



Reto Cerebro: Simón dice (versión 1)

Preparación

Pida al grupo que se pongan de pie dejando suficiente espacio para moverse.

Reglas

- La regla 1 es que si yo digo “Simón dice”, ustedes tienen que hacer lo que les diga que hagan.
- La regla 2 es que si yo no digo “Simón dice”, deben seguir haciendo lo que estaban haciendo antes, hasta que yo diga de nuevo “Simón dice”.

Pasos

- Diga: Simón dice. Diga y muestre una acción: ¡Levanten las manos!: Las y los niños levantan las manos bien alto.
- Omite “Simón dice”, pero diga y muestre otra acción: ¡Tóquense la cabeza!: Las y los niños tienen que mantener las manos levantadas.

Consejos

- Incluya movimientos que usen todas las partes del cuerpo y el cerebro. En particular, andar de manera transversal, donde la mano derecha toca la rodilla izquierda y viceversa, requiere que las dos partes del cerebro trabajen juntas. Estos tipos de movimientos de cruces laterales es necesario demostrarlos y enseñarlos de manera explícita.
- No elimine a nadie del juego. La eliminación les impide practicar las Habilidades para Aprender.

Sugerencia de movimientos

Darse palmadas en los hombros	Hacer el cuerpo musculoso	Balancearse sobre un pie
Pisar fuerte	Estirarse	Balancear brazos alternadamente
Girar	Hacer círculos con los brazos	Doblar las rodillas
Agacharse	Hacer círculos con los tobillos	Mover los dedos de las manos
Tocarse los dedos de los pies	Andar de puntillas	Aplaudir
Levantar las manos bien alto	Temblar como gelatina	Andar de manera transversal
Encogerse		

Aumentar el reto

Atención (A), Memoria Operativa (MO) y Control Inhibitorio (CI)

- Disminuya progresivamente el volumen de su voz. (A)
- Omite “Simón dice” dos veces seguidas. (A, CI)