



10 Dinámicas para Día Mundial del Síndrome de Down, 21 de marzo

Calcetines desparejados

- Objetivos: Valorar la diversidad y normalizar las diferencias individuales
- Materiales: Calcetines (propios del alumnado)
- Desarrollo: El alumnado acude con calcetines diferentes o se los intercambia en clase. Se inicia un diálogo guiado sobre la diferencia, planteando preguntas como: ¿por qué los llevamos distintos?, ¿qué pasaría si todos fuéramos iguales? Se finaliza con una reflexión sobre la importancia de la diversidad.



Ponte en mi lugar

- ✕ • Objetivos: Desarrollar empatía y Comprender dificultades de otras personas.
- Materiales: Folios, Lápices.
- Desarrollo: El alumnado realiza pequeñas tareas con dificultad añadida ✕ (escribir con la mano no dominante, leer textos alterados, etc.). Posteriormente se reflexiona sobre cómo se han sentido y se relaciona con las dificultades que pueden tener otras personas en su día a día.

Dinámica "¿Y si...?"

- Objetivos: Desarrollar pensamiento crítico y Fomentar la empatía
- Materiales: Tarjetas con preguntas
- Desarrollo: El docente presenta diferentes situaciones hipotéticas (¿y si nadie quisiera jugar contigo?, ¿y si necesitaras más tiempo para aprender?). El alumnado reflexiona primero de forma individual y luego en pequeños grupos. Finalmente, se realiza una puesta en común donde se comparten ideas y soluciones, fomentando la empatía y la comprensión hacia los demás.



Role-playing inclusivo

- ✕ • Objetivos: Aprender a resolver conflictos y Practicar conductas inclusivas
- Materiales: Tarjetas con situaciones
- Desarrollo: El docente reparte tarjetas con situaciones (por ejemplo: un alumno que queda excluido del grupo, alguien que necesita ayuda para una tarea). En pequeños grupos, el alumnado representa primero la situación problemática y después propone y representa una solución inclusiva. Finalmente, se comentan las representaciones y se extraen conclusiones sobre cómo actuar correctamente. ✕

Todos tenemos algo especial

- Objetivos: Reconocer fortalezas y debilidades y Fomentar la autoestima
- Materiales: Papel, Bolígrafo
- Desarrollo: Cada alumno recibe un papel donde debe escribir dos aspectos: algo que se le da bien y algo que le cuesta más. Se les da tiempo para reflexionar de forma individual. Después, de manera voluntaria, algunos alumnos comparten sus respuestas con el grupo. El docente destaca que todos tienen habilidades diferentes y que las dificultades forman parte del aprendizaje. Finalmente, se pueden recoger las aportaciones en un mural o listado visible en clase.



Mural "Diferentes pero iguales"

- ✕ • Objetivos: Expresar ideas sobre inclusión y Fomentar la creatividad
- Materiales: Cartulina, Rotuladores, Colores
- Desarrollo: El docente entrega materiales y propone crear un mural colectivo. Cada alumno dibuja una mano, una figura o escribe un mensaje relacionado con la inclusión, el respeto o la diversidad. Una vez terminados, se recortan y se pegan en una cartulina grande formando un mural. Se finaliza comentando los mensajes y destacando la importancia de aceptar y valorar a todas las personas. ✕

Corto y reflexión

- Objetivos: Sensibilizar sobre la inclusión y Desarrollar pensamiento crítico
- Materiales: Vídeo, Proyector
- Desarrollo: El docente proyecta un corto relacionado con la inclusión. Durante el visionado, el alumnado observa en silencio. Al finalizar, se plantean preguntas como: ¿qué le ocurre al protagonista?, ¿cómo se comportan los demás?, ¿qué emociones aparecen? Se fomenta la participación y se relaciona el contenido del vídeo con situaciones reales del aula, destacando la importancia de la empatía y el respeto.



Puzzle de la inclusión

- ✗ • Objetivos: Fomentar el trabajo en equipo y Valorar la aportación individual
- Materiales: Piezas de cartulina, Rotuladores
- Desarrollo: El docente reparte a cada alumno una pieza de puzzle previamente recortada. Cada uno escribe su nombre y una cualidad positiva (por ejemplo: creativo, amable, trabajador). Una vez terminadas, todos colocan sus piezas en un espacio común para formar un puzzle completo. El docente guía la reflexión indicando que si falta una pieza, el puzzle no está completo, igual que en un grupo todas las personas son importantes. ✗

Cadena de favores

- Objetivos: Fomentar actitudes positivas y Potenciar la convivencia
- Materiales: Papeles con nombres
- Desarrollo: El docente reparte a cada alumno un papel con el nombre de un compañero. Durante unos minutos, cada uno debe realizar una acción positiva hacia esa persona (ayudarle en una tarea, decirle algo amable, compartir material, etc.). Después, se realiza una puesta en común donde el alumnado expresa cómo se ha sentido tanto al ayudar como al recibir ayuda, reforzando la importancia de las acciones positivas.



Palabras que suman

- ✗ • Objetivos: Promover el lenguaje respetuoso y Identificar palabras inclusivas
- Materiales: Pizarra, Rotulador
- Desarrollo: El docente dibuja dos columnas en la pizarra: "Palabras que ayudan" y "Palabras que dañan". El alumnado propone ejemplos que se van anotando en cada columna. Posteriormente, se reflexiona sobre cómo el lenguaje influye en los sentimientos de los demás y en la convivencia, destacando la importancia de utilizar palabras respetuosas e inclusivas. ✗