



Ficha de Recurso Lúdico

Nombre del recurso:	Dedos Cruzados
Tipo de recurso:	Coordinación cruzada
Enlace de acceso:	https://vm.tiktok.com/ZMAAvpGFH/
Descripción general:	Los estudiantes comienzan tocando con el pulgar cada una de las puntas de los dedos de su misma mano, simultáneamente en ambas manos; para aumentar la dificultad, cruzan los brazos manteniendo el mismo movimiento de coordinación fina, lo que potencia la concentración, la lateralidad y la coordinación motriz en un ejercicio activo y pedagógico.
Edad sugerida:	6+
Número de jugadores / participantes:	Individual o grupal (simultáneo)
Tiempo aproximado de uso/ juego:	2-5 min
Nivel de dificultad:	Inicial
Competencias socioemocionales (CASEL):	Conciencia de sí mismo, Autorregulación, Toma de decisiones responsables
Orientaciones de uso:	• Puedes hacerlo entre bloques de clase, después de sentarse mucho, o antes de una evaluación para activar foco. • Se necesita espacio libre; música rítmica opcional (para marcar ritmo). • Individual (cada uno sigue su ritmo) + grupal (seguir al líder). • Es ideal comenzar lento, luego acelerar. • Puedes agregar conteo en voz alta o deletrear palabras mientras se mueven.

Nota: La información entregada corresponde a orientaciones y sugerencias de Observatorio del Juego.