylon o de arpillera y dos tachos de helado con una tira cruzada de forma que funcionen como zancos.

TRABAJO EN EQUIPO

Necesito del trabajo de todo mi equipo para poder llevar adelante la carrera. Solo no podré lograrlo, cada uno es importante para llegar a la meta. Por eso, juntos buscaremos alcanzar el mejor resultado

- 1) Todos los jugadores se ubican en la línea de largada. A 20 metros, en la línea de llegada, debe estar la bolsa de arpillera o nylon.
- 2) El primer corredor se pone los zancos y corre hacia la línea de llegada; deja los zancos, se pone la bolsa en los pies y vuelve dando saltos.
- 3) El compañero que sigue deberá ir saltando hasta la línea de llegada y volver a la línea de inicio para darle los zancos al que sigue, y así sucesivamente.
- 4) El objetivo es completar el recorrido de todos los jugadores en el menor tiempo posible.

Este juego se puede realizar en cualquier espacio abierto o cerrado, pero es aconsejable realizarlo en lugares amplios.



EMBOCANDO ANDO

“La templanza es mantener la calma”



TEMLANZA

Voy a respirar hondo para estar concentrado y tirar la pelota con puntería y dedicación, sin permitir que las ganas de ganar y mis nervios me jueguen en contra. Es importante mantener la calma y manejar mis emociones sin dejar que ellas me dominen. ¡Es la clave para jugar sin presiones!

Materiales: Diez pelotas de tenis (o similar) y cinco baldes o tachos.

- 1) Se colocan los baldes uno al lado del otro separados por una distancia de entre 1 y 2 metros aproximadamente.
- 2) El jugador se coloca frente a la fila de baldes a una distancia de 15 a 20 metros y deberá lanzar las diez pelotitas de tenis tratando de embocarlas en los baldes.
- 3) La puntuación que suman los baldes será de 5 puntos el balde del medio, 10 puntos los baldes de cada costado y 20 puntos los baldes de los extremos.
- 4) La puntuación que obtiene el jugador es la suma de los “emboques” que realizó en los distintos baldes.

Este juego puede realizarse en espacios cubiertos o al aire libre.



FUNDACIÓN
RIVER PLATE

TAPA TAPITA

“Superarme es saber que siempre puedo mejorar”



SUPERACIÓN

Saber que siempre puedo mejorar me ayuda a seguir intentando con esfuerzo y dedicación a pesar del resultado. Los errores me ayudan a crecer y superarme.
¡Qué divertido es aprender jugando!

Materiales: Cinta de papel y tapitas de botellas.

- 1) Con una cinta de papel se marca una línea de tiro donde se pararán los jugadores.
- 2) En frente de esta línea y a una distancia de 20 metros aprox se delimitarán tres zonas de un metro de ancho aproximadamente, una detrás de la otra.
- 3) La primera zona vale 50 puntos, la segunda zona 100 puntos y la tercera 200 puntos. El jugador deberá arrojar las tapitas a estas zonas para sumar puntos.
- 4) La puntuación total será la suma de las zonas donde hayan caído las tapitas.

Este juego se puede realizar tanto en espacios cubiertos como al aire libre pero necesitamos un espacio despejado.



JUGANDO
nos movemos y
ENTRENAMOS
VALORES



FUNDACIÓN
RIVER PLATE



Fundación Arcor Argentina
Instituto Arcor Brasil
Fundación Arcor Chile