

## Actividad 7

### Saber amar y ser amado y Saber pensar - Camino de retos positivos

El tablero tiene la forma de un **camino en zigzag** (como una serpiente que avanza de izquierda a derecha y de arriba a abajo).

- Inicia con una **casilla de bienvenida** y termina con la **casilla final de “Foto de la Alegría”**.
- Cada casilla está **numerada del 1 al 15** y con un color diferente pero armónico (tonos vivos: verde, azul, amarillo, naranja, violeta).
- Los bordes pueden estar decorados con símbolos andinos (chakana, espiral, flores, estrellas).

#### Casilla 1 – Sonríe a alguien

- **Inicial:** muestra tu sonrisa más grande.
- **Primaria:** sonríe y di el nombre de un compañero.
- **Secundaria:** sonríe y explica qué significa para ti sonreír en un día difícil.

#### Casilla 2 – Abrazo

- **Inicial:** abrazo grupal con un muñeco o entre todos.
- **Primaria:** abraza a un compañero/a.
- **Secundaria:** decide entre un abrazo o un gesto respetuoso y acompáñalo con una frase de apoyo (“*no estás solo/a*”).

#### Casilla 3 – Agradece

- **Inicial:** decir “¡gracias!” fuerte al grupo.
- **Primaria:** agradecer a alguien por algo que hizo.
- **Secundaria:** agradecer mencionando un valor importante (“*gracias por tu paciencia*”).

#### Casilla 4 – Imita un animal

- **Inicial:** hacer el sonido de un animal.
- **Primaria:** imitar un animal del altiplano con movimiento.
- **Secundaria:** explicar qué enseñanza nos deja ese animal (ej. la llama enseña paciencia).

#### Casilla 5 – Piropo positivo

- **Inicial:** decir “qué lindo/a” a alguien.
- **Primaria:** dar un halago sencillo a un amigo/a (“*me gusta tu risa*”).
- **Secundaria:** reconocer una cualidad profunda de un amigo/a (“*admiro tu esfuerzo*”).

#### Casilla 6 – Sueña

- **Inicial:** decir lo que más les gusta (jugar, helado).
- **Primaria:** expresar un sueño para su curso (“*que haya más amistad*”).
- **Secundaria:** compartir un sueño ligado al futuro (“*quiero ser médico para ayudar*”).

#### Casilla 7 – Anima

- **Inicial:** gritar “¡tú puedes!”.
- **Primaria:** decir una frase corta de ánimo a alguien (“no te rindas”).
- **Secundaria:** dar un consejo inspirador (“aunque cueste, sigue adelante”).

#### Casilla 8 – Rimar

- **Inicial:** decir una palabra divertida.
- **Primaria:** decir una palabra positiva (amor, paz).
- **Secundaria:** inventar una rima versos que anime al grupo.

#### Casilla 9 – Piensa positivo

- **Inicial:** repetir “Hoy es un buen día”.
- **Primaria:** completar “Hoy es un buen día porque...”.
- **Secundaria:** reflexionar: “Cuando estoy negativo, algo que me ayuda es...”.

#### Casilla 10 – Aplauso colectivo

- **Inicial:** aplaudir todos a la cuenta de 3.
- **Primaria:** coordinar un aplauso al mismo tiempo.
- **Secundaria:** organizar un ritmo grupal de aplausos (ej. 1–2–3 pausa).

#### Casilla 11 – Mimo de alegría

- **Inicial:** saltar mostrando felicidad.
- **Primaria:** representar con gestos una emoción alegre.
- **Secundaria:** dramatizar una situación donde la alegría ayuda (ej. después de un error en clase).

#### Casilla 12 – Palabra de cariño

- **Inicial:** decir “amigo/amiga”.
- **Primaria:** elegir una palabra cariñosa para el grupo.
- **Secundaria:** inventar una frase corta con esa palabra (“la amistad nos une”).

#### Casilla 13 – Círculo de confianza

- **Inicial:** tomarse de las manos en círculo.
- **Primaria:** chocar las manos al centro con energía.
- **Secundaria:** cada uno dice una palabra positiva antes de juntar las manos.

#### Casilla 14 – Mensaje grabado

- **Inicial:** repetir una frase que dice el facilitador.
- **Primaria:** inventar una frase positiva corta para grabar.
- **Secundaria:** grabar un mensaje de amabilidad dirigido al curso.

#### Casilla 15 – Foto de la alegría

- **Inicial:** pose graciosa (orejas de conejo).
- **Primaria:** pose como superhéroes sonrientes.
- **Secundaria:** inventar una pose grupal que simbolice unión (ej. formar una palabra con sus cuerpos).