

De 6 a 12 años

Un juego de cartas
para mejorar
la autoestima

Max Nass y Marcia Nass

UNO
entre un
MILLÓN



www.teaediciones.com

Copyright © 2013 by TEA Ediciones, S.A. U



Madrid - Barcelona - Bilbao - Sevilla - Zaragoza

www.teaediciones.com

¿Qué es *Uno entre un millón*?

Es un **juego de cartas** dinámico para mejorar la autoestima de los niños.

Invita a los niños a reflexionar sobre su forma de tomar decisiones, de responder a las críticas, su forma de actuar, su forma de proponerse y alcanzar objetivos...

Permite que se den cuenta de que ciertos pensamientos, actividades y situaciones tienden a hacer que se sientan mejor consigo mismos que otras.



¿Por qué?

- La **autoestima** es un factor esencial para la salud académica, social y psicológica.
- Es posible aprender **hábitos cognitivos y conductuales** que les ayuden a sentirse mejor consigo mismos y a desarrollar niveles de confianza más elevados.



Materiales

4 tipos de cartas de juego con tarjetas numeradas con y sin preguntas.

4 tipos de cartas de “poderes” para dinamizar la partida, también con y sin preguntas.

100 cartas

- 18 cartas *Propulsores de autoestima* (color morado)
- 18 cartas *¿Qué harías si...?* (color rojo)
- 18 cartas *Cuando te sientes bien contigo mismo...* (color verde)
- 18 cartas *Me respeto* (color azul)
- 8 cartas *Toma una carta*
- 8 cartas *Cambio de sentido*
- 8 cartas *Salto*
- 4 cartas *Comodín*

1 manual de instrucciones

Cartas de juego

1
Cuando te sientes bien contigo mismo...

1

... sabes que tus amigos se preocupan por ti. ¿Cómo les demuestras a tus amigos que tú también te preocupas por ellos?

1

3
Me respeto

3

¿Qué es lo que más te gusta hacer? ¿Cuándo lo hiciste por última vez?

3

Cartas de juego

5

Propulsor de autoestima

5

«Me siento bien cuando tengo buenos resultados en el colegio».
¿Cuál es la asignatura que se te da mejor en el colegio?
Explica por qué te gusta tanto.

5

1

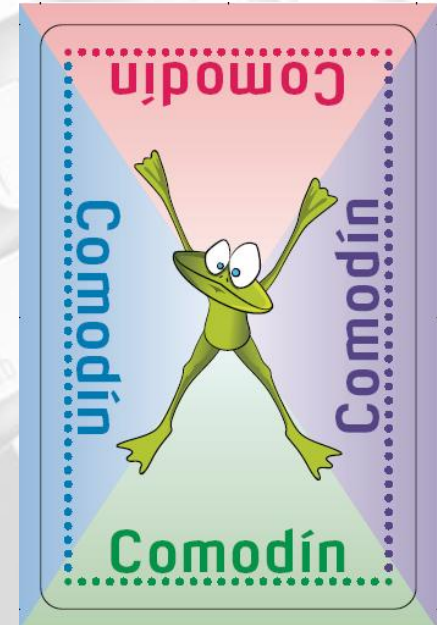
¿Qué harías si...

1

... has invitado a tu familia a verte jugar al fútbol y cuando te toca lanzar un penalti lo tiras fuera?

1

Cartas de “poderes”



¿Cómo se juega?

- OBJETIVO: descartarse de todas las cartas al tiempo que se responde a distintas preguntas.
- Es un juego tipo “UNO”.
- Se reparten 5 cartas y se deja un montón en el centro. Cada jugador deberá buscar entre sus cartas una que tenga el mismo color, número o dibujo que la del montón de descartes.
 - si la tiene, tiene que leer el texto y responder; si no la tiene, roba una carta hasta que encuentre la que le sirve.

Puntos fuertes

- Fácil de utilizar.
- Dinámico.
- Alta implicación en la dinámica del juego al ser familiar para los niños.
- Atractivo.
- Las ventajas de jugar en grupo.



Ficha técnica

Nombre: *Uno entre un millón. Juego de cartas para mejorar la autoestima.*

Adaptación española: Jaime Pereña Brand (2013).

Aplicación: Colectiva (de 2 a 4 jugadores).

Ámbito de aplicación: Niños y adolescentes de 6 a 12 años.

Duración: Variable.

Finalidad: Mejora del autoestima.

Materiales: manual de instrucciones y una baraja de cartas: Propulsores de autoestima (18), ¿Qué harías si...? (18), Cuando te sientes bien contigo mismo (18), Me respeto (18), Toma una carta (8), Cambio de sentido (8), Salto (8), Comodín (8).



Gracias por vuestra
atención

