



# LAS MANOS



*Llegar a convertir en extraño aquello que parece familiar, contemplar la maravilla de aquello que antes era natural y evidente: eso es lo que importa desde el punto de vista educativo —escribe Kieran Egan—. Nada más familiar que las manos; pero ¿nos hemos parado alguna vez a considerarlas realmente?*

Infinitas posibilidades gestuales, de tacto, de comunicación, de acciones. ¿Cómo son estas manos mías que me permiten entrar en contacto con el mundo, comunicarme con los demás, actuar y vivir? ¿Las conozco? Son diferentes de las tuyas, de las de los demás. Yo no las he escogido y, ellas, sin pedirme permiso, se van transformando, día a día, de manera imperceptible. ¡Cuántas cosas nos muestran las manos de cada uno! Todas son diferentes, sí, pero iguales en su valor, en aquello que nos ofrecen y aportan.

Cualquier tema, objeto o situación nos permite ir alimentando el hábito de explorar con todos los sentidos y hace posible desarrollar una percepción atenta y lúcida, puerta de entrada a la interrogación, al descubrimiento y la admiración. Esta vez tomaremos las manos como un eje de trabajo de reconocimiento de lo que somos; una actitud que nos pone en camino hacia la veneración profunda de la existencia en todas sus dimensiones.

Proponemos un conjunto de actividades para ayudar a tomar consciencia de las manos, de aquello que, de tan evidente que es, pasa desapercibido: sus características y el uso permanente y especializado de los que hacemos uso.

Como siempre que lo que pretendemos es dar valor a alguna cosa, a alguna realidad, lo más importante es crear las condiciones para que surja la valoración a partir de lo que se haga, de lo que se reflexione, de lo que se viva. En este sentido, nunca insistiremos lo suficiente en la importancia de tener presente que haya un buen ambiente, de cuidar las condiciones en que se realicen las actividades y los ratos de conversación.

*Del conjunto de actividades propuestas, iría bien comenzar de manera que puedan expresar su punto de vista antes de hacer ningún tipo de trabajo, continuar después por alguna actividad en que puedan darse cuenta del servicio permanente que nos dan las manos y dejar al final el rato de contemplación silenciosa.*



### FICHA DIDÁCTICA

**Edad:** es una propuesta para Primaria, adaptable a un amplio abanico de edades.

**Objetivos:**

- Predisponerlos a descubrir el valor de las manos.
- Suscitar la admiración y el reconocimiento por las manos.
- Practicar un momento de contemplación y silencio a partir de las manos.

**Actividades:**

- Recoger imágenes y fotografías con las manos como punto de atención.
- Ante una fotografía o imagen de las manos, iniciar una conversación sobre qué les parecen, o qué piensan sobre ellas.
- Hacerles esconder la mano que normalmente utilizan dentro de la manga y con una goma al extremo, por ejemplo. Después proponerles que hagan tres o cuatro actividades habituales para ellos (descalzarse, quitarse los calcetines y volverse a calzar / llenar un vaso de agua / dibujar y escribir / guardar hojas en la carpeta / desayunar / peinarse...)
- Con las manos atadas detrás de la espalda explicar alguna cosa a los demás / salir y entrar de la clase / ...
- Hacer una lista de todo lo que hacemos y de lo que podemos hacer con las manos. Buscar fotografías o imágenes y construir un mural.
- Para grupos, contemplarse los unos a los otros las manos y después, de dos en dos o de tres en tres, intentar reconocerse solamente viendo las manos.
- Contemplarlas unos momentos en silencio: por delante, por detrás, cada dedo, cada señal, moverlas poco a poco, notar el contacto de una con la otra...
- Dibujar el contorno de las manos y confeccionar un mural con las manos de todos los niños y niñas de la clase.
- Delante de algunas manos diferentes (de persona mayor, de bebé etc.), comentar: ¿qué nos dicen?, ¿qué nos descubren?, ¿qué nos muestran?

**Más propuestas:**

Todo aquello que nos ayude a apreciar la maravilla que son. Apuntamos unas cuantas posibilidades para estimular la imaginación de cada uno y conseguir algunas propuestas lúdicas e interesantes.

*Las manos únicas de cada uno*

Dibujar el contorno de las manos. Humedecerse las yemas de los dedos con tinta de sellar y dentro del contorno de cada dedo dejar la huella correspondiente; de todos los dedos o de un par. Individualmente, en un único papel, dibujar las dos manos con las huellas correspondientes de cada mano. Observar un rato el «diseño» de las propias manos, la huella dejada, los dibujos en la piel... Después, sin poner nombres a



las hojas, juntarlas todas (quizá primero por grupos de tres o cuatro), mezclarlas bien y posteriormente volver a repartirlas. Encontrar de quién son las manos dibujadas que le han tocado a cada uno. Comparar los dibujos, comprobar que todas las manos son diferentes.

- Después un momento de calma (1 min. de silencio, ¿música, quizá?) todos juntos con los dibujos en las manos, pero visibles, expuestos. «Interiorizar» que todas las manos son diferentes, que ninguno ha escogido tenerlas así o asá...
- Interrumpir el minuto de calma en seco y, con cierta agilidad para no romper con la actividad anterior
- Ponerse las manos a la espalda e intentar explicar algo a los demás sin utilizarlas para nada.

### El tacto

- Explorar, saborear, jugar, reconocer... con el tacto. La gallinita ciega.
- Escribir números en la espalda de un compañero/a.
- Reconocer objetos con los ojos cerrados. Pintar con los dedos...
- Reconocer a los demás por las manos. Primero viéndolas y tocándolas, después solo tocándolas...Comenzar por grupos de tres o cuatro e ir ampliando

### El gesto y las manos

- Explicar cosas sin utilizar las manos. O bien, utilizando únicamente las manos.
- Pensar acciones que hacemos sobretodo con las manos. Hacer listas de verbos, recopilar imágenes...
- Dibujarlas. Sin mirar el folio: mirar la mano e irla dibujando; al final mirar el dibujo. Después se puede hacer mirando la hoja, a ver qué pasa.
- Contemplar las manos de Rodin o de cualquier otra escultura; observar y contemplar-manos en diferentes pinturas.

### Las manos nos hablan de maneras diferentes

- ¿Qué nos dicen estas?

Mostrar imágenes como: un puño cerrado, diferentes personas con las manos cogidas, una mano adulta cogiendo la mano de un niño, dos manos dándose un apretón, dos manos abiertas, manos juntas orando, manos chocando, manos y brazos al aire, manos dirigiendo,...

- Hablar a partir de estas imágenes: ¿en qué nos hacen pensar, qué nos dicen?
- Reunir imágenes de manos que nos digan cosas, que nos hablen.

### El lenguaje y las manos

- ¿Cómo pueden ser unas manos? (hacer un listado con adjetivos que puedan definir las): blancas, largas, sucias, con nervios, rechonchas, frías...



- ¿Quién debe tener unas manos...
  - ... ágiles y precisas? (un pianista, un pintor, un cirujano, un relojero...)
  - ... fuertes y curtidas?
  - ... pequeñas y frágiles?
  - ... blancas y finas?
  - ... arrugadas y delicadas?
  
- . ¿Cómo son las manos...
  - ... de tu madre?
  - ... de tu amigo?
  - ... de tu abuelo, tu abuela...?
  - ... y las tuyas, cómo son?
  - ... àgils i precises ? ( un pianista, un pintor, un cirurgià, un rellotger...)
  - ... fortes i curtides?
  - ... petites i fràgils?
  - ... blanques i fines?
  - ... arrugades i delicades?

### **Frases hechas y expresiones**

¿Qué nos dicen estas frases hechas o expresiones?

- Ponerse en manos de alguien.
- Hablar con el corazón en la mano.
- Encontrar una mano amiga.
- Echar una mano.
- Ser un manirroto.
- Tener las manos limpias.
- Tener buena mano.
- Poner la mano en el fuego.
- Tener mano izquierda.
- Caer en buenas manos...

Recollir-ne d'altres, comentar-les, il.lustrar-les...

### **Más posibilidades...**

- Preparar sombras chinescas.
- Papiroflexia. Doblar formas sencillas, pero con precisión; antes de llegar a proponer algo más difícil.



- Juegos de manos. Preparar una sesión, preparar alguno...
- Organizar una pequeña gincana (gymkhana ) donde las manos sean las protagonistas.
- Han de: ensartar, recortar, desgarrar con precisión, doblar, gesticular, caminar con las manos, deshacer nudos, sujetar con delicadeza y precisión un vaso lleno de agua, coger...

**Posible conclusión**

Cada uno con sus propias manos, todas diferentes, pero ¡qué maravilla!

¡Qué bien funcionan, qué útiles son!

Las mías, las tuyas, las del otro...

Pensar entre todos maneras de expresar qué son las manos para nosotros, qué representan...  
Elaborar una conclusión de la manera mas fresca y más viva posible. Su conclusión.