



Semillas de Cambio

Herramientas para cultivar la participación adolescente

CARTILLA DEPORTE PARA LA PAZ



Estrategia Somos Paz

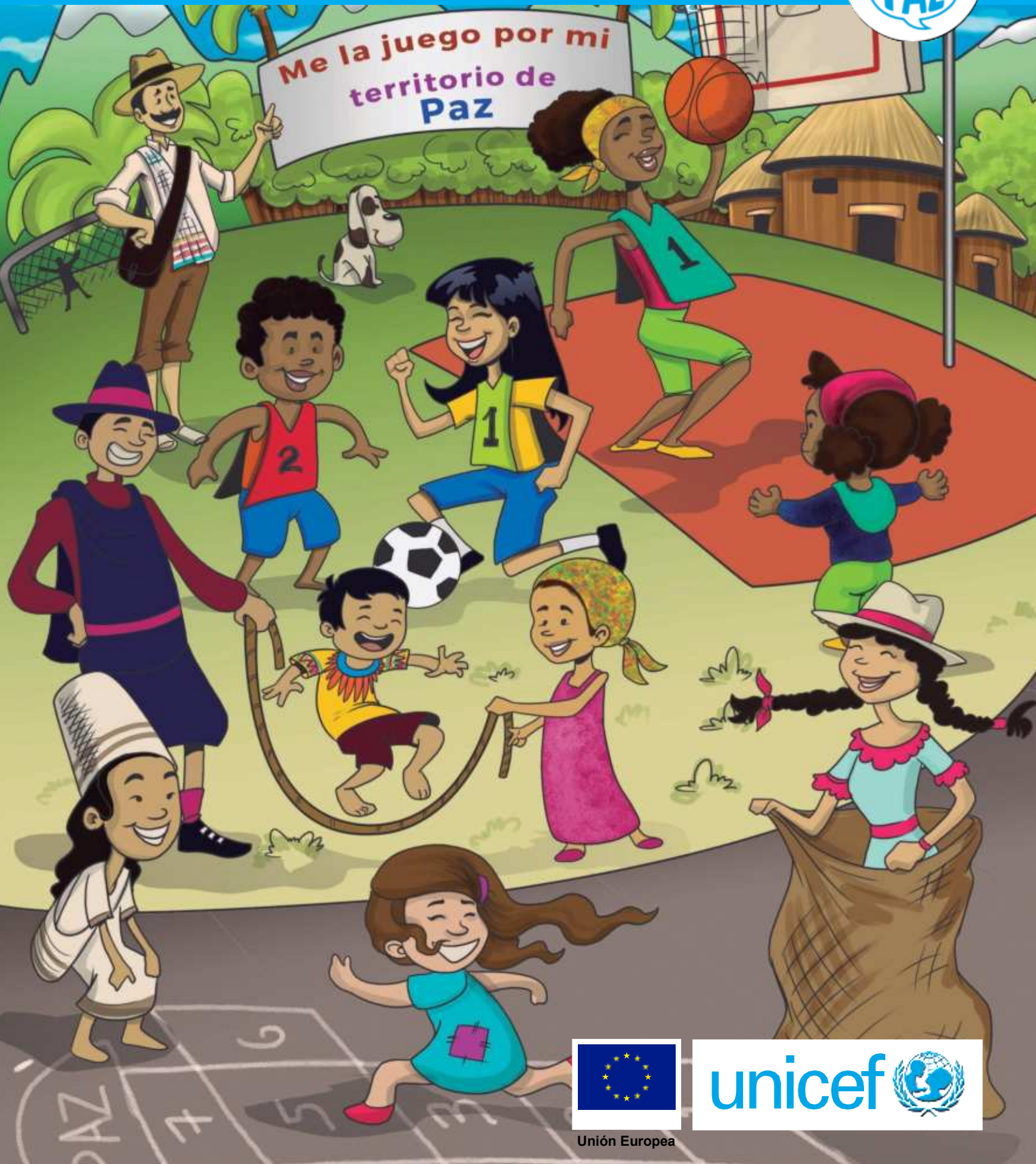
RED DE PARTICIPACIÓN
ADOLESCENTES
EN MOVIMIENTO
POR SUS DERECHOS



unicef 

para cada infancia

DEPORTES PARA LA PAZ



Unión Europea

unicef





Fondo de las Naciones Unidas
para la Infancia, UNICEF

Roberto de Bernardi
Representante

Viviana Limpas
Representante Adjunto

Carolina Plata
Especialista de Comunicaciones

Frederick Spielberg
Especialista Protección

Olga Lucía Zuluaga
Oficial de Protección

Luis Eduardo Ríos
Oficial de Protección

Jorge Garzón Cubillos
Juan Camilo Bolívar
Esteban Muñoz
Katherine López
Consultoría de Protección

Los contenidos de estas guías fueron elaborados por los equipos técnicos de UNICEF, con el apoyo de la Corporación Infancia y Desarrollo, LA CID.

Este material es producido gracias a la financiación de la Unión Europea.

Edward Gerardo Rojas Galindo
Diagramación

Alex Francisco Martin Alarcón
Ilustración portada



TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN	4
PARTICIPANTES	6
PROCESO FORMATIVO	7
RUTA PEDAGÓGICA	8
TABLA DE SECUENCIA Y ALCANCE	9
PRIMERA SESIÓN RECONOCIENDO EL DEPORTE PARA LA PAZ	12
SEGUNDA SESIÓN IMAGINANDO Y CONSTRUYENDO LAS CAPACIDADES Y COLONIAS DE LA PAZ CON EL DEPORTE	18
TERCERA SESIÓN RECONOCIENDO OCHO CAPACIDADES PARA CULTIVAR UNA CULTURA DE PAZ EN EL DEPORTE	20
CUARTA SESIÓN SOY UN LÍDER DEL DEPORTE	24
QUINTA SESIÓN JUGAMOS Y CREAMOS ESPACIOS DE PARTICIPACIÓN ACTIVA	28
SEXTA SESIÓN PARTICIPAMOS CON EL DEPORTE PARA UNA COMUNIDAD DE PAZ Y RECONCILIACIÓN	32





SEPTIMA SESIÓN

MI EQUIPO ES MI IDENTIDAD
"FESTIVAL DEPORTIVO"

35

OCTAVA SESIÓN

JUEGO, PARTICIPO CON MI
"NO A LA VIOLENCIA" EN EL
DEPORTE

38

NOVENA SESIÓN

EL DEPORTE COMO EXPRESIÓN
DE CONFIANZA

42

DECIMA SESIÓN

TERRITORIO DE PAZ Y UN SÍMBOLO
PARA PARTICIPAR

46

ONCEAVA SESIÓN

ORGANIZAMOS CAPACIDADES
DEPORTIVAS PARA LA PAZ

49

DOCEAVA SESIÓN

PARTICIPAMOS CON EL DEPORTE EN
UNA COMUNIDAD DE PAZ

52

CIERRE DEPORTE PARA LA PAZ

55

BIBLIOGRAFÍA

61



INTRODUCCIÓN

La Estrategia **Deporte para la Paz** pretende generar espacios de construcción colectiva y territorios de paz. Así el deporte puede jugar un papel de convivencia que distensiones a distintos niveles los ambientes de desesperanza, temor y pérdida de identidad. El deporte posee un inmenso potencial que, liderado pedagógicamente y tematizado, puede ser un medio, no solo para el desarrollo de las capacidades deportivas y el desempeño personal, sino también para el aprendizaje de capacidades destinadas al desarrollo de la personalidad y de las competencias sociales.

En el marco de la estrategia Somos paz, se admite cualquier forma de escenificación deportiva que promueva la participación de muchos y tenga un efecto integrador, relajante y de reconocimiento cultural. A su vez, es importante la vinculación con temas cercanos al movimiento, el juego, el baile y las actividades deportivas que funcionan con reglas simples y que puedan practicarse sin infraestructura especial.

Visto así, el deporte se presenta como una razón que moviliza comunidad, que motiva la confianza en el marco y la oportunidad de vivenciar experiencias unificadoras. El deporte nos proporciona una actividad estructurada de sana diversión, fomenta aptitudes, canaliza las emociones, nos enseña el trato con las reglas y hace posible experimentar variadas vivencias en comunidad.

En todo tipo de deporte existen reglas que regulan y definen el funcionamiento del equipo y su adversario. Cuando los niños, niñas y adolescentes hacen deporte, se puede observar cómo los límites que conducen a la violencia son superados con medios orientados a



regular los conflictos. La acción de resolver los conflictos puede trasponerse a situaciones de la vida cotidiana.

La estrategia **Deporte para la Paz** se enmarca en los principios y capacidades propuestos por UNICEF en la intención de reconstruir un tejido social con base en el reconocimiento de la identidad cultural, valorando los potenciales de comunidad y territorio. Se presenta dentro de la estrategia Somos Paz como una herramienta facilitadora de la cultura de paz. Igualmente, tiene en cuenta un enfoque integral de género, ya que las actividades son propuestas para todos y todas, viendo la lúdica como un lugar de acceso común.

Al ser una guía metodológica, las actividades pueden ser ajustadas y recreadas, promoviendo siempre la idea de fortalecer las capacidades de las niñas, los niños y adolescentes como los sujetos participantes en la construcción de la Paz en sus entornos.



1

PARTICIPANTES



El proceso formativo está dirigido especialmente para las niñas, los niños y los adolescentes de 12 a 17 años. Ellas y ellos asisten a los encuentros experienciales donde aprenden, comparten y reflexionan en torno a los temas tratados. Se conforman grupos de 10 a 30 participantes para facilitar la realización de actividades grupales. Se puede trabajar con grupos mayores a 30 participantes, pero se requiere ajustar la metodología y disponer de una cantidad superior de materiales. En el proceso pueden participar adultos; en este caso, se recomienda realizar algunos ajustes metodológicos y conceptuales.



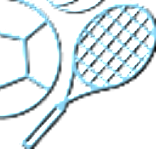
2

PROCESO FORMATIVO



Las jornadas de Deporte para la Paz se organizan con 12 sesiones de desarrollo, una de preparación y cierre en dos encuentros experienciales semanales, de acuerdo con las características y necesidades del grupo. Cada sesión puede durar entre dos y tres horas. El énfasis de la propuesta es desarrollar, como hilo conductor, el deporte para la paz, de tal forma que al final los y las participantes estén en la capacidad de usar las diversas expresiones de la lúdica como herramienta para construir paz en el territorio desde el escenario comunitario.





3

RUTA PEDAGÓGICA



Cada sesión tiene tres momentos: Piensa, Expresa y Participa, dentro de los cuales, a manera de secuencia didáctica, los facilitadores van orientando a las niñas, los niños y adolescentes en un proceso que va desde los saberes previos y la sensibilización, la construcción conjunta de conceptos y la

expresión de esos conocimientos construidos en los productos provenientes de cada sesión. Por tanto, los productos de cada una de las sesiones desarrolladas enriquecen durante el proceso a la iniciativa local de reconciliación proyectada al final, y que se materializa en un festival deportivo denominado “Me la juego por mi territorio de paz”; a su vez, convoca a los colectivos, escuelas y otras formas de organización deportiva y comunitaria, haciéndolos partícipes durante el proceso y con los productos de cada sesión.

Teniendo en cuenta los contextos territoriales, el producto final puede relacionarse con otras iniciativas locales de reconciliación que sean acciones complementarias que se puedan desarrollar en los territorios para potenciar las capacidades de la estrategia Somos Paz. En este caso pueden ser:

- » Olimpiadas deportivas por la paz: según el tipo de deportes predilectos de la región, organizar unas competencias a manera de olimpiadas, en las que se promueva la sana competencia.
- » Maratón de deportes por la paz: actividades competitivas y juegos en los que se realicen maratones deportivos.
- » Jornada de deporte y uso del tiempo libre: juegos en familia que involucran el baile, las carreras, los relevos y otras actividades grupales.
- » Caminatas al aire libre: reconocimiento del territorio a través de caminatas ecológicas en familia.
- » Festival de juegos autóctonos: según los juegos tradicionales de la región, se realiza una jornada lúdica de esparcimiento.



4

TABLA DE ALCANCE Y SU SECUENCIA





Deportes para la Paz				
Iniciativa Local de Reconstrucción Psicológica: Participación de la comunidad "Juntos en el juego por el bienestar de la paz"				
Nº	Sección	Propósito	Competiciones	Duración
1	Reconocemos el deporte para la paz.	Sensibilizar acerca de las actividades deportivas y juegos autóctonos de la comunidad como agentes de paz.	Participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva. Escuchar y dialogar con los otros y otras.	3 horas Juegos colectivos de paz
2	Imaginemos y construyamos las capacidades y colores de la paz con el deporte	Reconocer nociones y principios que se proyectan en la propuesta del deporte para la Paz.	Escuchar y dialogar con los otros y otras. Confiar en el otro. Reconstruir la memoria individual y colectiva.	3 horas Juegos bajo principios: juego limpio, respeto, solidaridad, no violencia y cuidar al otro
3	Vivimos el deporte con "respeto, juego limpio, solidaridad, la no violencia y cuidar al otro".	Comprender las ocho capacidades de la estrategia Somos Paz en el deporte.	Confiar en el otro/a. Escuchar y dialogar con las otras y otros. Respetar la vida e integridad propia y la de los demás.	3 horas Banderas y carteles de las capacidades Somos paz
4	Soy un líder del deporte	Identificar las cualidades y valores de un buen líder deportivo para la paz	Convivir con los demás sin hacer daño Transformar los conflictos creativamente y sin violencia.	3 horas Cualidades de un líder deportivo como gestor de paz.
5	Jugamos y creamos espacios de participación activa.	Reconocer, respetar la vida e integridad propia y la de los demás, por medio del desarrollo de las destrezas deportivas.	Participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva.	3 horas Respetar la vida e integridad propia y la de los demás en el deporte.
6	Participemos con el deporte para una comunidad de paz y reconciliación	Reconocer la capacidad escuchar y dialogar con los otros y otras por medio del desarrollo de las destrezas deportivas	Escuchar y dialogar con las otras y otros. Convivir con las y los demás sin hacer daño.	3 horas Decálogo de buenas formas de diálogo para un deporte en paz
7	Mi equipo es mi identidad "Festival deportivo".	Generar símbolos de paz en el deporte en espacios de interacción deportiva entre los diferentes grupos participantes.	Confiar en el otro/a. Escuchar y dialogar con las otras y otros.	3 horas Encuentro deportivo (inter equipos) y presentación de símbolos de paz: lema, eslogan y mascota.
8	Juego, participo con un "no a la violencia" en el deporte	Reconocer en el deporte una expresión de comunicación y herramienta para fortalecer el concepto de no violencia.	Transformar los conflictos creativamente y sin violencia. Perdonarse a sí mismo y a los demás	3 horas Campaña de la No violencia en el deporte por medio de afiches.

Deporte para la Paz				
Iniciativa Local de Reconstrucción Familiar Deportiva con participación de la comunidad "Juega la Juega por el territorio de paz"				
Nº	Exposición	Propósito	Capacidades	Duración
9	El deporte como expresión de confianza	Fortalecer la expresión confianza para cultivar cultura de Paz en el deporte.	Transformar los conflictos creativamente y sin violencia. Confiar en el otro.	Entrevistas a padres, hermanos y vecinos/as en torno a la expresión confianza en el deporte. 3 horas
10	Territorio de paz y un símbolo para participar	Apropiarse del entorno como territorio de paz	Confiar en el otro/a. Escuchar y dialogar con otras y otros	Caminata ecológica y mensaje 3 horas
11	Organizamos capacidades deportivas para la paz.	Fortalecer y comprometer liderazgos en las expresiones deportivas como facilitador de territorios de paz.	Confiar en el otro/a. Escuchar y dialogar con las otras y otros. Transformar los conflictos creativamente y sin violencia.	3 horas Líderes deportivos
12	Participamos con el deporte en una comunidad de paz	Reconocimiento del factor de liderazgo (gestores) tten los procesos de reconciliación y paz a través del deporte.	Participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva.	Actividades para apertura de los juegos deportivos 3 horas

Socialización y Valoración Estrategia Deporte para la Paz



PRIMERA SESIÓN:

RECONOCEMOS EL DEPORTE PARA LA PAZ



Propósito

Sensibilizar acerca de las actividades deportivas y juegos autóctonos de la comunidad como agentes de paz.



Capacidad

- » Participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva.
- » Escuchar y dialogar con los otros y otras.



Duración

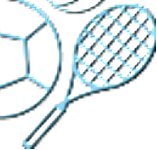
3 horas



Materiales

- » Cartulina
- » Marcadores permanentes
- » Papel periódico
- » Cinta de enmascarar





SECUENCIA METODOLÓGICA

Inicio (45 minutos)

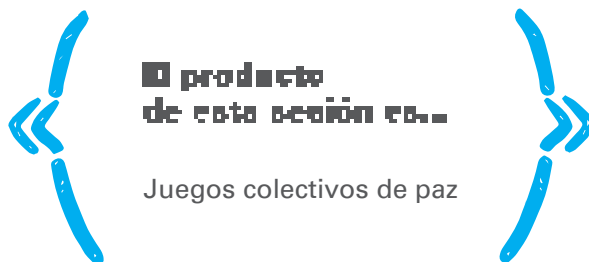
En este primer momento se pretende motivar e identificar intereses, gustos por las actividades deportivas, generar un clima de fraternidad y confianza de los y las participantes. Al igual que sensibilizar, también se busca socializar los alcances de la propuesta estableciendo acuerdos, compromisos y reglas para el buen desarrollo de la estrategia; es importante tener en cuenta:

1. Estrategia de convocatoria, bienvenida y motivación dirigida a los niños, niñas y adolescentes de la comunidad.
2. Estrategias de difusión y sensibilización a las niñas, niños y adolescentes, enfatizando la intencionalidad de la estrategia Somos Paz.

Puede dividir el grupo en dos partes, pida a cada participante que se numere con el uno y el dos de manera consecutiva, luego indique a los números uno que se deben quedar en el exterior formando un círculo, y los números dos deben pasar al interior conformando otro.

Con los y las participantes frente a frente, indíqueles que se presenten, saludándose con la mano y que digan su nombre, la actividad o deporte preferido y lo que no les gusta. Al final de la presentación, ambos se darán un gesto corporal que exprese paz y reconciliación. Dado un tiempo prudencial, el facilitador indica por medio de una señal la orden de que cada grupo gire en sentido contrario, de forma que les corresponda presentarse con alguien diferente.

Esta actividad puede tener variables como: saludarse codo a codo, rodilla a rodilla, oreja con oreja; entre otros.



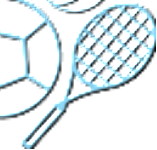
Exposición (45 minutos)

Para iniciar esta etapa, es necesario que los y las participantes reconozcan quiénes son y el por qué están allí, para lo cual se inicia conformando parejas, quienes deben cumplir la tarea propuesta tomados de la mano, con la condición de que no se pueden soltar en el desarrollo de la instrucción dada por el facilitador en voz alta; las parejas deben ponerse de acuerdo con el fin de que no se choquen entre ellos, ni con otras parejas.

Algunas de las tareas pueden ser:

- » Tocar algo que sea de color verde.
- » Ahora algo redondo.
- » Un compañero que tenga tenis negros.
- » Un árbol frutal.
- » La esquina de un sitio.

Después, pida a los y las participantes formar grupos con diferentes números de integrantes (dos, tres, cuatro, cinco, etc.) para continuar con el desarrollo de tareas.



A continuación, entréguele a cada equipo, conformado al final de la actividad anterior, dos marcadores y medio pliego de cartulina; en esta cada grupo debe elaborar un paralelo entre las cosas que fueron fáciles y las difíciles para el desarrollo o cumplimiento de las tareas establecidas por el facilitador.

Ayude a los equipos a pensar sobre su reflexión con preguntas orientadoras como:

- » ¿Qué sucedió con el equipo en la medida que aumentaban el número de integrantes?
- » ¿Todos debían ponerse de acuerdo?
- » ¿Existía algún participante que orientaba el desarrollo de actividades?
- » ¿Qué momentos fueron fáciles y difíciles para el equipo, en el desarrollo de la tarea propuesta?

Es muy importante tener en cuenta que, mediante el deporte, la recreación y los juegos, los niños, niñas y adolescentes aprenden a pensar críticamente y a solucionar problemas, donde se potencian la amistad, solidaridad y el juego limpio. Además de prepararlos para asumir acciones de liderazgo y responsables con sus equipos, esto se traducirá a futuro con compromiso con la comunidad.

Finalmente, realice un círculo que integre a todos los niños, niñas y adolescentes; en este momento cada equipo expondrá su cartelera y reflexión por medio de un relator, nombrado con anterioridad.

Importante en este momento que se tengan en cuenta las capacidades establecidas para esta sesión a fin de que alrededor de ellas giren las reflexiones y conclusiones de la actividad.

Participa (90 minutos)

Una vez finalizada la actividad anterior, pídales que inventen o ajusten un juego que pueda ser desarrollado por todos los y las participantes del equipo conformado, y haga la entrega de un pliego de papel periódico a cada equipo, de manera que allí se escriban de forma clara las reglas, el nombre y el mensaje de Paz y reconciliación que este juego debe dejar.

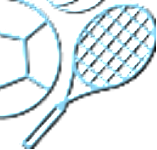
Pida a varios grupos que, voluntariamente, dirijan y desarrollen el juego o deporte que propusieron, explicando cómo se llama, cuáles son las reglas y cuál es el mensaje de paz, de forma que los demás participantes lo desarrollen.

Es importante dar una total participación y liderazgo al equipo que coordina y desarrolla la propuesta con el resto de sus compañeros.

Para realizar el cierre de esta etapa, es importante indagar con los y las participantes que juegos conocen de sus padres y /o abuelitos, cómo y qué juegos hacían cuando ellos eran niños y jóvenes.

Es importante tener en cuenta que en este momento se hace el contraste de las





actividades que ellos y ellas propusieron en el momento Expresa y las que se hacen en la indagación de recordar juegos de los padres y/o abuelos.

Recuerda que...

El deporte puede ayudar a las niñas, los niños y a los adolescentes a afirmar su lugar en la sociedad, y brinda la oportunidad de ejercer control sobre sus vidas. De igual forma, les permite establecer amistades y les enseña a ejercer liderazgo, a ser autosuficientes y autónomos.

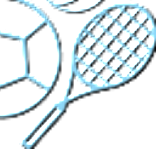
Ritual de cierre

Ahora organice el grupo en un círculo, de forma que cada uno exprese sus opiniones alrededor de preguntas como:

- » ¿Por qué el deporte y el juego son para hacer amigos/as y construir cultura de paz, a través de la historia?
- » ¿El juego y el deporte ayudan hacer buenas amistades?
- » Cuando se juega, ¿qué acciones contribuyen con la paz?

Al final despida a las y los participantes, recordándoles la hora y lugar para la próxima sesión.





SEGUNDA SESIÓN:

IMAGINEMOS Y CONSTRUYAMOS LAS CAPACIDADES Y COLORES DE LA PAZ CON EL DEPORTE



Propósito

Reconocer nociones y principios que se proyectan en la propuesta del Deporte para la Paz.



Capacidad

Escuchar y dialogar con los otros y otras.

Confiar en el otro.

Reconstruir la memoria individual y colectiva.



Duración

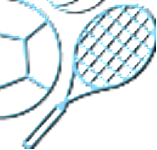
3 horas



Materiales

- » Pliegos de papel de colores
- » Cinta pegante
- » Papel periódico
- » Acuarelas
- » Pinceles





SECUENCIA METODOLÓGICA

Piensa (45 minutos)

Inicialmente, a las niñas, niños y adolescentes les corresponde asumir un papel activo en la construcción de lo que significa la paz y la reconciliación. Invite a los y las participantes a realizar de forma creativa, en grupos de tres o cuatro, un mensaje que debe interpretarse por medio de una porra; es decir, un canto corto con movimientos a manera de animación de equipos, acerca de lo que comprenden por paz y reconciliación, fruto de sus vivencias y experiencias dentro de su comunidad. Cada grupo tiene 15 minutos para preparar su porra y luego socializarla.

Se recomienda que tome nota de las palabras claves y destacadas en un pizarrón o cartelera como referencia para la conclusión.

Finalmente, pregunte a niños, niñas y adolescentes participantes:

- » ¿Cómo permite deporte y juego construir paz y reconciliación?
- » ¿Por qué sería importante hablar de deporte y paz?
- » ¿De qué forma aportaría a fomentar mensajes de paz en el juego?

Recuerda que...

Una porra es un canto corto acompañado de movimientos, usada para animar equipos.

El producto de esta sesión es...

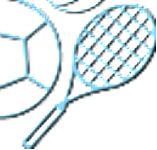
Juegos bajo principios: juego limpio, respeto, solidaridad, no violencia y cuidar al otro.

Tenga en cuenta que es importante mostrar la relación que existe entre los mensajes de cada una de las porras y las conclusiones del diálogo sostenido con los niños, niñas y adolescentes; en este momento puede resaltar las ideas expresadas por los y las participantes, durante el momento de la presentación de las porras de cada equipo.

Expresa (45 minutos)

Corresponde a este momento relacionar los mensajes contruidos en el momento Piensa, con los principios de paz en el deporte; para lograrlo se recomienda realizar juegos cooperativos donde los niños, niñas y adolescentes logren afirmar los mensajes y principios. Inicie la actividad desarrollando el juego “la gruta sin salida”, con el objetivo de organizar grupos aleatorios.

Tenga en cuenta que los juegos cooperativos corresponden a actividades que buscan participación del grupo para alcanzar un fin o desarrollar una tarea. Lo importante no es ganar, sino cumplir con el objetivo.



Ubique un espacio abierto 30 X 20 metros, coloque 20 aros por todo el campo delimitado así: cuatro amarillos, cuatro azules, cuatro rojos, cuatro verdes, cuatro naranjas. Se les solicita a los y las participantes que se desplacen de la forma como el facilitador diga, "corriendo", "corriendo de lado", "saltando" y, a una señal, cada persona debe meterse dentro del aro.

Podemos dar variantes diferentes, por ejemplo, cada vez que se entren en el aro asignar una tarea. Ejemplo: de espalda dentro del aro, en un pie dentro del aro, etc.



Se repite la dinámica, pero va retirando de a un aro hasta que queden cinco, uno por color, de manera que todos deben quedar dentro o tocando el aro. Finalmente, los y las que queden en cada aro serán integrantes de un equipo al que se le asigna el color y la palabra alusiva a la paz así:

- » Juego Limpio = color rojo
- » Solidaridad = color amarillo
- » Respeto = color verde amarillo
- » Cuidemos al otro = color azul
- » No violencia = naranja

Con los grupos ya organizados, solicite que en y expresen en un pliego de papel

periódico dos o tres mensajes alusivos a la paz en el deporte, socializando y explicando a los demás grupos su mensaje. Al finalizar la socialización, indique que, cuando les corresponda competir o jugar contra otro equipo en el siguiente momento, deberán gritar el mensaje al inicio de la prueba, por ejemplo: "con solidaridad hacemos Paz, la no violencia es hacer paz". Explique, de manera sencilla, que estos conceptos pertenecen a la estrategia Somos Paz, para que vayan incorporándolo en su actitud y lenguaje.

Participa (90 minutos)

Con los grupos ya organizados por colores y con sus mensajes de paz definidos de forma creativa, solicite a los y las participantes que diseñen un logo (imagen o símbolo) que se identifique con el mensaje, y que propongan un juego de equipo autóctono o tradicional a los grupos participantes.

En consenso eligen dos juegos y se organizan para participar por equipos en un tiempo estimado de 45 minutos, teniendo en cuenta "gritar o cantar el mensaje" que identifica el grupo.

Es importante dar un reconocimiento verbal a quienes se destaquen por originalidad y actitud al aplicar los cinco principios en los juegos.

Recordemos que...

Los niños, niñas y adolescentes aportan a la construcción de paz a través de sus actitudes, acciones individuales y conjuntas, en juegos grupales competitivos, vivencias que expresen construcción de una cultura de paz.



Ritual de cierre

Realice una reflexión colectiva, en la que cada niño, niña y adolescente diga una palabra con la que relacionan los principios vistos (juego limpio, respeto, solidaridad, la no violencia, y cuidar del otro).

Después de terminar la ronda de palabras, señale aquellas que más se repiten para lograr que estos principios sean los que orienten el resto de las sesiones.



TERCERA SESIÓN:

RECONOCIENDO OCHO CAPACIDADES PARA CULTIVAR UNA CULTURA DE PAZ EN EL DEPORTE



Propósito

Comprender las ocho capacidades de la Estrategia Somos Paz en el deporte.



Capacidad

- » Confiar en el otro/a.
- » Escuchar y dialogar con las otras y otros.
- » Respetar la vida e integralidad propia y la de los demás.



Duración

3 horas



Materiales

- » Marcadores
- » 10 octavos de cartulina
- » Cinta de enmascarar
- » Papel periódico
- » Cintas de ocho colores diferentes
- » 8 juegos de petos
- » 4 banderas de diferente color



SECUENCIA METODOLÓGICA

Planear {45 minutos}

Inicialmente se debe tener en cuenta empezar a inculcar en las niñas, niños y adolescentes participantes, actividades de calentamiento físico general, de motivación, para lo cual se desarrolla la actividad llamada **el círculo humano**; así, se pide a los niños, niñas y adolescentes participantes formar grupos de cinco integrantes mínimo, tomados de la mano y hombro con hombro. No deben dar sus dos manos al mismo jugador, ni a los jugadores de al lado. Sin soltarse nunca, deben “desanudarse” volviendo a quedar en círculo.

El producto de esta sesión es...

Banderas y carteles con mensajes de las capacidades de la estrategia **Somos Paz**

A continuación, a los grupos establecidos se les entrega una cartulina, marcadores o colores para el siguiente ejercicio:

- » Presente en una cartelera las ocho capacidades en letras grandes para que los y las participantes realicen un análisis comenten y propongan sus significados y acciones que permitan fortalecer una cultura de paz.
- » Hecho este ejercicio, solicite a cada grupo que escriba el mayor número de capacidades memorizadas con letra grande (10 cm) en una cartulina, corten cada una de las letras y las introduzcan en una bolsa.
- » Cada grupo se sienta en círculo. Diga en voz alta el nombre de una capacidad, los grupos

deben construir con las letras de la bolsa la capacidad enunciada.

- » El grupo que logre cumplir primero tendrá un punto. Gana el equipo que acumule más puntos.

Asigne una capacidad a cada grupo y solicite que dialoguen y presenten tres aportes que hacen las capacidades a una cultura de paz en el deporte.

Recuerda que...

Las ocho capacidades de la estrategia Somos paz: 1. Respetar la vida e integridad propia y la de los demás. 2. Participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva. 3. Convivir con las y los demás sin hacer daño. 4. Transformar los conflictos creativamente y sin violencia. 5. Confiar en el otro/a. 6. Perdonarse a sí mismo y a los demás. 7. Escuchar y dialogar con las otras y otros. 8. Reconstruir la memoria individual y colectiva.

Expresar {90 minutos}

Este momento es importante ya que los niños, niñas y adolescentes ponen en escena e integran las ocho capacidades mediante el juego tradicional “captura la bandera”. Se les pide a los grupos participantes identificar y escoger **una capacidad de la estrategia Somos paz**, la cual será el nombre del grupo, aplicándola durante el juego “captura la bandera”.

A tener en cuenta...

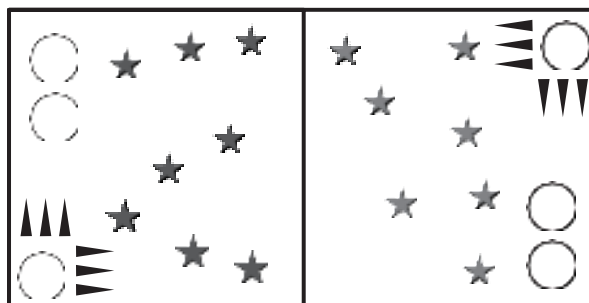
- » Formular claramente los objetivos de cada sesión.
- » Desarrollar los objetivos en cada sesión.
- » Variar la estrategia de una sesión a la siguiente, con el fin de enriquecer la experiencia de los jugadores.
- » Incluir en el plan uno o dos juegos extra.

En segundo lugar, explique el juego, y tenga en cuenta lo siguiente: disponga de un espacio de 20 x 30 como mínimo para jugar, marque los límites del campo de juego, designe la línea central que divide los territorios. Por lo general, es más sencillo utilizar una línea natural, como el borde de la casa o, incluso, la línea invisible que forman dos árboles grandes y visibles. Luego, decida hasta donde llegarán los límites del campo de juego. Se escogen dos grupos de al menos seis personas equilibrados entre sí en cuanto a cantidad de niñas, niños y adolescentes participantes, y tienen nueve banderas, dos objetos similares para emplear como banderas. Solo tienen que ser dos objetos de tamaño y forma parecidos, de ser posible, buscar dar camisetas, pañoletas o petos para diferenciar los equipos. Ya organizados están listos para empezar.

Reúna dos grupos de participantes que sea número par. Marque una línea central que divide los equipos y los lugares donde pondrán las banderas, una vez las encuentren.

Cada equipo elige un lugar para esconder su bandera y el otro debe buscarla, para llevarla hasta el lugar donde debe quedar puesta.

CAPTURA LA BANDERA



Una vez finalizada la actividad, el facilitador entrega un pliego de cartulina o papel periódico, pidiendo a los grupos hacer un gran dibujo que simbolice la capacidad de la estrategia Somos Paz asignada, para ser pegada en un mural, que será presentado por un líder escogido por el grupo explicando el sentido y significado del dibujo, así hasta pasar los ocho grupos.

En el siguiente momento se propondrán espacios para asimilar la relación de las capacidades, la actividad con respecto a construir una cultura de paz y reconciliación.

Participa (45 minutos)

Al iniciar este momento, invite a los niños, niñas y adolescentes a visitar las carteleras elaboradas en el momento anterior; se les solicita que se organicen en equipos o grupos de acuerdo con un interés deportivo ejemplo: fútbol, baloncesto, voleibol, ponchados o juego que el grupo sugiera; organice y asigne los espacios y destaca el tener como base de los juegos dos aspectos: los principios deportivos "juego limpio, la solidaridad y el respeto" y las capacidades de la estrategia **Somos Paz**.



Al final socialice que se van a organizar actividades deportivas y recreativas a través de conformación de grupos deportivos y festivales. Se debe motivar para que escojan dos deportes y se involucren en el proceso de formación deportiva, el compromiso y reconocimiento de las capacidades durante todo el proceso de **Somos Paz**.

Puede sugerir eslogan, títulos o frases que acompañen la capacidad como:

- » Deporte y juego respetamos la vida.
- » Juego y confío en el otro.
- » El deporte sin violencia.

Recordar que...

Somos Paz está dirigido a desarrollar/ fortalecer capacidades entendidas como todo lo que las personas son capaces de Ser y Hacer, en este caso para promover la construcción de la Paz y la Reconciliación. Partimos de la idea de que los seres humanos tienen la capacidad de hacer efectivo su derecho a la Paz y, por lo tanto, pueden fortalecer o desarrollar todo su potencial para lograrlo.

Ritual de cierre

Genere un espacio de recuperación de mensajes y propósitos de la estrategia con lo siguiente:

- » Recordar las capacidades de la estrategia Somos Paz.
- » Nuestros lemas deportivos son juego limpio, respeto y solidaridad.
- » Recordar el cumplimiento a los acuerdos del grupo.

Después, permita que cada participante exprese su opinión y analice la importancia de ser constructores de paz.

Al final despida a las y los participantes, recordándoles la hora y lugar para la próxima sesión.

CUARTA SESIÓN:

SOY UN LÍDER DEL DEPORTE



Propósito

Reconocer las cualidades y valores de un buen líder deportivo para la paz.



Capacidad

- » Convivir con los demás sin hacer daño.
- » Transformar los conflictos creativamente y sin violencia.



Duración

3 horas

Materiales

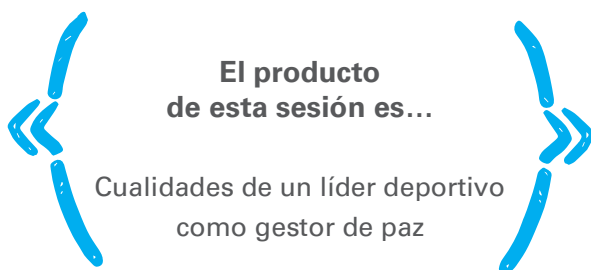
- » Pañoletas para tapar ojos
- » 3 mesas
- » Vasos de agua
- » Jarras de agua
- » Agua necesaria
- » Espacio abierto
- » Tizas
- » 2 pliegos de cartulina
- » Marcadores



SECUENCIA METODOLÓGICA

Piensa (45 minutos)

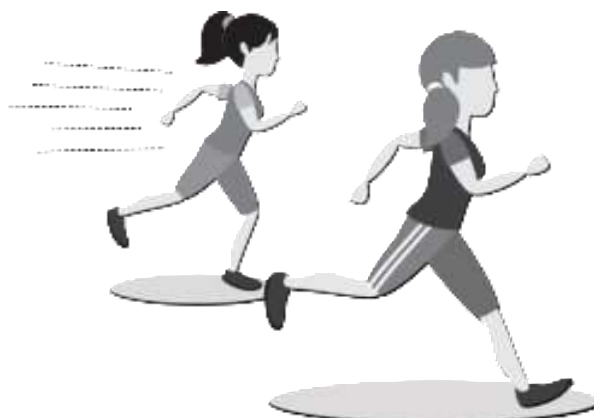
Para esta ocasión se trabajará con el grupo las nociones de las cualidades de un líder en el deporte y gestor de paz. Se conforman grupos de seis a ocho niños, niñas y adolescentes; el grupo escoge a un participante y lo acuestan con brazos abiertos en el piso, una vez esté acostado, delinean la silueta del elegido con una tiza y escriben las cualidades de lo que consideran de un buen líder alrededor de la silueta, por ejemplo: respetuoso, alegre, comunicativo entre otros.



Así mismo, el facilitador puede recordar a los grupos que las capacidades como; respetar la vida e integridad propia y la de los demás, participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva, convivir con las y los demás sin hacer daño, transformar los conflictos creativamente y sin violencia, confiar en el otro/a, perdonarse a sí mismo y a los demás, escuchar y dialogar con las otras y otros, reconstruir la memoria individual y colectiva; son capacidades que un líder y gestor de paz debe cultivar en él para aportar a su comunidad y territorio.

Para el cierre del momento, se les pide a los grupos que se reúnan en círculos y cada integrante diga una cualidad que considera

tiene como líder. A continuación, cada grupo escoge un líder que guiará a su equipo en competencias grupales o por equipos, con carreras de relevos, haciendo variantes como carrera libre, con obstáculos y otras; designe al líder la labor de guiar y velar por respetar las reglas, el juego limpio y la solidaridad, no ser violento y proteger al otro.



Es fundamental dar lineamientos del calentamiento funcional, que consta de tres partes: adaptación cardiopulmonar, a través de un trote suave por cinco minutos, estiramiento muscular y movilidad articular. Se sugiere hacer de manera dirigida y de forma diferente individual y grupal.

Expresa (90 minutos)

Para este segundo momento, las niñas, los niños y adolescentes se reúnen con el propósito determinar actividades por consenso, de acuerdo con su interés, para fortalecer procesos de liderazgo. Se debe tener en cuenta que los intereses de los y las pequeñas pueden ser diferentes.

Así se conforman los grupos escogiendo en consenso a un líder por grupo, se entrega una

planilla de diferentes actividades (fútbol, voleibol, baloncesto, y otras actividades practicadas en la región) para que las niñas, los niños y adolescentes escojan por gusto y preferencia tres deportes y/o actividades tradicionales. A continuación, reúna al grupo para que conversen y acuerden, con base en las siguientes preguntas:

- » ¿Qué deporte y actividades son de mayor agrado? Desde estas conclusiones enfocará las prácticas deportivas como estrategia construcción de identidad de paz.
- » ¿Qué es un líder?
- » ¿Cuáles son las características de un líder?

Recuerda que...

La construcción de la cultura e identidad propia y de los otros y otras por medio de las expresiones corporales, deportivas y lúdicas, cultura, identidad, saberes y tradiciones propias y colectivas, son factores que favorecen la protección, el reconocimiento de las capacidades locales y la valoración positiva sobre aquellas prácticas que van en contra de la protección de la niñez, la construcción de escenarios de Paz y los procesos de reconciliación. En ese sentido, el deporte, a través de la corporalidad, permite esa identidad individual y colectiva, porque permite pasar de generación en generación saberes y costumbres.

Escriba en una cartelera las principales conclusiones.

Aclarado y conceptualizado sobre lo que es un buen líder, realice la siguiente dinámica para

vivenciar las nociones construidas de liderazgo. La actividad se llama “El guía” y tiene como objetivo fortalecer el liderazgo y fomentar la capacidad de confiar en el otro y en el grupo. Se requiere de los siguientes materiales: pañoletas para tapar ojos, tres mesas, vasos de agua, jarras de agua y agua necesaria, un espacio abierto.

Para tener del tema...

En este momento, como facilitador, debe acompañar en la orientación y motivación de los niños, niñas y adolescentes.

Una vez se ha organizado el espacio, se seleccionan líderes iniciales en cada grupo, y van escogiendo alternadamente a qué líder quieren apoyar.

En un grupo, los y las participantes llevan los ojos tapados y un participante es el seleccionado como líder. En un extremo, se colocan dos mesas con vasos y jarras de agua. En el otro, una mesa con las jarras vacías.

El líder o los y las líderes (en función del grupo) deben guiar a los demás, quienes tienen los ojos tapados con la pañoleta de un extremo a otro para, con el agua del vaso, llenar las jarras vacías, gana quien lo logre celebra su triunfo con su guía.

Finalizada la actividad motive a los y las participantes a expresar y opinar sobre:

- ¿Cómo se sintieron con su líder?
 - ¿Confiaron en él y en su equipo?
 - ¿Cómo se aplicó la capacidad de la estrategia para la paz de confiar en sí mismo y en el otro?
- Es muy importante la reflexión final y sus conclusiones.



En el siguiente momento se podrá desarrollar la organización de los grupos y su intención en la estrategia **Deporte para la Paz**

Participa (45 minutos)

Ya organizados los grupos, y con mayor claridad de los roles y características de los y las líderes, se orientan a desarrollar en acuerdo los deportes y o actividades elegidas donde los y las líderes se empoderan en tres aspectos:

- » Los grupos estarán equilibrados en número.
- » Deben acoger niños, niñas y adolescentes equitativamente por grupo.
- » Velarán por el respeto a los acuerdos de reglas, juego limpio y la solidaridad, la no violencia, y cuidado del otro.

Finalizados los encuentros deportivos, se les pregunta a los niños, niñas, y adolescentes:

- » ¿Les gustó la actividad?
- » ¿Qué otras cualidades destacan de sus líderes?

Por medio de los y las **líderes**, la actividad se enfocará hacia la construcción de los grupos para dinamizar los procesos de formación deportiva, a partir de iniciativas y propuestas que existen en el territorio, además debe dejar definido un nombre, su slogan que lo identifique con una de las capacidades de la estrategia de paz y un símbolo.

En esta fase, entregue un distintivo (uniforme, camiseta, peto) según recursos asignados, y se centran en diseñar sus logos, distintivos, mascota, slogan, **símbolos de paz** para presentar en desfile simbólico de apertura.

Con los equipos que han trabajado desde el inicio del encuentro deben organizar y realizar lo siguiente:

- » Practicar los himnos de su región y de Colombia.
- » Practicar el desfile.
- » Definir y acordar símbolos de la paz.
- » Invitar a la comunidad y entes políticos, comunitarios a apertura del evento.
- » Tener presente la intención de la expresión **Deporte para la Paz**

Cada grupo realiza ensayos y prepara la presentación. Es importante tener claro con cuáles recursos y logística se puede contar y buscar mecanismos de comunicación para invitar a la comunidad, autoridades locales, líderes comunales, y estamentos a la “Inauguración del Festival Deportivo para la Paz y Reconciliación”, que será el producto final de todo el proceso de Deporte para la Paz.

Recuerda que...

Es importante enfatizar en la intención de esta sesión: Construir una cultura e identidad deportiva de participación propia y colectiva, significa que los niños, niñas y adolescentes participan, organizan, convocan y desarrollan de manera activa las acciones propuestas.

Ritual de cierre

Organice parejas para que, a través de una frase, expresen: ¿Cómo puedo ser líder?, ¿Cuáles capacidades debe tener un líder de paz en el deporte? Al finalizar invite algunas parejas a que socialicen sus aportes con el grupo general para hacer el cierre de la sesión.



QUINTA SESIÓN:

JUGAMOS Y CREAMOS ESPACIOS DE PARTICIPACIÓN ACTIVA



Propósito

Reconocer respetar la vida e integridad propia y la de los demás por medio del desarrollo de las destrezas deportivas.



Capacidad

Participar y construir la cultura e identidad propia y colectiva.



Duración

3 horas



Materiales

- » Balones de vinilo o de ligero peso
- » Balones de futbol o baloncesto
- » Hojas de papel
- » Marcadores
- » Petos o camisetas de acuerdo con el número de participantes



SECUENCIA METODOLÓGICA

Piensa (45 minutos)

La sesión se centra en los procesos de desarrollar destrezas y habilidades motrices deportivas, formación deportiva en la parte disciplinar y en cada sección se profundizará en una capacidad específica. Corresponde a la capacidad **“respetar la vida e integridad propia y la de los demás”**, de manera que se les debe hacer énfasis de la intención.

El producto de esta sesión es...

Mensajes escritos alusivos a respetar la vida e integridad propia y la de los demás en el deporte.

La primera actividad es el encuentro con las niñas, los niños y adolescentes para hablar de la importancia del significado de la vida; para ello, solicite que se dividan en grupos de cinco y entregue un pliego de cartulina o papel periódico, se les pide que realicen un dibujo que responda a estas dos preguntas:

- » ¿Qué es la vida y qué debo hacer para respetar mi vida?
- » ¿Cómo desde el deporte y el juego aprendo a respetar la vida y la de los demás?

A continuación, haga un círculo donde de manera voluntaria se dé respuesta a las preguntas y se generen conclusiones colectivas alrededor de ellas.

Por último, para cerrar este momento realice un juego donde la intención es cuidar y respetar la integridad del compañero, buscando lograr el objetivo, para lo cual se propone la actividad de **“alto”**.

Este juego tiene como objetivo afirmar nociones de la capacidad **“respetar la vida e integridad propia y la de los demás”**.

Primero se dibuja un círculo y luego uno más chico en medio, luego se divide en varias partes. Cada uno de los jugadores pone un nombre de país, estado, frutas, animales o su propio nombre en cada una de las divisiones que se hizo en el círculo. En el círculo de en medio ponen Alto o Stop, cada uno pone un pie en donde puso su nombre, su fruta, etc. Tenga en cuenta la siguiente ilustración:



Pida que elijan a un participante para que comience el juego, esta dice "con respeto y amor invito a la paz en nombre de mi buen amigo que es **“sandía”** (el nombre del niño, niña o adolescente que considere).

El niño, niña y adolescente que tiene ese nombre, debe que pisar el círculo más chico y decir "Alto o Stop", los demás tienen que correr lo más que puedan, al escuchar al compañero que grita Alto o Stop, se detienen inmediatamente.

