

# DINÁMICAS Y ROMPEHIELOS

## 1. POBRECITO GATITO

**OBJETIVO:** Animar y energizar a un grupo fatigado. Ilustrar la búsqueda de caricias"

I. El animador indica a los participantes que se sienten en el piso en círculo.

II. El animador selecciona a un participante y le indica que él será el gato. Asimismo le menciona que deberá caminar en cuatro patas y deberá moverse de un lado a otro hasta detenerse frente a cualquiera de los participantes y hacer muecas y maullar tres veces.

III. El animador explica a los participantes que cuando el gato se pare frente a ellos y maúlle tres veces, la persona deberá acariciarle la cabeza y decirle "*pobrecito gatito*", sin reírse. El que se ría, pierde y da una prenda y le tocará el turno de actuar como "*gato*".

## 2. REGALOS

**OBJETIVO:** Cierre del proceso "Básico" de la motivación de afiliación, aprendiendo a "Dar" y a "Recibir. Propiciar la reflexión y la aceptación de los demás. Valorar el grado de aceptación feed-back.

I. El animador indica a los participantes que aquel que quiera darle un regalo simbólico, que puede ser una idea o un deseo, a otra persona, lo podrá hacer escribiéndolo en una de estas tarjetas.

II. El animador solicita a los participantes que se pongan de pie y formen un círculo.

III. Las tarjetas y lápices se colocarán en el centro del círculo.

IV. El animador informa a los participantes que: "Si alguien desea agradecer a todos el regalo recibido, puede hacerlo, pero sin expresión verbal".

V. Los participantes tomarán los materiales, elaborarán las tarjetas y se las entregarán a quien escogieron. La persona que recibe el regalo leerá la tarjeta y reflexionará sobre lo que dice y no hará ningún comentario.

VI. En sesión plenaria el animador analiza la vivencia haciendo preguntas como: a) ¿Cómo se sienten? b) ¿De qué se han dado cuenta? c) ¿Cómo valoran ese regalo? d) ¿Que utilidad piensa darle?

VII. En caso de no haber espontaneidad en la participación, el co-animador y el animador modelarán.

## 3. EPITAFIOS

**OBJETIVO:** Ayudar a ver la propia vida más claramente desde la perspectiva de su muerte imaginada, para motivar valores y reforzar el hecho de que todavía se cuenta con aun vida por delante y que se puede hacer con ella lo que se quiera.

- I. El animador entrega a cada participante una hoja de papel y un lápiz.
- II. Les pide que escriban su propio Epitafio, al día de hoy, explicando que cada uno es libre de escribirlo en la forma que prefiera.
- III. El animador solicita voluntarios que quieran compartir con el grupo su Epitafio.
- IV. Se comenta el ejercicio en grupo.

Nota: Esta dinámica causa en algunas personas angustia, por lo cual es importante que el animador las tranquilice.

### Hoja de Trabajo El Epitafio

Esta dinámica causa en algunas personas angustia, por lo cual es importante que el animador las tranquilice. \_\_\_\_\_ murió ayer a la edad de \_\_\_\_\_ Era \_\_\_\_\_ miembro de \_\_\_\_\_ Le sobreviven \_\_\_\_\_ En la época de su muerte se dedicaba a \_\_\_\_\_ para llegar a ser \_\_\_\_\_ Será recordado por \_\_\_\_\_ porque \_\_\_\_\_. Será llorado por \_\_\_\_\_ porque \_\_\_\_\_ El mundo perderá su valiosa contribución en las áreas de \_\_\_\_\_. Aunque siempre lo deseó, no logró \_\_\_\_\_. El cuerpo será \_\_\_\_\_ Se pueden enviar flores \_\_\_\_\_ En lugar de flores \_\_\_\_\_ Al terminar se pedirá a los participantes que redacten otro epitafio que les gustaría que apareciera si murieran dentro de 5 años. Comentarios en grupo.

### 4. CARICIAS FÍSICAS

**OBJETIVO:** Enseñar a dar y recibir atenciones y caricias. Facilitar el proceso de aprender cómo reacciona cada persona ante un bombardeo de sensaciones táctiles.

- I. El animador pide a los participantes que formen subgrupos de seis miembros y se acomoden distribuyéndose cómodamente en todo el salón.
- II. Después explicará que la experiencia del masaje en grupo involucra sentimientos de confianza y aprendizaje para lograr abandonar las

sensaciones de rigidez, y de esta manera, cada participante se hará más consciente de sí mismo, de su ternura y sus sentimientos, acerca de dar y recibir afecto.

III. Explica también, que cada participante recibirá masaje por parte de los otros 5 miembros de su subgrupo. El masaje durará el mismo tiempo para cada uno (de 5 a 15 minutos).

IV. Un participante se acostará. Los demás darán el masaje. Uno se dedicará a la cabeza, otros dos a cada mano y otros dos a cada pie. Mientras el participante recibe masaje, las posiciones no se rotarán. El participante que recibe el masaje deberá cerrar los ojos y tratar de alejar su rigidez, relajarse y disfrutar el masaje y las sensaciones táctiles que, sino hasta cambiar de persona. Es muy importante subrayar que deben intentar mostrar interés y cariño con el contacto. El participante que éste genere.

V. El animador avisará a los demás miembros del subgrupo cuando ha llegado el momento de rotar las posiciones alrededor de su compañero.

VI. La discusión se puede llevar a cabo entre masaje y masaje, aunque efectuarla cuando todos han proporcionado y recibido masaje es más recomendable.

VII. Durante la discusión es conveniente concentrarse en los siguientes puntos:  
a) Cuando se recibía masaje: ¿Cuáles eran sus sentimientos? ¿Se sintieron incómodos en algún momento? ¿Cuándo? ¿Cómo superaron este sentimiento? ¿Percibieron a los masajistas tiernos y cariñosos? ¿Qué sintieron al recibir masaje en tantos lugares al mismo tiempo?  
b) Cuando se daba masaje: ¿Qué sintieron al masajear una cabeza, o un pie, o un brazo? ¿Qué diferencias notaron según su situación? ¿Qué pensaron y sintieron mientras efectuaban el masaje? ¿Cómo trataron de mostrar su cariño y cuidado?  
c) En general: ¿Estuvieron más cómodos dando o recibiendo masaje? ¿Por qué? ¿Qué aprendieron acerca de ustedes y los otros participantes?

#### **Variaciones:**

I. Si la persona a la que se le está proporcionando el masaje se le pide que verbalice sus sentimientos y sensaciones, se cuenta con la posibilidad de incrementar en el participante su capacidad de manifestación personal, por una lado y por otro, el grupo contará con mayores elementos para la discusión.

II. Con grupos con poca apertura se puede manejar el masaje en los hombros y manos únicamente.

### **5. ALTO Y SIGA**

**OBJETIVO:** Animar y energizar a un grupo fatigado. Ilustrar las características de la competencia (Ganar-Perder). Ilustrar las características de la competencia (Ganar -Perder) y de la colaboración (Ganar-Ganar). Ilustrar las consecuencias de interponer los intereses personales a los del grupo.

I. El animador solicita dos voluntarios para desempeñar los papeles de policía y vigilante.

- II. Al resto de los participantes los divide en cuatro grupos con el mismo número de personas.
- III. El animador solicita a los participantes se pongan de pie y coloca a los grupos lo más separados posible unos de otros, representando los puntos cardinales. ejemplo: el equipo Norte frente al equipo Sur; el equipo Este frente al equipo Oeste.
- IV. El animador indica a los participantes que la cuenta de tres, los equipos deberán intercambiarse de sitio; los que están al Norte, con los del Sur, y los del Este con los del Oeste. Ganará el equipo que llegue primero con el mayor número de sus integrantes.
- V. Así mismo, indica al policía que en cualquier momento puede dar la voz de ¡Alto! y todos deberán parar inmediatamente. Aquéllos que no lo hagan quedarán fuera del juego y significarán bajas para su equipo.
- VI. El policía y el vigilante decidirán quienes son los que no obedecieron la voz de ¡Alto!

## 6. ¡EL BUM!

**OBJETIVO:** Animar y energizar a un grupo fatigado. Identificar las habilidades para escucha activa. Ilustrar las características de la competencia (Ganar -Perder)

- I. El animador pide a los participantes que se sienten en círculo.
- II. El animador comenta a los participantes que deben numerarse en voz alta y que a todos los que les toque un múltiplo de tres (3,6,9,12,15, etc.) o un número que termine en tres (13, 23, 33, 43, etc.) deberán decir ¡ Bum ! en lugar del número; la persona que sigue deberá continuar la numeración. Ejemplo: La primera persona empieza diciendo UNO, el siguiente DOS, el que sigue (al que le corresponde decir TRES) dice ¡ Bum !, el siguiente dice CUATRO, etc.
- III. El participante que no dice ¡Bum! o el que se equivoca con el número siguiente pierde. Los que pierden van saliendo del juego y se vuelve a iniciar la numeración por el número UNO.
- IV. La numeración debe decirse rápidamente; si un participante se tarda mucho (más de tres segundos) también quedará descalificado.
- V. Los dos últimos jugadores son los ganadores.
- VI. Al término del ejercicio el animador dirige una discusión sobre las conductas y actitudes mostradas en el desarrollo del mismo.

## Variaciones

- I. Este ejercicio se puede realizar en cualquier momento, estando los participantes sentados en su lugar.
- II. El ejercicio puede hacerse más complejo, por ejemplo: utilizando múltiplos de números mayores, o combinando múltiplos de 3 o de 5.

## 7. CARRERA SOBRE BARRILES

**OBJETIVO:** Permitir revisar procesos de organización interna de un grupo. Propiciar la cohesión de grupo y su análisis. Destacar los comportamientos claramente orientados al liderazgo.

I. Se establecen subgrupos de cinco miembros cada uno.

II. Se hace entrega del material: cuatro barriles y tres tablas a cada grupo.

III. Se les indica cuáles son las reglas de juego:

a) El propósito del juego es que cada grupo, partiendo de la misma línea de salida, recorran la misma distancia hasta llegar a la meta previamente establecida, con todos sus integrantes viajando "a bordo", encima de barriles y tablas.

b) Si cualquier miembro del grupo, llegase a caer por la causa que fuere, de las tablas o barriles, descalifica a su grupo en el momento de tocar suelo.

IV. Se les da un tiempo razonable para prepararse, insistiéndoles en que planeen cuidadosamente.

V. Se realiza la carrera y al terminar se procesa para llegar a conclusiones

## **8. LA CAJA DE LAS SORPRESAS 1**

**OBJETIVO:** Compartir - intercambiar aptitudes .

Se prepara una caja (puede ser también una bolsa), con una serie de tiras de papel enrolladas en las cuales se han escrito algunas tareas (por ejemplo : cantar, bailar, silbar, bostezar, etc.) - Los participantes en círculo. - La caja circulara de mano en mano hasta determinada señal (puede ser una música, que se detiene súbitamente). - La persona que tenga la caja en el momento en que se haya dado la señal. o se haya detenido la música, deberá sacar de las tiras de papel y ejecutar la tarea indicada. - El juego continuará hasta cuando se hayan acabado las papeletas. - El participante que realiza la actividad , seguirá orientando el juego.

## **9. DINAMICA EL PISTOLERO**

**OBJETIVO:** Desarrollar la atención. Integrar.

Se hace un círculo y el que dirige señala con la mano a un integrante del grupo, el señalado se agacha y los de los lados se disparan, el primero que lo haga gana y el otro sale. Sucesivamente hasta que solo queden 2, estos se ponen de espaldas se cuenta hasta tres y se disparan habrá un ganador.

## **10. EL MARRANITO**

**OBJETIVO:** Buscar la integración de los participantes Fomentar la creatividad de los participantes Estimular la espontaneidad

Se forma un círculo con todos los integrantes del grupo. Se ubican de pie y se miran entre sí. Luego se le empieza a decir al compañero del lado derecho, cual es la parte que más le gustaría que le regalara del marranito, y así sucesivamente hasta terminar con el último integrante del círculo, luego, se invierte la dinámica de tal modo que los integrantes de la izquierda deben recibir un beso o un pequeño mordisco del compañero de la derecha en la

parte que éste último dijo le gustaba del marranito. La dinámica termina con el último integrante del lado derecho del compañero.

## 11. LA CARRERA DE GLOBOS

**OBJETIVOS:** desarrollar agilidad en cada participante.

Dos equipos en fila cada jugador tiene un globo, a la señal del director los dos primeros jugadores deben inflar el globo y luego sentarse en ellos hasta reventarse, solo cuando los hallan reventando continua el siguiente y gana la fila que primero termine.

## 12. LA TELARAÑA

**Objetivo:** Presentación, integración

Los participantes se colocan de pie formando un círculo y se le entrega a uno de ellos la bola de cordel; el cual tiene que decir su nombre, procedencia, tipo de trabajo que desempeña, interés de su participación, etc. Luego, éste toma la punta del cordel y lanza la bola a otro compañero, quien a su vez debe presentarse de la misma forma. La acción se repite hasta que todos los participantes quedan enlazados en una especie de telaraña.

Una vez que todos se han presentado, quien se quedó con la bola debe regresarla al que se la envió, repitiendo los datos dados por su compañero. Esta a su vez, hace lo mismo de tal forma que la bola va recorriendo la misma trayectoria pero en sentido inverso, hasta que regresa al compañero que inicialmente la lanzó. Hay que advertir a los participantes la importancia de estar atentos a la presentación de cada uno, pues no se sabe a quien va a lanzarse la bola y posteriormente deberá repetir los datos del lanzador.

## 13. "LOS AROS"

**Materiales:** Se necesitan dos aros, uno de 90 centímetros y el otro de 70 centímetros de diámetro aproximadamente, el material puede ser: alambre, plástico o cualquier otro material que sea flexible.

La dinámica consiste en lo siguiente...

Se les pide a los jóvenes participantes que formen un círculo tomándose todos de las manos, el moderador de la dinámica coloca el aro más grande entre dos personas antes de que estas se tomen de las manos cerrando el círculo; el moderador dará las siguientes instrucciones:

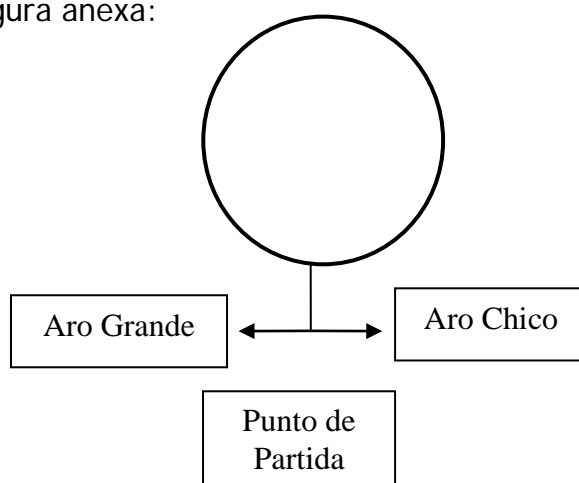
"Cuando yo suelte el aro comenzara a correr el tiempo, tendrán un minuto o menos para que ustedes pasen el aro por su cuerpo a manera de que el aro avance por todo el círculo que ustedes están formando y deberá llegar a este punto de partida" (Este tiempo esta considerado para un grupo de alrededor de 20 personas, puedes aumentar o restar tiempo dependiendo del tamaño del grupo).

Las reglas son: No deben soltarse. No deben meter los dedos para detener o pasar el aro (las manos deben permanecer completamente unidas). Deben hacer todo lo posible por no doblar o maltratar los aros.

Cada vez que inicien un intento puedes soltar el aro en diferentes puntos del círculo, sobre todo en los lugares donde tu vez que se tiene más dificultad para pasar el aro. En caso de que los jóvenes lo soliciten les puedes dar un minuto antes comenzar el intento para que se pongan de acuerdo.

Una vez que hayan pasado la prueba en menos del tiempo marcado, puedes hacer lo siguiente: Hacer la misma prueba con el mismo tiempo pero ahora con el aro pequeño o, puedes hacer directamente la prueba final.

La prueba final consiste en pasar los dos aros pero en sentido contrario uno de otro como muestra la figura anexa:



El tiempo puede ser un poco más del minuto si tú así lo consideras o puede ser el mismo.

Las reglas son las siguientes: Los dos aros deben de avanzar al mismo tiempo. Deben ir avanzando uno al parejo del otro, esto quiere decir que si de un lado va más aventajado tienen que disminuir la velocidad al pasárselo para que el que viene más lento se empareje. ¡Cuidado!, lo pueden pasar más despacio pero no pueden detenerlo completamente.

Los dos aros deben llegar al punto de partida al mismo tiempo. De la misma manera pueden intentarlo varias veces hasta que logren hacerlo en menos del tiempo indicado.

#### 14. EL LAZARILLO

**OBJETIVO:** Lograr una confianza suficiente para que se pueda dar la colaboración.

*El paseo no es una carrera de obstáculos para el ciego, sin ocasión de experiencias. Seamos imaginativos (por ej. : ponerle en presencia de sonidos*

*diferentes, dejarle sólo un rato, hacerle recorrer objetos durante el trayecto). Cada uno debe estar atento a los sentimientos que vive interiormente y los que vive su pareja, en la medida en que los perciba.*

La mitad del grupo tiene los ojos vendados. Están agrupados de dos en dos (un ciego y un guía). Los guías eligen a los ciegos, sin que sepan quien les conduce. Durante 10 minutos los lazarillos conducen ciegos, después de los cual hay un cambio de papeles (se elige pareja de nuevo, ahora escogen los que antes hacían de ciegos). *Luego se comparten en plenario los sentimientos.*

## 15. DE PIE

**OBJETIVO:** Crear un clima de soltura y de integración.

Todos los participantes se dividen en parejas y se sientan en el suelo espalda con espalda y entrelazan los brazos, a la orden del animador intentan levantarse los dos al mismo tiempo sin soltarse. Una vez arriba, buscan otra pareja que se haya levantado y realizan el mismo ejercicio entre los cuatro, luego entre ocho y así hasta que todos estén de espaldas y con los brazos entrelazados y todos se puedan levantar.

## 16. EL NUDO HUMANO

**OBJETIVO:** Integrar grupos numerosos y lograr un contacto físico que libera.

Deben juntarse en un lugar alrededor de una superficie de no mas de metro y medio. Formamos un círculo y nos tomamos de las manos, pero no con el que esta a mi lado sino, al azar, con cualquier otro. Para probar si esta todo bien, el animador debe apretar con son su mano derecha la mano del joven que está tomando, y este debe apretar la mano del joven que está tomando por el otro lado, y así sucesivamente, si todo está bien, la "corriente" debe llegar hasta la mano izquierda del animador. Después deben comenzar a desenredarse sin soltarse hasta que se forme un círculo perfecto.

## 17. EL JARRITO

**OBJETIVOS:** Esta dinámica puede presentarse en un tema posterior a la autoestima, y representa la salida de nuestra autoestima, para 'estimar' a los demás.

**MATERIALES:** Un jarrito de barro

**DESARROLLO:** El grupo debe colocarse en círculo, de preferencia sentados. El exponente deberá colocarse al centro del grupo y comenzará a decir un verdadero discurso acerca del jarrito. Es decir, hablará del material que conforma al jarrito, su procedencia, quien lo hizo, que tiene dentro, para que sirven los jarritos, dónde podemos encontrarlos, su costo y otros aspectos.

Al final se dirá una frase como: "...Todos estamos acostumbrados a ver este jarrito de muchas formas, en la cocina, en la mesa, en la calle, pero nadie está acostumbrado a verlo así:", y en ese momento se deja caer el jarrito al suelo, provocando que se rompa.

**Explicación:** Al momento de romperse el jarrito nuestros compañeros quedarán un poco impactados pues nadie esperaba que se cayera. El jarrito representa el egoísmo que nos envuelve y no nos permite dar a los demás lo que tenemos. Esta cubierta nos ciega y ni siquiera permite que veamos la necesidad de nuestro prójimo. Al romperse el jarrito causa un gran impacto, por lo que nos cuesta romperlo; así mismo nos cuesta trabajo deshacernos de nuestro egoísmo, lo cual también causa un gran impacto en nuestras vidas. Pero cuando finalmente terminemos con él (egoísmo), podremos liberarnos, como se liberó el aire que estaba dentro del jarrito, y entonces podremos dar lo mejor que tenemos por un país y un mundo mejor. El discurso previo a la ruptura del recipiente, provoca que la atención de los oyentes se centre el jarrito y estén calmados, tranquilos y así les cause un mayor impacto cuando caiga.

## 18. ARDILLA A SU CUEVA

**OBJETIVO:** Lograr la integración de los participantes

Todas las personas forman un círculo, luego, ya que cada persona tiene su pareja, entonces se asignan sus roles: uno hará de ardilla y el otro compañero de cueva. Todos los que tienen el rol de cueva realizan muy bien el círculo, cogiéndose de las manos. Luego la pareja correspondiente o sea la ardilla lo mira a los ojos y le hace preguntas tal como en que lugar vive, como se llama, que edad tiene. Cuando el monitor diga: ARDILLA, las personas que tienen el rol de ardilla se mueve a la derecha para conversar con el compañero que sigue y le realizará las misma serie de preguntas. El monitor de juego dirá varias veces ARDILLA con el fin de que todos roten y se conozcan los compañeros. Las cuevas nunca se deben mover. Cuando el monitor diga cueva, todas las ardillas deben buscar a la pareja que tenían al iniciar el juego y se ubican entre las piernas de la persona que hace de cueva. La última persona que encuentre su pareja debe salir al medio del círculo y presentarla. Esto se debe repetir varias veces.

**Evaluación:** Con este juego podemos conocer mejor al grupo con el que estamos trabajando, conoceremos a aquellos Jovenes más tímidos y a los que no tienen ningún problema a la hora de hablar delante de otros compañeros.

## 19 EL INQUILINO

**OBJETIVOS:** Pasar un rato divertido, con un ejercicio de movimiento.

Todos/as se colocan por tríos formando apartamentos. Para ello una persona se coloca frente a otra agarrándose de las manos, y la tercera se meterá en medio, rodeada por los brazos de las anteriores. La que está en el interior

será el inquilino y las que están a sus lados serán la pared izquierda y derecha respectivamente .

La persona que queda sin apartamento (si el grupo es múltiplo de 3, el animador/a, y si hay dos sin apartamento, jugarán como una sola), para buscar sitio, puede decir una de estas cosas: pared derecha, pared izquierda, inquilino, casa o terremoto. En los tres primeros casos, las personas que están haciendo el rol nombrado tienen que cambiar de apartamento, momento que debe aprovechar la que no tiene sitio para ocupar uno. En el caso de que diga casa serán las dos paredes y si dice terremoto, serán todos/as los que tienen que cambiar y formarse nuevos apartamentos. Continúa el juego la persona/as que quedó sin sitio.

## **20. FILA DE CUMPLEAÑOS SIN HABLAR**

Una actividad exigente y cooperativa. El director de juego solo da estas instrucciones: "Sin hablar, haced una fila según el día y el mes de vuestro cumpleaños. Tenemos que hacer una fila desde enero hasta diciembre". Los participantes tienen que buscar la manera de comunicarse sin palabras y dónde deben empezar y terminar la fila.

No importa mucho que no salga todo correcto. La idea es que trabajen juntos.

## **21. PASAR UN VASO DE AGUA**

Todos permanecen en círculo con un vaso de papel en la boca (el borde cogido entre los dientes). Una persona comienza a verter el agua dentro del vaso de la que tiene al lado (sin utilizar las manos) y así sucesivamente alrededor del círculo.

## **22. LOS ESPAGUETIS**

**OBJETIVO:** Fomentar la destreza y la habilidad manual.

**MATERIALES:** Aproximadamente 80 cm. de cordel de grosor medio y de idéntica calidad para cada uno de los jugadores. Para el árbitro, cronómetro o reloj con segundero.

A una señal, cada uno se esfuerza en anudar y liar su cordel lo mejor que puede. Al cabo de treinta segundos, nueva señal. Cada uno pasa su cordel a su vecino de la derecha (o de enfrente para los que no tengan vecino a la derecha). Éste prosigue el trabajo tan bien comenzado, anuda, y lía lo mejor que puede. Quince o treinta segundos más tarde, cada uno pasa de nuevo a su vecino el cordel que tiene en la mano, y sigue anudando el que recibe; y siempre a la señal, lo pasa a su vecino de la derecha. En este momento el conductor del juego grita: "¡Desenredad!", e inmediatamente todos se apresuran a desenredar el cordel que acaban de recibir. Resulta ganador el primero que desenreda el cordel que acaban de recibir. Para aumentar el interés, se puede pedir una prenda al último jugador.

Variantes: Este juego puede jugarse por equipos o por asientos. Cada uno enreda los cordeles como mejor sabe. Luego los equipos intercambian sus cordeles; y el que primero lo ha desenredado todo resulta ganador.

### **23. LA BATALLA DE LOS GLOBOS**

**MATERIALES:** Un globo por participante

Cada uno de los participantes tendrá un globo inflado amarrado en uno de sus tobillos de forma que quede colgando aproximadamente. 10 cm.

El juego consiste en tratar de pisar el globo del contrincante sin que le pisen el suyo. Al participante que le revientan el globo queda eliminado.

### **24. GIRA A LA TORTUGA**

Hay que avisarles para que se pongan una ropa adecuada para el juego, pues se ensuciarán bastante. Empareja a los jugadores por tamaño. Las cosquillas y el juego sucio no están permitidos.

Uno de los dos se tumba de espaldas en el suelo. A la voz de ya el otro jugador tratará de darle la vuelta y ponerlo sobre su tripa. El jugador del suelo intenta evitar que le de la vuelta estirando sus brazos y piernas y moviéndose por el suelo.

### **25. ¿UN QUÉ?**

**OBJETIVO:** Este juego favorece la distensión y estimula la concentración en el grupo.

El juego consiste en poner dos mensajes en diferentes direcciones. Todos los participantes se colocan sentados en círculo.

El mensaje y el gesto que se comunica se puede modificar (apretón de manos, utilización de un clip, goma...) según las características del grupo.

El que comienza el juego (A) dice al de su derecha (B): "esto es un abrazo" y le da uno, B pregunta : "¿un qué?" y A le responde: "un abrazo" y se lo vuelve a dar. Luego B dice a C (el de su derecha): "Esto es un abrazo" y le da uno, C pregunta a B : "¿un qué?" y A contesta a B: "un abrazo" y se lo da. Así sucesivamente. La pregunta "¿un qué?" siempre vuelve a "A", quien envía de nuevo los abrazos.

Simultáneamente manda por su izquierda otro mensaje y gesto: "esto es un beso" y se lo da, se sigue la misma dinámica que en el ejemplo anterior. Cuando los besos comienzan a cruzarse en una de las partes del círculo comienza el jaleo y la diversión.

### **26. ATRAPANDO AL TOBILLO**

**OBJETIVO:** Diversión.

Consiste en escapar de ser atrapado.

Hay que agarrar a otro jugador por el tobillo. Todos contra todos.

El jugador cuyo tobillo haya sido agarrado es vulnerable para ser atrapado al menos de que él lograr tomar a alguien por el tobillo. El área de juego debe ser lo suficientemente pequeña para lograra que le juego sea factible de producir resultados.

## **27. EL BAILE DE LA ALFOMBRA**

**OBJETIVOS:** Desinhibir y cohesionar al grupo. Establecer un clima de comunicación.

Se trata de que todas las personas del grupo se besen.

**MATERIALES:** Una alfombra, toalla o tela.

Todo el grupo se coloca en círculo, excepto alguien que inicia el juego en el centro, que es donde está la alfombra. La persona del centro elige a otra que se coloca en la alfombra y se da un beso. La persona elegida se queda en el centro y elige a otra de las que forman el corro. El juego continúa hasta que todo el mundo pasa por la alfombra.

## **28. CONFLICTO DE NÚMEROS**

**OBJETIVOS:** Favorecer la colaboración y comunicación. Estimular la búsqueda de soluciones creativas a los conflictos.

Se trata de formar combinaciones de números.

**MATERIALES:** Tarjetas con números del 1 al 0 (tantas como participantes).

Todas las personas se colocan la tarjeta con su número en el pecho. El animador/a va diciendo números de diversas cifras. Los/as participantes intentarán formar estos números entre ellos/as pudiendo utilizar fórmulas matemáticas: sumas, restas, multiplicaciones, divisiones; y sobre todo la imaginación (un números al lado del otro, .... Hay que intentar evitar que queden participantes aislados.

## **29. PASEO DE NARICES**

**OBJETIVOS:** Coordinar movimientos, desinhibirnos y pasar un rato divertido.

Se trata de hacer pasar una caja de cerillas de una nariz a otra.

**MATERIALES:** La cubierta de una caja de cerillas de tamaño normal, suficiente para que quepa la nariz.

Colocados en círculo comienza el animador/a metiendo la nariz en la cubierta. Sin utilizar ninguna otra parte del cuerpo ha de conseguir pasarle la caja a la nariz de la persona de la derecha. Así sucesivamente hasta recorrer todo el círculo.

Si hay gente resfriada puede ser "una maravillosa forma de cooperar con los virus". Una variante puede ser con una manzana agarrada entre la barbilla y el cuello.

### **30. ARO**

**OBJETIVOS:** Desarrollar la cooperación y el trabajo en equipo. Estimular la coordinación de movimientos.

Consiste en elevar un aro desde el suelo hasta la cabeza sin poder utilizar las manos.

**MATERIALES:** Un aro por equipo.

El animador/a invita a 5 o 6 jugadores a colocarse alrededor de cada aro. Se colocan muy juntos, poniendo los brazos sobre los hombros de las compañeras/os, de forma que el aro quede sobre sus pies. La idea es que han de subir el aro hasta la cabeza, sin ayudarse de las manos, y meter todos/as la cabeza dentro de él.

Otra posibilidad de juego con el aro, o una forma de terminar el juego con todo el grupo, puede ser el formar un círculo tomados de una forma un poco especial. Mirando todos/as en la misma dirección cada jugador/a pasa su brazo derecho por debajo de las propias piernas para tomar la mano izquierda de la persona que está detrás de él, al mismo tiempo que da su mano izquierda al que tiene delante. Un jugador/a introduce el aro y éste debe pasar por todo el círculo sin que los jugadores suelten las manos.

### **31. NARIZ CON NARIZ**

**OBJETIVOS:** Favorecer la comunicación en el grupo. Desarrollar la confianza. Permitir el contacto físico rechazando los estereotipos sexuales convencionales.

Se trata de tocar la nariz del compañero/a con tu propia nariz y con los ojos cerrados.

**MATERIALES:** Algo para taparse los ojos.

Por parejas a una distancia de un metro aproximadamente. Una persona de cada pareja se tapa los ojos y se va adelantando poco a poco, intentando tocar con la punta de su nariz la de su compañero/a, que permanecerá inmóvil con los ojos abiertos y sin poder hablara. Tan sólo puede guiar al

otro/a soplando suavemente para indicar su posición. Luego pueden cambiar los papeles o hacerlo los/as dos al mismo tiempo con los ojos tapados.

### 32. EL HOYO

Cantamos todos:

1.)"Había un hoyo (2) en el fondo del mar" (2)"Había un hoyo, había un hoyo, Había un hoyo en el fondo de la mar" (aquí se usan las dos manos para simular que hay un hoyo. y así se van usando mímicas para lo que se va diciendo).

2.) Había un Palo, en el hoyo en el fondo del mar" (2)"Había un palo, había un palo, había un palo en el hoyo en el fondo del mar"

3.)"Había un NUDO, en el PALO, en el HOYO, en el FONDO DEL MAR" (2)"Había un NUDO, había un NUDO, había un NUDO, en el PALO, en HOYO, en el FONDO DEL MAR"

4."Había un SAPO, en el NUDO, en el PALO, en el HOYO, en el FONDO DEL MAR" (2) "Había un SAPO, había un SAPO, había un SAPO, en el NUDO, en el PALO, en HOYO, en el FONDO DEL MAR"

5. "Había una MANCHA, en el SAPO, en el NUDO, en el PALO, en el HOYO, en el FONDO DEL MAR" (2)"Había una MANCHA, había una MANCHA, había una MANCHA, en el SAPO, en el NUDO, en el PALO, en HOYO, en el FONDO DEL MAR"

Así sigue todo y la orden es HOYO, PALO, NUDO, SAPO, MANCHA, PELO, PIOJO, MICROBIO.

Se le pueden agregar cosas o quitar depende de como lo quieran que quede. Espero y lo puedan usar, es muy divertido ver que todos se equivocan. También se les puede preguntar si alguien lo quiere hacer solo enfrente de todos.

### 33. EL BAILE DEL JAPONÉS

Forma un círculo con tu grupo de jóvenes. Luego el animador deberá cantar lo siguiente:

"Este es el baile del japonés,  
mueve la cintura y mírate los pies,  
da una media vuelta y agáchense,  
párate de un salto y salúdense"

La idea es que se vayan cambiando de puesto para que todos se saluden con todos, también se puede hacer aumentando la velocidad del ritmo de la canción para soltarse y quebrar el hielo al interior del grupo.

### **34. TORRE GENIAL**

La idea es dividir el grupo de jóvenes en dos equipos de 15 personas (si lo deseas y dependiendo del número de integrantes pueden ser tres o cuatro equipos, pero de un número mayor a diez integrantes). Prepara una silla delante de cada equipo e invítalos al siguiente desafío: "Lograr que todos los miembros de cada equipo se suban sobre la silla y el equipo que primero lo haga es el ganador. El único requisito es que ningún integrante tenga los pies sobre el suelo, ni siquiera uno. Todos, absolutamente todos deben subirse sobre la silla".

Durante el juego verás como tus jóvenes se las ingenian para resolver el dilema de subirse a la silla, estarán obligados a tomarse de las manos, abrazarse para que todos puedan subir sobre la silla, etc. Pueden ocupar cualquier parte de la silla para afirmarse (respaldo, bordes, asiento, etc.). El record que conocemos es de 18 jóvenes en una silla, veamos cuantos logras tú.

### **35. CONFUSIÓN DE ZAPATOS**

**Material:** zapatos de los participantes.

Se traza dos líneas paralelas a una distancia de diez metros. Detrás de una de las líneas, la de partida, están alineados los participantes. Detrás de la otra, los zapatos de los participantes, todos revueltos, pero no amarrados o abotonados.

El dirigente de una señal de partida, y todos corren a la línea de llegada, y cada uno procura calzarse su zapato. Este debe ser amarrado o abotonado según la necesidad. En seguida, se vuelve a la línea de partida. El primero que pase la línea de partida debidamente calzado con sus zapatos será el vencedor.

### **36. CARRERA DE SACOS**

Se trazan dos líneas, una de salida y otra de llegada, separadas por unos quince metros.

Los/as Jóvenes/as se meten en el saco que deben sujetar a la cintura con las manos y deben correr o saltar hasta la meta. Si alguno se cae, se levanta, siempre dentro del saco, y continúa con la carrera.

### **37. LLENAR BOTELLAS**

El juego consiste en coger con la boca agua de un balde y llevarlo a cierta distancia, donde se encuentran unas botellas que habrá que llenar; las personas se han dividido en varios equipos y ganará aquel equipo que antes llene las botellas.

### **38. EL CIEMPIÉS**

Se forman los equipos con igual número de participantes.

Cada equipo forma una fila, unos detrás de otros. Se sientan en el suelo con las piernas abiertas y bien pegados al compañero/a de delante.

Cuando todos/as estén preparados/as, deberán intentar girarse para apoyar las manos en el suelo y de esta forma sus piernas quedarán encima de la espalda de;/la compañero/a. Sólo andarán con las manos apoyadas en el suelo, excepto el último que también tendrá apoyadas las piernas.

Es bastante difícil de realizar, por lo que es preferible que los equipos sean de 6 personas como mucho.

### **39. CARRERA DEL GUSANO**

Divididas en equipos, se sentarán una detrás de la otra tomándose los tobillos. A la señal deberán moverse todas juntas en esa posición saltando los obstáculos. Si una de las personas se suelta, o toca con la mano el piso, vuelven al punto inicial y comienzan de nuevo. Tienen que ir y volver, únicamente con sus colas y pies.

### **40. JUEGO DEL CUERPO**

Se dividen en equipos y el que coordina el juego grita: Tienen que haber 4 manos, 3 rodillas, 1 pié, 1 frente ( únicamente, deben estar apoyados en el suelo lo que mencionó en el lapso de 1 minuto) luego observarlas si cumplieron la meta prefijada. La persona que toque el suelo con alguna otra parte del cuerpo queda descalificada. Seguir así hasta que quede 1 integrante.

### **41. GUERRA DE PRENDAS**

Se divide al Sub-campo en dos equipos, se coloca una soga a dos metros de altura tipo red, y a cada equipo de cada lado, la persona que está a cargo del juego, debe decir una prenda que a la señal, los jugadores deberán sacársela y tirarla por encima de la red. Esto se repetirá hasta que suene el silbato. Una vez que se detiene el juego, nadie puede tirar mas prendas. El dirigente deberá contar la cantidad de objetos de uno y otro lado, el que mas tenga pierde. Esto se repetirá varias veces con diferentes prendas (Ejemplo: zapato derecho, media izquierda, etc.) Nota: Puede utilizarse otros elementos en vez de prendas.

### **42. LA BOTELLA BORRACHA**

**OBJETIVOS:** Crear un ambiente de distensión, armonía y confianza dentro del grupo. Poner a cada participante en la situación de tener seguridad en sus compañeros.

Esta actividad está enfocada para grupos a partir de los cuales, los participantes tengan la suficiente fuerza física para sujetar a los compañeros. Los grupos no deben ser excesivamente numerosos, aproximadamente de unas 10 personas.

Esta actividad se puede realizar tanto en espacios abiertos como en espacios cerrados, sin necesidad de que gocen de gran amplitud.

Se realizan grupos de aproximadamente diez personas, todos ellos muy juntos, casi unidos a la altura de los hombros. Seguidamente uno de los participantes se coloca dentro del corro, en el centro, con los pies juntos. Poco a poco se va dejando caer, sin mover los pies del suelo, de tal manera que los integrantes del corro con delicadeza le empujen de unos hacia otros, sin permitir que se caiga, a modo de "muñeco tentempié". Así se hará sucesivamente con los demás participantes del grupo.

### 43. CÍRCULOS CONCÉNTRICOS

**OBJETIVOS:** Comenzamos la consolidación del grupo compartiendo información con la gente que vamos a jugar. Los objetivos de este tipo de técnica son: Fomentar un ambiente distendido y de participación. Favorecer la comunicación y el intercambio. Lograr un mayor grado de confianza y conocimiento sobre sí mismo, los demás y el propio grupo.

Los participantes se sitúan en dos círculos concéntricos. Los del círculo interior se colocan mirando hacia fuera, de manera que tengan en frente su pareja del círculo exterior. El director/a del juego irá leyendo unas frases que serán el tema de conversación con su respectiva pareja, cuando el animador/a diga "¡ya!", comienza a girar el círculo exterior un lugar, si anteriormente habló solamente el del círculo exterior, ahora sólo hablará el del círculo interior igualmente hasta que el director/a del juego diga "¡ya!". Tras varias tandas se puede cortar el juego.

Entre todos los integrantes del grupo comentaremos el juego, algunas de las preguntas que provocará el animador serán: cómo se han sentido, si les ha divertido, y si fuera el caso contrario, no ha gustado la técnica, escuchar el por qué.

### 44. PELOTA AL AIRE

**OBJETIVOS:** Aprender los nombres. Estimular la precisión en los envíos.

Consiste en lanzar y retomar una pelota, disco u otro objeto diciendo el nombre de una persona del grupo que tendrá que retomarlos antes de que caiga al suelo.

**MATERIALES:** Pelota, disco u objeto similar.

El juego tiene que desarrollarse de forma rápida. Las jugadoras/es no pueden entrar dentro del círculo mientras no sean nombradas.

Los jugadores/as están de pie en el círculo, menos uno/a que está en el centro con el objeto a lanzar. La persona del centro lanza el objeto al aire al tiempo que dice un nombre, volviendo al círculo. La persona nombrada ha de tomarlo antes de que caiga al suelo y a su vez lanzarlo al aire diciendo otro nombre. El juego continúa hasta que todos/as han sido presentados.

#### **45. GOL DE PIERNAS**

Los jugadores se ponen de pie, en círculo, con las piernas bien separadas, los pies tocando los de los jugadores de cada lado. Se inclinan doblando la cintura y defienden el espacio entre las piernas usando las manos abiertas. Un jugador al centro es quien lanza la pelota, con el objeto de hacer "gol" pasando la pelota por las piernas de otro jugador. Cuando a un jugador se le hace 3 goles, sale del círculo. Si el jugador que lanza la pelota, logra hacer "gol", cambia de posición con el de afuera; los que salieron pueden iniciar otro juego.

#### **46. PAREJAS BIEN APAREJADAS**

Se forma un círculo estando por parejas atados de una de las manos. Una pareja corre igualmente atada de las manos, por fuera del círculo. Se ponen de acuerdo a quien va a tocar, y aquella pareja con las manos entrelazadas que toquen, deberá correr por el lado contrario al que corre la primera pareja y deben llegar al espacio que dejaron; si no lo logran, quedarán para hacer lo mismo que hizo la primera pareja: seguir tocando a las demás.

#### **47. SUELA CON SUELA**

Un número impar de jugadores; se mueven por la cancha durante largo rato. Cuando el director (a) da la señal, deben sentarse en el suelo poniendo los pies "suela contra suela" con otra persona (del otro sexo). Quien quede sin compañero (a) debe tratar de conseguir uno, si no, paga "penitencia".

#### **48. CARA A CARA**

Formación de los jugadores en círculo formando parejas, colocándose uno frente al otro. En el centro del círculo está un jugador solo, quien grita: "Cara a cara": todos deben realizar esta acción. Luego dice: "De espaldas": también deben todos hacerlo. De pronto puede gritar: "Todos a cambiar". A este grito, todos los jugadores, incluyendo el del centro, buscan nueva pareja, quien quede sin ella, se coloca en el centro y le toca dar las órdenes. Este juego puede practicarse con un grupo de cualquier número, pero debe ser impar.

#### **49. CARRERA CON TRES PIERNAS**

Cada grupo se forma con 3 jugadores. El del medio se coloca en dirección opuesta a los otros dos y amarra su pierna izquierda a la izquierda de su compañero; y la derecha a la derecha del otro. Al dar la señal por el director del juego, todos los jugadores, en grupos de 3, corren así amarrados, la

distancia que se ha fijado y regresa al sitio de donde salieron. Los que se quedan de último, juegan a "penitencias".

**Implementos:** Cuerdas para amarrarse las piernas.

## 50. CIEMPIÉS DIVERTIDO

**OBJETIVO:** Despertar en las personas su aspecto físico y motriz. mediante varias formas de aprender jugando.

El animador comienza cantando: El cien pies no tiene pies, no tiene pies si los tiene pero no los ves; el cien pies tiene \_\_\_\_\_ pies. A medida que el animador canta los integrantes repiten la letra del disco, por supuesto tienen que decirla con el mismo ritmo. Cuando el animador dice en este caso: cien pies tiene 10 pies, todos los integrantes en este caso forman grupos de 5 personas y por ende quedan formados los 10 pies de cien pies. Se sigue con el mismo disco y diversos números. La persona que quede fuera del grupo es eliminado del juego.

## 51. EL REY DEL BUCHI BUCHA

**OBJETIVOS:** Integrar , divertir.

Se coloca al grupo en círculo y se toman de la mano, el director quien estará en el centro, comenzara la ronda así: Amo a mi primo mi primo vecino, Amo a mi primo mi primo Germán. Todos cantan y giran, de pronto el director dice: Alto ahí Qué paso? (contesta el grupo) Que el rey de Buchi Bucha ordena que se ordenen Qué cosa? (contesta el grupo) Qué todos tomen a su compañero de la izquierda por el tobillo... De esta manera se van dando órdenes, que podrán se ejecutadas en círculo o que impliquen desplazarse y regresar.

**Variantes:** que a medida que el grupo cumpla las ordenes no se separen, y sigan ejecutándolas, todos unidos.

## 52. TEMPESTAD

**OBJETIVO:** Atención - Habilidad.

El orientador de la dinámica solicita la colaboración de los participantes para que formen un circulo sentados en sus sillas de trabajo, realizada esta parte, el orientador explica la dinámica que consiste en lo siguiente: Cuando yo diga olas a la izquierda todos giramos a la izquierda y se sientan, cuando yo diga olas a la derecha giramos a la derecha y nos sentamos y cuando diga Tempestad todos debemos de cambiar de puesto entrecruzados, quien quede de pie pagará penitencia, ya que el orientador se sentará en una de las sillas. Nota : El orientador debe repetir varias veces a la izquierda, a la derecha y estar pilas al cambio de orden para lograr el objetivo. La penitencia la coloca el grupo y después de hacerla, continua orientando la dinámica quien pago la penitencia y así sucesivamente.

### 53. EMPAQUETADOS

**OBJETIVO:** Que el joven se integre con el grupo. Que el joven sienta una mayor motivación para la realización de las dinámicas y juegos. Desarrollar la agilidad y la atención de cada uno de los integrantes.

Se forman dos círculos con todos los integrantes de la dinámica, un círculo dentro del otro, el círculo de afuera debe ser más amplio que el de adentro, para que cada círculo pueda girar en forma contraria sin ningún problema de estreches. Cabe anotar que el círculo mayor (el de afuera) mira a los de adentro y el círculo menor (el de adentro) se miran entre sí.

Los del círculo de afuera se toman las manos entre sí, los del círculo de adentro también se toman las manos entre sí. Procedimiento: El círculo de afuera comienza a girar bien sea al lado izquierdo o derecho y el círculo de adentro gira siempre al lado contrario. Mientras tanto todos los integrantes van cantando una canción cualquiera que sea común para ambos círculos. Al mismo tiempo el moderador, que está por fuera de los círculos, cuando los ve bien concentrados girando y cantando la canción, les grita "PAQUETES DE ... N veces", cualquier número que éste escoja, Ej.: (PAQUETES DE 8 PERSONAS), instantáneamente se deben formar paquetes de 8 personas, se abrazan y agachan lo más pronto posible y el último paquete que se agache ó el que quede incompleto o que le sobren personas, se elimina. Esta ronda se puede hacer varias veces hasta quedar un mínimo número de personas o hasta eliminara todos en general.

### 54. FIESTA DE LOS PIES

**Objetivo:** propiciar un espacio de encuentro e integración que permita disponer el grupo al descubrimiento de las distintas capacidades que posee.

**Desarrollo de la actividad:**

- Palabras de ambientación: el animador da la bienvenida e indica el significado de la fiesta. Vamos a realizar una fiesta para una parte de nuestro cuerpo que casi nunca mostramos o damos poca importancia (los pies). Seguidamente se indica que es necesario descalzarse totalmente los pies para poder participar de la fiesta.
- Dadas las indicaciones se divide el grupo en tres subgrupos (o los necesarios) y se les invita a colocarse un nombre y definir una canción con su respectiva coreografía que represente con originalidad la esencia del grupo. Enseguida se les invita a decorar sus pies (para ello pueden colocar algún símbolo en cualquier parte de los pies), pero finalmente se dirá que para ayudar a la decoración es necesario que cada participante del grupo se escriba una letra en cada planta de sus pies.
- Cuando ya se termine la decoración de los pies y las letras estén puestas en las plantas de todos los participantes, entonces se inicia la fiesta (se coloca un poco de música de ambientación) realizando la presentación de la coreografía de cada equipo (se evaluará la capacidad creativa y el uso

que hagan de los pies pues es la parte del cuerpo homenajeada en esta noche); terminada la presentación se realizarán las siguientes pruebas (se realizarán según el tiempo que se disponga, si no se pueden hacer todas el animador escoge las que descubra pertinentes para el grupo y la ocasión):

- Prueba 1: Armar palabras con las letras que están en las plantas de los pies (primero se dirá que armen una palabra con cinco letras, luego con seis, etcétera, hasta que se pida la prueba final: armar una frase incluyendo todas las letras de las plantas de los pies de todo el equipo).
- Prueba 2: Pasar los ping pones y luego los huevos con los pies (se forman los equipos en fila uno detrás del otro sentado y pasarán con los pies, por encima, los objetos que se les pida pasar).
- Prueba tres: la fila que más lejos se mueva (se pide a los grupos unir sus pies de tal manera que formen la fila más larga y luego sin poder separarlos deberán moverse un metro sin separarse, gana el equipo que primero lo logre).
- Prueba 4: Pintando con los pies (a cada grupo se le entregarán ocho hojas de papel que colocarán en el piso, de tal manera que queden unidas las hojas como un solo pliego de papel, después se les entregarán pinturas y se indicará que todo el equipo debe pintar y velar por conservar el dibujo que van a ir creando en las hojas y que representa la identidad del grupo).
- Prueba 5: Jugando a las estatuas (a cada grupo se le indica que deberán ingeniárselas para construir figuras con los pies según indique el animador; todos deben participar realizando la figura únicamente con los pies; el animador expresará que realicen las siguientes figuras: el estadio Metropolitano, Transmilenio, el puente de Boyacá, un cien pies, etcétera).
- Finalizada la presentación el animador realizará un “debreaf” o cierre conclusivo en el que da la bienvenida y anima a todos los participantes a lanzarse en esta experiencia de comunidad, es decir, a expresarnos como somos, a compartir y sobre todo a compartir todos nuestros talentos (a veces escondidos) y nuestra creatividad con el grupo. “los pies casi siempre están escondidos pero trabajan enormemente; estamos llamados a dar un nuevo valor y resignificar nuestras vidas y todos los talentos que desaprovechamos o nos da miedo descubrir y explotar”.

## **55. DINAMICA EL CIEN PIES**

**INTEGRANTES:** 20 a 30 personas.

**LUGAR:** Campo abierto o salón de clase.

**OBJETIVOS:** Despertar en las personas su aspecto físico y motriz. mediante varias formas de aprender jugando.

**INSTRUCCIONES :** El animador comienza cantando: El cien pies no tiene pies, no tiene pies si los tiene pero no los ves; el cien pies tiene \_\_\_\_\_ pies. A medida que el animador canta los integrantes repiten la letra del disco, por supuesto tienen que decirla con el mismo ritmo. Cuando el animador dice en este caso: cien pies tiene 10 pies, todos los integrantes en este caso forman grupos de 5 personas y por ende quedan formados los 10 pies de cien pies. Se sigue con el mismo disco y diversos números. La persona que quede fuera del grupo es eliminado del juego.

## **56. DINAMICAS DE COMUNICACIÓN 1**

**INTEGRANTES :** 30 personas.

**LUGAR :** salón.

**OBJETIVO:** El alumno debe ser capaz de señalar distorsiones que se proceden en la transmisión oral de un mensaje. Ser capaz de constatar que las distorsiones del ver sin menores que las del oír, en la transmisión de un mensaje.

**SUGERENCIAS METODOLOGICAS:** Al igual que en los demás ejercicios sobre comunicación lo que mas interesa es el periodo de tiempo dedicado a la reflexión sobre el juego mismo.

**PROCEDIMIENTO:** Se solicita cinco voluntarios y se les pide que esperen afuera de el salón. Al grupo que permanece en el salón se les pide que tenga una actitud lo mas imparcial posible. Guarde silencio y también sus emociones. Se hace entrar el primer voluntario y se le muestra ( y también al grupo que permanece en el salón) una foto, diapositiva, cuadro, etc. que sea significativa. Después se le dice que el debe descubrir oralmente lo que ha visto al segundo voluntario. Después que el primero le trasmitió lo que vio al segundo, este debe transmitir lo que oyó del primero al tercer voluntario. El ultimo escribe en el tablero lo que capto de la descripción que le dio su compañero. Se vuelve a mostrar, a todos , la foto, imagen... El quinto voluntario comunica al resto lo que vio en la foto, imagen... y lo compara con lo que el oyó de esa figura.

## **57. DINAMICAS DE COMUNICACIÓN 2**

**INTEGRANTES :** 30 personas.

**LUGAR :** salón.

**OBJETIVO:** Ser capaz de distinguir la diferencia entre la transmisión de un mensaje y el dialogo.

**SUGERENCIAS METODOLOGICAS:** En el presente ejercicio se trate de reproducir la descripción que hacen dos personas de una laminación que solo

ellos ven. Pero mientras que uno se limita a transmitir, el otro lo hace y a la vez pueden dialogar con el resto sobre lo mismo que hace. Para este ejercicio conviene tener reproducción en un papel grande las laminas que se van a describir.

**PROCEDIMIENTO: PRIMERA ETAPA:** Cada alumno - en semicírculo en lo posible con una hoja de papel en blanco y lápiz. El animador pide un voluntario que sea bueno para la geometría. El será el comunicador y se sentara al centro del semicírculo, de espalda al resto y algo mas adelante que los demás, de modo que no vean que hay en el papel que tiene en las manos.

**REGLAS DE JUEGO:** Para el curso: La tarea consiste en reproducir en el papel que tiene cada uno, lo que el alumno comunicador trasmite. Se trabajara en completo silencio. No mirar ni copiar lo que tiene el vecino en su hoja. Para el alumno emisor: debe mirar lo que hay en su papel y tratar de comunicar lo que ve, de manera que sus compañeros puedan reproducir lo que el ve y describe. No puede gesticular ni moverse. Cuando piense que ya esta preparado, avisa: "Empiezo", y una vez que concluya la descripción, debe decir. " Eso es todo", o " termine". El alumno voluntario devuelve la hoja al animador sin que otros la vean y toma asiento.

**SEGUNDA ETAPA.** El animador pide otro voluntario. El nuevo voluntario se sienta en el mismo lugar que el primero, pero de cara al grupo.

**REGLAS DE JUEGO:** Para el curso: Se trata también ahora de reproducir lo que el alumno que esta adelante esta viendo y describiendo. Ahora se le puede hacer preguntas cuando algo no se entiende. Tampoco en esta ocasión se debe mirar el trabajo de los otros alumnos. Para el emisor: Debe transcribir lo que ve y responder las preguntas sobre lo que describe hasta que nadie mas en el curso tenga algo que preguntar. Tiene que cuidarse de que no vean el papel que contiene lo que el comunica. Puede mirar a la gente, y preguntarles sobre la forma que el comunica.

**EVALUACION:** - Se muestra la lamina numero 1 y se le pide que la comparen con el dibujo que cada uno ha hecho. - Anotar cuantos cuadros tuvieron igual o parecido al dibujo original. - Se muestra la lamina numero 2 y se hace lo mismo: anotar cada uno el numero de aciertos o so estuvo entero correcto.

## **58. DINAMICAS DE COMUNICACIÓN 3**

**INTEGRANTES :** 30 personas.

**LUGAR :** salón.

**OBJETIVOS:** - Medir el nivel de profundidad alcanzado en una conversación informal. - Distinguir las comunicaciones que tocan al yo profundo de las personas de aquellas que podrán compartirse con cualquier conocido.

**SUGERENCIAS METODOLOGICAS:** Existen temas sobre las cuales podríamos hablar incluso con desconocidos: preguntar la hora, comentar el tiempo... Otros temas los compartimos solo con gente que conocemos. Hay cosas que no comunicamos a un nuevo conocido ; pero si a un amigo . Y otra cosas las hablamos dolo con amigos íntimos. Es probable que algunos temas no nos atrevamos a confiarlos a persona alguna, e incluso existen cosas que ni siquiera a nosotros mismos quisiéramos decirnolas porque reconocerlas.

**PROCEDIMIENTO:** - En pequeños grupos de 3 o 4 personas se hablan, de manera informal, sobre los temas que quieran durante 10 minutos. - Al termino de 10 minutos se les da a cada grupo cinco minutos mas para que confeccionen una lista con los temas que han tratado. Por ejemplo: vida familiar, de las fiestas, de lo que constituye una buena amistad, de películas vistas, de sexo, etc.

**EVALUACION EN EL GRUPO CHICO:** Ubicar temas que se dieron un determinado momento y que ejemplifiquen grados de profundidad en la comunicación según se indica.

1. Cosas que se contarían a un desconocido.
2. Cosas que se conversan con conocidos.
3. Lo que se cuenta solo con amigos.
- 4 Temas que normalmente se hablan solo entre amigos íntimos.
- 5.Algo que no hubiera esperado que se manifestara en este grupo por considerarlo muy personal.

## **59. DINAMICAS DE PRESENTACION**

**INTEGRANTES :** 30 personas.

**LUGAR :** salón.

El éxito de su uso consistirá en dos cosas básicas. Primero que se de una muy buena motivación en el grupo antes de aplicar cualquiera de ellos y segundo que haya, después de su aplicación, un tiempo de reflexión sobre lo que el ejercicio nos permite aprender.

**PROCEDIMIENTO:** Algunas ideas para la motivación:

- Nunca acabamos de conocer a otro. El conocimiento es un proceso, no un acto.
- Cada persona es como una permanente caja de sorpresas. Siempre es un misterio y una aventura conocer a una persona.

- Cuando nos conocemos mejor podemos enfrentar mas eficientemente tareas comunes. En un grupo de trabajo debe existir un clima de colaboración.

- El conocimiento de los otros comienza en esa periferia (gestos, frases, comportamientos,...) pero se puede pasar al núcleo de su personalidad.

1. Ejercicios de acercamiento interpersonal. Todos se colocan en circulo. Cada uno, desde su sitio y en silencio, mira por algunos segundos a todos los integrantes y luego elige a la persona que menos conoce y la invita a una entrevista reciproca. (Si el curso es mixto conviene que la pareja sea hombre - mujer. Y si el número de participantes es impar, un grupo será de tres personas). Durante diez minutos las parejas hablan sobre hechos y opiniones personales que permitan un conocimiento mutuo mínimo. Luego se colocan otra vez en círculo y cada persona va contando lo que descubrió en el otro y cómo se sintió en la conversación.

2. Presentación por tarjetas. Se reparten tarjetas con los nombres de los integrantes del curso (Sí alguien saca su propio nombre, lo cambia). Después de procede a entrevistar al compañero (a) cuyo nombre salió en la tarjeta. Cada pareja elige a otra y en el cuarteto uno presenta a la persona que conoció. No se puede hablar de sí mismo, al final puede hacerse preguntas directamente.

3. Presentación por características. (Este ejercicio consiste en tratar de ubicar la persona cuyas características están descritas en un papel o tarjeta). Se divide el curso en dos grupos. El profesor hace una descripción sobre uno de los grupos, de lo más característico y observable de cada uno. Y escribe esta característica en una tarjeta. El otro grupo, que no ha sido descrito, recibe las tarjetas de los descritos y debe ubicar a la persona por lo que lee en su tarjeta. Una vez que la ubica se conocen como en los ejercicios anteriores.

## **60. DI TU NOMBRE CON UN SON**

**INTEGRANTES :** 30 personas.

**LUGAR :** salón.

**OPORTUNIDAD:** Para cualquier grupo que apenas esta realizando su primer experiencia como grupo.

**OBJETIVO:** Deshibir al individuo para que se plantean en un grupo nuevo.

**PASOS:**

- Primero se les sugiere a los integrantes que formen una mesa redonda.

- Luego se les explicara a los compañeros que las siguiente actividad la realizaremos de la siguiente forma:

- Cada uno procederá a decir su nombre pero incluyendo un nombre así: Por ejemplo si mi nombre es Rosa entonces dice : Yo me llamo Rosa yo soy la reina por donde voy no hay tambor que suene y que no timbre cuando paso yo.

- Y así sucesivamente lo harán todos los integrantes del grupo hasta que de toda la vuelta y llegue al punto de origen. Esta dinámica no solo sirve para que los integrantes del grupo se graben los nombres de los compañeros sino también para que se vuelvan un poco más extrovertidos y integren mas al grupo desarrollando su creatividad.

### **61. EL REY DEL BUCHI BUCHA**

INTEGRANTES : Más de 10 personas.

LUGAR : salón.

OBJETIVOS: Integrar , divertir.

INSTRUCCIONES: Se coloca al grupo en círculo y se toman de la mano, el director quien estará en el centro, comenzara la ronda así: Amo a mi primo mi primo vecino, Amo a mi primo mi primo German. Todos cantan y giran, de pronto el director dice: Alto ahí Qué paso? (contesta el grupo) Que el rey de Buchi Bucha ordena que se ordenen Qué cosa? (contesta el grupo) Qué todos tomen a su compañero de la izquierda por el tobillo... De esta manera se van dando órdenes, que podrán se ejecutadas en círculo o que impliquen desplazarse y regresar.

VARIANTES: que a medida que el grupo cumpla las ordenes no se separen, y sigan ejecutándolas, todos unidos.

### **62. LA CARGA ELECTRICA**

INTEGRANTES : Más de 10 personas.

LUGAR : salón.

OBJETIVOS: Integrar , divertir.

1. El animador pide que se retire un voluntario del círculo que han formado los jugadores.

2. En ausencia de este explica que durante el juego todos deben permanecer en silencio y que uno de ellos " tendrá carga eléctrica".

3. Cuando el voluntario coloque su mano sobre la cabeza de quien tenga la carga eléctrica todos deberán gritar y hacer gestos.

4. Se llama al voluntario y el animador le explica: " Uno de los presentes tiene carga eléctrica: Concéntrese y vaya tocando la cabeza de cada uno para descubrir quien tiene la carga eléctrica. Cuando lo descubra, avise".

NOTA: Cuando la persona toque al designado con la carga eléctrica, todos deberán pegar un grito.

### **63. CUNDE, CUNDAYA**

OBJETIVO: Unificar el grupo, recrear, crear comunicación y un ambiente de familiaridad.

GRUPOS: De 30 a 40 personas.

INDICACIONES: Se canta lo siguiente: "Cunde, cunde cunde cunde cunde, cunde cunda ya Ay cunde Ay cundaya" Todo el grupo de forma en círculo cogidos de la cintura, y se canta la canción, luego se pide la grupo que den un paso al centro y que se inclinen un poco, y así sucesivamente hasta que queden bien juntos.

### **64. DINAMICA LA CANOA**

INTEGRANTES : Más de 10 personas.

LUGAR : salón.

OPORTUNIDAD: Para cualquier grupo que lleve compartiendo más de medio año.

OBJETIVO: Despertar en el individuo interés por las diversas actividades de motricidad. En el grupo al que pertenezco vamos a formar un círculo de allí; que repetiremos el siguiente aparte: Pilotea la canoa, Paula que nos vamos a voltear que este río, esta creciendo y te voy a canaletear Ay! Paula, Ay! Paula, te voy a canaletear. Seguidamente de leerla y haberla aprendido vamos a cantarla en rondas realizando una serie de movimientos con nuestro cuerpo. Y así se realiza sucesivamente hasta que uno de los dos grupos se equivoque y que a su vez no posea cierta coordinación.

### **65. LOS REFRANES**

INTEGRANTES : Más de 10 personas.

Elementos necesarios para la dinámica Una sala con número suficiente de sillas, ; hojas policopiadas con la lista de refranes a analizar. Lápiz, tablero o papelógrafo. Cómo realizar esta dinámica hola (cuatro pasos) Primer Paso. El coordinador entrega a cada uno de los participantes una hoja con copia de

todos los refranes. Pide a los participantes leerlos y tratar de identificarse con uno de ellos, porque le hace gracia el refrán, porque la llama la atención, porque le causa hilaridad, etc. Si tiene conocimientos de otros refranes, puede escribirlos en el anverso de la hoja. Busque algunas(s) razón(es) de su identificación con determinado refrán.

- Compañía, ni con la cobija.
- No se meta en lo que no le importa
- A pillo, pillo y medio.
- Viva y deje de vivir.
- Se dice... Se hace...
- Cría fama y échate a dormir.
- Ande yo caliente y ríase la gente.
- Al caído, caerle.
- A los pendejos ni mi Dios los quiere.
- Al que nació para buey, del cielo le cae la enjalma.
- Cada cual es libre de hacer de su culo un candelero.
- Candil de fuera y oscuridad de la casa.
- De la mentira algo queda.
- De los bobos viven los vivos.
- Del caído todos hacen leña.
- El hombre el lobo para el hombre.
- El pez grande se come el chico.
- \*El infierno está empedrado de buenas intenciones.
- El poder es para poder.
- El rico no pierde sino el alma.
- Ellos son blancos y se entienden.
- En juego largo hay desquite.

- La justicia es como el perro; solo muerde a los de ruana.
- La ley es para los de ruana.
- Lo que bota el rico lo recoge el pobre.

Segundo paso. El coordinador formará varios grupos con los participantes para facilitar el diálogo. En cada uno de los grupos comentan sobre el refrán elegido en particular por cada uno ; escuchará las razones de su identificación con determinado refrán o dicho. Tratarán de analizar qué mentalidad hay en el fondo de cada uno de los refranes (racistas - individualista - egoísta - utilitarista - pesimista - burguesa - manipuladora...).

El hombre se retrata a través de su lenguaje. Cómo ? Cuáles son los refranes que más suelo usar ? Qué mentalidad estoy reflejando ante los demás ?

Tercer Paso. Con un monumento(dramatización de un acontecimiento sin decir palabras) hecho por cada uno de los grupos manifestar a los restantes cuál fue el refrán que al grupo causó mayor impacto durante la reflexión. Los grupos restantes deberán tratar de interpretar el monumento.

Cuarto Paso. Cada uno de los grupos tratará de buscar cuál es el dicho, refrán o proverbio que está a la raíz de la mentalidad de la sociedad moderna. Cuáles son las frases que los medios de comunicación social (radio - Prensa - T.V. - afiches - etc.) suelen usar para influir en nosotros ? Qué mecanismos de defensa podremos emplear para combatir el automatismo que crea en nosotros un determinado lenguaje ? Realmente deberemos prestar atención al lenguaje que usamos ? Por qué ? Sugerencia. Anote los refranes presentados por los participantes para enriquecer la colección de dichos ; haga que todos los participantes se informen de ellos para enriquecer el diálogo y la dinámica.

## **66. LA EDUCACION HOY**

INTEGRANTES :Más de 10 personas.

OBJETIVOS: Integrar , divertir.

Elementos necesarios para esta Dinámica : Sala con sillas suficientes. Papelógrafo o tablero. Papel para carteleras. Marcadores de diversos colores.

Documentos de PUEBLA, MEDELLIN Y VATICANO II. Cómo hacer esta dinámica (Tres pasos)

Primer Paso. El coordinador invitará a los participantes a tomar un ejemplar de las policopias, preparadas anteriormente con el esquema que se ofrecerá más adelante. Cada uno, en particular, tratará de elaborar las respuestas a las preguntas del esquema. Se concederá un tiempo prudencial.

Segundo Paso. El coordinador invitará a formar pequeños grupos, ojalá con una técnica que ayude a distensionar los nervios y contribuya a crear un clima de cordialidad. En los pequeños grupos discutirán las respuestas elaboradas en particular, y tratarán de hacer un consenso del grupo sobre el esquema. El esquema ofrece, en su conjunto, una visión de los 3 grandes tipos históricos de la educación como un proceso. El coordinador convidará a los participantes a elaborar una cartelera en la que expresa el grupo la idea que tiene de una educación - instrucción, de una educación - capacitación y de una educación - formación.

Tercer Paso. Consistirá en hacer el plenario con la exposición y sustentación de los esquemas de grupo y de las carteleras.

Sugerencias. El coordinador cuidará combinar oportunamente los cantos para contribuir al clima de familiaridad entre los participantes.

Esquema de la dinámica (Base del trabajo individual y de grupos)

INSTRUCCIÓN = saber. CAPACITACIÓN = hacer. FORMACIÓN = ser

Privilegio Desarrolla Mejora Cualidades Meta Pedagogía\_\_\_\_\_ Métodos Peligros Punto de Partida

Contraindicaciones Obligación Tipo ideal N.B. Este esquema se responde integrando la línea vertical con la horizontal ; v.gr. La Instrucción privilegia el saber. La capacitación privilegia la técnica. La formación privilegia el saber vivir.

## **67. LA CAJA DE LAS SORPRESAS**

OBJETIVO : Compartir - intercambiar aptitudes .

PARTICIPANTES : 30 a 40 personas.

RECURSOS HUMANO : caja, papel, lapicero.

INSTRUCCIONES: - Se prepara una caja (puede ser también una bolsa), con una serie de tiras de papel enrolladas en las cuales se han escrito algunas tareas (por ejemplo : cantar, bailar, silbar, bostezar, etc.) - Los participantes en círculo. - La caja circulara de mano en mano hasta determinada señal (puede ser una música, que se detiene súbitamente). - La persona que tenga la caja en el momento en que se haya dado la señal. o se haya detenido la música, deberá sacar de las tiras de papel y ejecutar la tarea indicada. - El juego continuará hasta cuando se hayan acabado las papeletas. - El participante que realiza la actividad , seguirá orientando el juego.

## **68. DINAMICA EL PISTOLERO**

**OBJETIVO :** Desarrollar la atención. Integrar.

**LUGAR :** Salón - campo abierto.

**NO. PARTICIPANTES :** 30 personas.

**DESARROLLO :** Se hace un círculo y el que dirige señala con la mano a un integrante del grupo, el señalado se agacha y los de los lados se disparan, el primero que lo haga gana y el otro sale. Sucesivamente hasta que solo queden 2, estos se ponen de espaldas se cuenta hasta tres y se disparan habrá un ganador.

### **69. DA 3 PALMAS**

**OBJETIVO :** Motivar la integración - distensionar

**LUGAR :** Salón - campo abierto.

**NO. PARTICIPANTES :** 25 - 30 **Canto :** Da 3 palmas, otra vez, nuevamente da 3 palmas, ahí donde estas parado...

**DESARROLLO :** Se hace un círculo y el que dirige se hace en el centro y comienza el canto, cuando se dice ahí donde estas parado, se hace lo que se le ocurre, Ej. : ahí donde estas parado pisa el que esta a tu lado y así sucesivamente.

### **70. RANITAS AL AGUA**

**INTEGRANTES :** 25 personas

**LUGAR:** Salón, patio.

**OBJETIVO:** Atención , coordinación.

**INSTRUCCIONES:** El coordinador traza un círculo, alrededor de este se colocan en cuclillas los participantes. Cuando el coordinador diga "Ranitas al agua", los participantes deben saltar fuera del círculo. Cuando diga "a la orilla", todos deben saltar al centro del círculo. Las ordenes deben ser suministradas de tal manera que desconcierten a los participantes. El jugador que ejecuta un movimiento diferente al ordenado por el coordinador, será excluido del juego.

### **71. TEMPESTAD**

**OBJETIVO:** Atención - Habilidad

**RECURSOS:** Humanos - sillas.

**PARTICIPANTES :** 30 a 40 personas

**INSTRUCCIONES:** El orientador de la dinámica solicita la colaboración de los participantes para que formen un círculo sentados en sus sillas de trabajo, realizada esta parte, el orientador explica la dinámica que consiste en lo siguiente: Cuando yo diga olas a la izquierda todos giramos a la izquierda y se sientan, cuando yo diga olas a la derecha giramos a la derecha y nos sentamos y cuando diga Tempestad todos debemos de cambiar de puesto entrecruzados, quien quede de pie pagará penitencia, ya que el orientador se sentará en una de las sillas. Nota : El orientador debe repetir varias veces a la izquierda, a la derecha y estar pilas al cambio de orden para lograr el objetivo. La penitencia la coloca el grupo y después de hacerla, continua orientando la dinámica quien pago la penitencia y así sucesivamente.

## **72. LA TECNICA DEL BARCO**

(Dinámica de reflexión)

**OBJETIVO:** Sensibilidad - valores personales

**PARTICIPANTES :** 40- 50 personas

**RECURSOS:** Humanos, tablero, tiza, borrador, hojas, lapiceros.

**INSTRUCCIONES:** El coordinador dibuja un barco, con su tripulación navegando en el mar, en el tablero, explica que la tripulación esta compuesta por un médico, un vaquero, un ingeniero, una prostituta, un deportista, un ladrón, un drogadicto, un sacerdote, un psicopedagogo, un alcoholico, un tecnologo educativo, un pedagogo reeducativo, un obrero, etc. El barco continua su rumbo y de pronto crece el mar y el barco naufraga, logran sacar una pequeña barca en la cual solo caben dos personas uno quien la maneja y otro de la tripulación. La pregunta para el grupo, la cual cada participante debe escribir en su hoja es A quién salvaría usted ? y Por qué lo salvaría ? Luego el coordinador solicita se formen grupos de 6 - 10 - 12 participantes, allí cada uno expone su pensamiento, su criterio; luego en el grupo se nombra un moderador y un relator, analizan los conceptos de cada uno y unifican un criterio por grupo lo exponen en plenaria cuando el coordinador de la señal. Finalmente se saca una conclusión de la dinámica por todos los participantes.

Nota: El coordinador puede buscar otros elementos de reflexión; ejemplo roles familiares, etc.

## **73. CONOZCAMOS**

(Dinámica de presentación)

**OBJETIVO:** Lograr una integración grupal y motivación al enriquecimiento personal.

**PARTICIPANTES :** 40 a 50 personas

RECURSOS: stickers, marcadores, cartulina, ganchos, grabadora, cassette.

INSTRUCCIONES: El coordinador del seminario taller o conferencista, entregará a cada participante un stickers para que escriba su nombre, empezando por el apellido y se lo coloque en su camiseta, solicita formar grupos por la letra del primer apellido. Formados los grupos se presentan con intercambios de frases ejemplo: donde viven, en que trabajan, etc. Por tiempo determinado de 10 minutos, vuelven a sus sillas de trabajo y se les entrega una tarjeta de colores (cartulina) y cada uno debe escribir que es lo que más le gusta en una palabra ej.: trabajar, escuchar música, dar amistad, etc.; se coloca música suave y se les pide a los participantes que caminen por el salón, observando a los compañeros y teniendo en muy en cuenta la palabra que escribió en su cartulina y que lleva pegada a su camiseta, a la orden del coordinador deben formar grupos por identificación de palabras; se presentan, analizan la expectativa del seminario taller y nombran un moderador, igualmente bautizan el grupo con un nombre ej.: (los tolerantes, los amistosos) ya en grupos organizados y plenamente identificados trabajarán los temas a ver durante el desarrollo del seminario taller. Cada grupo organizará una actividad de clausura del seminario taller o se jugará al amigo secreto para lograr una mayor integración.

#### **74. EMPAQUETADOS**

OBJETIVO: Que el alumno se integre con el grupo. Que el alumno sienta una mayor motivación para la realización de las dinámicas y juegos. Desarrollar la agilidad y la atención de cada uno de los integrantes.

PARTICIPANTES : De 20 personas en adelante, para lograr hacer el juego mas dinámico.

LUGAR: En campo abierto o cerrado pero con buen espacio.

INSTRUCCIONES : Se forman dos círculos con todos los integrantes de la dinámica , un círculo dentro del otro, el círculo de afuera debe ser más amplio que el de adentro, para que cada círculo pueda girar en forma contraria sin ningún problema de estreches. Cabe anotar que el círculo mayor (el de afuera) mira a los de adentro y el círculo menor (el de adentro) se miran entre sí. Los del círculo de afuera se toman las manos entre sí, los del círculo de adentro también se toman las manos entre sí. Procedimiento: El círculo de afuera comienza a girar bien sea al lado izquierdo o derecho y el círculo de adentro gira siempre al lado contrario. Mientras tanto todos los integrantes van cantando una canción cualquiera que sea común para ambos círculos. Al mismo tiempo el moderador, que está por fuera de los círculos, cuando los ve bien concentrados girando y cantando la canción, les grita "PAQUETES DE ... N veces", cualquier número que éste escoja, Ej.: (PAQUETES DE 8 PERSONAS), instantáneamente se deben formar paquetes de 8 personas, se abrazan y agachan lo más pronto posible y el último paquete que se agache

ó el que quede incompleto o que le sobren personas, se elimina. Esta ronda se puede hacer varias veces hasta quedar un mínimo número de personas o hasta eliminara todos en general.

#### **75. EL MARRANITO**

**OBJETIVO:** Buscar la integración de los participantes Fomentar la creatividad de los participantes Estimular la espontaneidad

**PARTICIPANTES :** 20 a 25 personas para no hacer la dinámica tan monótona.

**LUGAR:** Espacio abierto o cerrado.

**INSTRUCCIONES:** Se forma un círculo con todos los integrantes del grupo. Se ubican de pie y se miran entre sí. Luego se ele empieza a decir al compañero del lado derecho, cual es la parte que más le gustaría que le regalara del marranito, y así sucesivamente hasta terminar con el último integrante del círculo, luego, se invierte la dinámica de tal modo que los integrantes de la izquierda deben recibir un beso o un pequeño mordisco del compañero de la derecha en la parte que éste último dijo le gustaba del marranito. La dinámica termina con el último integrante del lado derecho del compañero.

#### **76. PAREJAS O PRIMOS**

**OBJETIVOS:** Agilizar los movimientos de los integrantes Fomentar el entusiasmo Fomentar el compañerismo Estimular la concentración, alegría y dinamismo de los compañeros.

**PARTICIPANTES :** De 20 personas en adelante.

**LUGAR:** Campo abierto o cerrado pero con buen espacio.

**INSTRUCCIONES:** Se forma un círculo con todos los integrantes de la dinámica. Todos miran al interior del círculo entre sí, y están de pie, luego se toman las manos. Procedimiento: El círculo empieza a girara a medida que todos van cantando una canción en común. En el termino de un (1) minuto más o menos, el moderador de la dinámica, cuando los ve distraídos, les grita fuerte, "PRIMOS DE .... N personas". Ejemplo: (Primos de 6), y el último grupo que se haya organizado o que esté incompleto o tenga más personas, entonces se elimina, y así sucesivamente hasta eliminar todos los integrantes o si desea deja unos ganadores.

#### **77. EL REY MANDA**

**OBJETIVOS :** Fomentar la creatividad y dinamismo de los integrantes. Descubrir habilidades Consolidar más al grupo Buscar que los alumnos sean recursivos

**INTEGRANTES:** Todas las personas que deseen participar.

**LUGAR :** Espacio cerrado o abierto

**INSTRUCCIONES :** De acuerdo al número de integrantes, se divide el grupo en dos subgrupos iguales. Ambos subgrupos se ubican de frente. Uno al lado derecho y el otro al lado izquierdo. Cada subgrupo será el Rey en su totalidad y cada subgrupo enviará un mensajero al subgrupo opuesto para recibir una orden. Ejemplo : El mensajero del Rey del lado izquierdo va a recibir una orden del Rey del lado derecho, la cual consiste en que debe dramatizar a un personaje cualquiera del grupo o de uno de los subgrupos, esto se hace sin decir ni una palabra ni se da ninguna señal específica, este mensajero lo debe hacer lo mejor posible ante su Rey para que pueda ganar puntos. Ellos deben adivinar cual es el personaje y así sucesivamente se envía un mensajero del lado derecho para recibir una orden del Rey del lado izquierdo, para la dramatización se da un tiempo prudente o se aclara que a la tercera equivocación del subgrupo que está intentando adivinar el personaje, entonces se elimina y el punto que le correspondía a éste subgrupo, le es asignado al siguiente y se procede con el mismo subgrupo que se le cedió el punto del otro. El moderador determina la cantidad de puntos y el que tenga el mayor número gana.

#### **78. DI TU NOMBRE CON UN SON**

**OPORTUNIDAD :** para cualquier grupo que apenas este realizando su primer experiencia como grupo.

**OBJETIVOS :** Deshinibir al individuo para que se integre y participe de las actividades que se plantean en un grupo nuevo.

**INSTRUCCIONES :** Primero se les sugiere a los integrantes que formen una mesa redonda. Luego se les explicara a los compañeros que la siguiente actividad la realizaremos de la siguiente manera : Cada uno procederá a decir su nombre pero incluyéndole un ritmo así ; Por ejemplo si el nombre es Oscar entonces dice Yo me llamo Oscar yo soy el rey por donde voy no hay tambor que no suene ni se cimbre cuando paso yo. Y así sucesivamente lo harán todos los integrantes del grupo hasta que de toda la vuelta y llegue al punto de origen. Esta dinámica no solo ayuda para que todos los integrantes se vayan grabando los nombres de unos y otros sino también se vuelvan un poco extrovertidos se integren y puedan desatar toda la creatividad que todo individuo que pertenezca al grupo lleve consigo.

#### **79. DINAMICA CLASICA O LIBERADORA**

**OPORTUNIDAD :** Para cualquier grupo que lleve más de medio año.

**OBJETIVOS :** Revisar como se esta empleando la dinámica.

**INSTRUCCIONES:** Charla sobre dos tipos de dinámica de grupos :

- Clásica : Centrada en el grupo exclusivamente. No preocupación por la sociedad. Excesivo valor por lo psicológico.

- Liberadora : Centrada en las necesidades del pueblo ; se ayuda de dinámicas para arreglar problemas y hacer crecer a las personas, pero concede valor al análisis y transformación de la realidad.

Seguidamente de darles a conocer a los estudiantes los tipos de dinámicas que se conocen comúnmente se les planteara uno de los tipos de dinámica como ejemplo y practica del mismo en este caso lo haremos con el tipo de dinámica clásica así :

Recursos : Salón de clase Anillo Grupo de estudiantes

Integrantes : Se elabora o se lleva a cabo con un grupo de 40 o más integrantes.

Pásalo La actividad consiste en tomar un anillo y a cada uno de los integrantes del grupo entregarles un fósforo y este respectivamente lo ubicara en su boca de allí lo que deberán hacer es pasar el anillo pero introducido en el fósforo de compañero a compañero y así hasta que llegue al punto de origen de allí que se pone en tela de fuego la agilidad y la destreza de los integrantes del grupo, contribuyendo así a que la actividad se torne amena para todos. Luego se les sugerirá a los compañeros que pasen a sus respectivos puestos para así continuar con la actividad, en este caso se les pedirá que cada uno saque una hoja la cual van a marcar con su nombre y deliberan sobre si la dinámica que se realizo en clase puede incluirse entre el tipo de dinámica clásica o liberadora. Seguidamente en mesa redonda se sustentara con el grupo que tipo de dinámica creen que prima en el grupo y sustentar por que eligieron la misma y así llegar a la conclusión que prácticamente lo que prima en el grupo es la dinámica Clásica.

## **80. LA RISA DEL CHÁGUALO**

OBJETIVOS : Recrear

INTEGRANTES : De 30 a 40 Personas

INSTRUCCIONES : Los jugadores se separan en dos filas iguales, una frente a la otra y separados por 2 mts. Quien dirija el juego tira al centro, un chágualo o zapato. Si cae boca abajo, los jugadores de una fila deben permanecer serios y los de la otra deben reír muy fuerte : si cae bocarriba al contrario. Los que ríen cuando deben estar serios, salen de la fila.

## **81. PERSONA, PALABRA, LUGAR**

OBJETIVO: Dar ocasión de una comunicación fácil a las personas, conocer la ideología y los valores del grupo. PARTICIPANTES : para grupos de 20 personas.

## INSTRUCCIONES :

1- personal, se pide a cada cual escoger una persona, una palabra y un lugar que le sea significativo.

2- por parejas cada cual escucha a su compañero y procura comunicarse con el y conocerlo. Al final se ponen los dos de acuerdo en una sola palabra, persona y lugar ( 15 minutos)

3- grupos de seis personas en estos grupos cada cual presenta a su compañero y procuran conocerse mas todos, al final los seis se ponen de acuerdo en una persona, palabra y lugar ( 30 minutos)

4- plenaria cada subgrupo de seis va diciendo que escogió y el por que, el animador va tomando nota de los valores mas significativos y posteriormente hablar sobre estos. ( 45 minutos) RECURSOS: tablero o papelógrafo.

## 82. GENTE QUE DICE CONOCERSE

OBJETIVOS: mostrar que el conocimiento es superficial

### INSTRUCCIONES :

1- Después de que el coordinador se presenta al grupo y explica los objetivos y estilo de trabajo, se les dice al grupo que como ya se conocen, van a entrar en acción a partir de eso que cada uno supone saber de los demás.

2- Subgrupos de seis personas.

3-Saldrá un grupo al medio y un compañero dirá lo externo que sepa de su compañero de la derecha y así irán diciendo todos algo de sus compañeros.

4-Una vez terminada la presentación de este grupo, saldrá otro y hará lo mismo y así sucesivamente hasta terminar todos los grupos.

## 83. EL NAUFRAGO

LUGAR : campo abierto o salón

OBJETIVOS : formar grupos pequeños, pero de una manera que la gente quede mezclada.

INSTRUCCIONES : El animador busca previamente que condiciones poner - que no queden del mismo grupo o ciudad - tantos hombres y/o mujeres tantos adultos y/o niños alguien con anteojos etc. Dice que en caso de naufragio se deben formar botes salvavidas, con las condiciones anteriores y que en los botes se deben aprender los nombres de los náufragos, donde nacieron a que grupo o institución pertenecen, que nombre le ponen al bote. Luego se simula

un mar agitado y da la orden de formar botes (10). Se hace la plenaria con la presentación de las botes y se les pone a escoger que salvarían del naufragio, para sacar una escala de valores, los grupos se suelen retratar con lo que escogen y es útil para conocerlos.

#### **84. BABEROS**

**OBJETIVOS :** crear ambiente de familiaridad y algún tipo de conocimiento.

**PARTICIPANTES :** Más de 10 personas

**INSTRUCCIONES :**

1-cada persona escribe en una hoja su nombre , edad, gustos, frases, etc., y se la coloca en el pecho.

2-Todos se pasean por la sala procurando relacionarse con los demás al leer lo escrito por el otro. 3-Breve resonancia acerca de como ven el grupo ahora  
Material hojas ganchos.

#### **85. LOS CURIOSOS**

**LUGAR :** salón o campo abierto.

**OBJETIVOS :** conocer que clase de personas participan.

**INSTRUCCIONES :** ( 45 minutos)

1-Se solícita la colaboración de unos 8 o 10 voluntarios que sean personas curiosas, pasan delante del grupo ( 5 minutos)

2- se les pide que por medio de preguntas ayuden a descubrir que personajes hay dentro del grupo.

3- a cada pregunta de los curiosos la gente responde con su nombre y los datos solicitados, por ejemplo: cuantos casados hay, ( 30 minutos)

4- breve resonancia ( 10 minutos)

#### **86. RESONANCIA DEL PROPIO NOMBRE**

**PARTICIPANTES :** 30 personas

**OBJETIVOS :** valorar el nombre propio y comunicarse entre si.

**INSTRUCCIONES :**

1- motivación: vamos a tratar de determinar algunos de los mecanismos que todos tenemos y en virtud de los cuales sintonizamos más con unas personas que con otras sin saber por qué.

2- el animador pide al grupo que en estricto orden y en voz alta digan el nombre y apellido.

3- cuando ya hallan oído, se les dice que busquen aquella persona cuyos nombres le gusto o sintonizaron, una vez juntos se comenta por qué les gusto el nombre y apellido.

4- resonancia grupal: después de haber comentado se puede preguntar quienes saben el resultado etimológico de su nombre.

### **87. IDENTIFICARSE CON EL LUGAR**

INSTRUCCIONES : 30 personas

LUGAR : campo abierto

OBJETIVOS: Hacer una presentación de las personas y a su vez conocer sus intereses y valores.

INSTRUCCIONES :

1-motivación; invitar a la gente a conocer el sitio y buscar algo, un cuadro, estatua, etc. que les llame la atención.

2-Recorrido del lugar, con un silencio relativo y separados.

3- cada cual se presenta, que escogió y por qué: inclusive se pueden hacer preguntas para profundizar

4- al final el animador resume las motivaciones del grupo: este es un grupo efectivo, escogió el deporte, naturaleza, etc.

5- resonancia se pide comentar lo realizado.

RECURSOS: tablero o papelógrafo.

### **88. CONEJO, MURO , PISTOLA**

PARTICIPANTES : 20 a 30 personas

LUGAR : campo abierto o salón amplio

OBJETIVOS : Que los integrantes coloquen atención y reacciones frente a una respuesta, sirve también para destensionar al grupo.

**INSTRUCCIONES:** Se divide el grupo en dos que quede con igual número de participantes, los cuales deberán ser ubicados en dos hileras, un grupo un grupo frente al otro, de cada grupo eligen un coordinador, los cuales se ubicaran en el centro de los dos grupo , quedando de espaldas a ellos y mirándose cara a cara los dos coordinadores con las manos atrás. Ellos le señalaran a su respectivo grupo que movimiento deberán realizar utilizando como medio de comunicación las manos: si le hace la señal con el dedo índice y el anular quiere decir que está señalando las orejas de el conejo, si su señal es en forma de pistola tendrán que disparar y decir pum pum, y si la señal es con la mano abierta, tendrán que hacer como una pared extendiendo los brazos arriba. Los coordinadores no podrán mirar al grupo o decirles que movimiento quieren que realice, ganara el equipo que mas puntos haga, lo cual se llevara de la siguiente forma: el conejo le gana al muro puesto que lo puede saltar. La pistola mata al conejo , pero no le gana a la pared.

### **89. LA PALMADA HUY HUY**

**LUGAR :** campo abierto o salón amplio

**OBJETIVOS :** reforzamiento de la memoria y fijar la atención.

**INSTRUCCIONES :** Los participantes se colocan de forma circular de pie o sentados, escogen un número por ejemplo el siete y sus múltiplos, la numeración puede ser progresiva o regresiva. Un jugador inicia así 1,2,3,4,5, en vez de 7 da una palmada y dice huy , huy después de unos minutos y cuando se llega al múltiplo ejemplo 35 se regresa 34,33, 32 dando también la palmada huy huy en el momento de decir los múltiplos, quien se equivoque se elimina del juego.

### **90. LOS MOSQUITOS**

**PARTICIPANTES :** todas las personas que quieran.

**LUGAR :** Salón de clase, patio.

**OBJETIVOS:** agilidad, destreza.

**INSTRUCCIONES :** Se hace un círculo con todos los participantes, luego se explica como se acomodan las mano al lado de las orejas simulando las alas del mosquito, el que está en el centro dispara, al que le disparan se debe agachar y los de su lado derecho e izquierdo hacer como mosquito, sino irán saliendo del juego.

### **91. TAREA**

**OBJETIVOS:** de que se logre la reflexión.

**PARTICIPANTES** : 20 personas. Formación: participantes en círculo, cada uno recibe un papel y un lápiz.

**INSTRUCCIONES** : El dirigente pide a cada participante que haga una tarea en el papel la más difícil que encuentre, que será realizada por el vecino de la derecha, todos deben firmar, cuando todos hallan escrito la prueba, el dirigente recoge los papeles y declara que se ha cambiado la regla del juego y la prueba ya no será realizada por el vecino, sino por el que la escribió. El dirigente debe recordar el espíritu deportivo del juego.

## **92. YO SE QUIEN SABE LO QUE USTED NO SABE**

**PARTICIPANTES** : más de 10 personas.

**LUGAR** : campo cerrado

**OBJETIVOS**: dar información clara y breve sobre un tema.

**INSTRUCCIONES** : Después de elegido el tema, se pide a las personas que hagan preguntas breves sobre lo que no saben de él. (30) Se forman subgrupos de 4 personas. En plenaria se van leyendo las preguntas y el subgrupo que la sepa responder la pide (15) Se da tiempo para que los subgrupos estudien las preguntas y preparen las respuestas, que debe ser clara y breve (45) Plenaria se escuchan las respuestas y aclaraciones.

**RECURSOS**: papeletas en blanco.

## **93. TEMORES Y ESPERANZAS**

**PARTICIPANTES** : más de 10 personas

**LUGAR** : campo abierto y cerrado.

**OBJETIVOS**: Dejar aflorar los sentimientos y preocupaciones de la gente para llegar a los primeros temas de interés o inquietud.

**INSTRUCCIONES** :

1- Motivación breve, luego a todas las personas se les puede escribir personalmente y sin mayor orden sus temores y esperanzas con relación a...(15)

2- El coordinador pide que cada cual escoja los dos más fuertes.

3- cada persona va leyendo uno sin explicarlo, y el coordinador lo va anotando, procurando sintetizar en el tablero o papelógrafo, hay que agilizar este paso y motivar a la gente para que hagan el esfuerzo de escucharse, se hace una segunda vuelta para que digan aquello que no han mencionado (35)

4- Se enumera los datos : los participantes eligen las dos que mas les impresionan (15)

5- se escogen de los que mas votos tuvieron dos temores y dos esperanzas (15)

6- por grupos de hace una cartelera sintetizando lo dicho.(15)

7-plenaria para analizar temores y esperanzas.

#### **94. INTERPRETAR SIMBOLOS**

**PARTICIPANTES :** mas de 20 personas

**LUGAR :** salón o campo abierto

**OBJETIVOS:** descubrir lo que el grupo piensa, su marco teórico sobre un tema idea, etc.

**INSTRUCCIONES :**

1-Motivacion sobre la importancia de expresar no solo con conceptos sino con símbolos

2- se pide al estudiante dibujar un símbolo sobre el tema que interesé

3-Se van interpretando los símbolos de uno en uno. En grupos de 6.

4-Cada grupo dibuja su símbolo tratando de recoger elementos significativos dentro de cada sub grupo.

5- Plenaria un grupo expone y los demás tratan de interpretarla.

#### **95. POR CUALIDADES**

**OPORTUNIDAD :** para personas que algo se conocen.

**OBJETIVOS :** decirse las cualidades que se desconocen.

**INSTRUCCIONES :**

1- Motivación: Para una mayor integración grupal será provechoso el que cada miembro del grupo procure conocer y resaltar las cualidades de su compañero.

2-En una papeleta cada uno escribe el nombre de una de las personas del grupo y al lado una cualidad que caracterice a la persona, se colocan en la pared y las personas van pasando y añadiendo otra cualidad en cada sobre.

3- Resonancia: se hará resaltar lo bueno y lo malo de cada persona.

#### **96. QUIEN SOY**

OPORTUNIDAD : para grupos interesados en conocerse

LUGAR : salón o campo abierto

OBJETIVOS: conocimiento y comunicación interpersonal.

INSTRUCCIONES :

1- la vida merece vivirse pero solo viven los que luchan, los que saben quienes son, los que quieren ser, te invitamos a reflexionar con la mayor seriedad.

2- se entrega una hoja con lo siguiente: quien soy yo enumera tus cualidades y debilidades que quiero ser:

3-Una vez concluida la reflexión personal, se hará una plenaria , comentando como les pareció la actividad.

#### **97. PRESENTACION CON FOTOS**

OPORTUNIDAD : para grupos que casi no se conocen

OBJETIVOS: facilitar la comunicación entre el grupo.

LUGAR : salón o campo abierto

INSTRUCCIONES :

1- se colocan en una mesa una serie de fotos enumerándolas con lápiz.

2- los participantes la miran y eligen con la que mas se identifiquen.

3- formas grupos de 8 personas y comentan por que la eligieron y eligen una la cual los va a representar.

4- plenaria, por que la escogieron, como se sintieron.

#### **98. SONDEO DE MOTIVACIONES**

OBJETIVOS : comenzar a conocerse

PARTICIPANTES : más de 10 personas

LUGAR : salón o campo abierto

## INSTRUCCIONES :

1-Motivacion cada vez que iniciamos algo debemos preguntarnos sobre que es, como estamos, y que pretendemos.

2- reflexión personal: responder: A que se ha venido hoy a clase? En que estado de animo me encuentro. Que espero en este día? Que estoy dispuesto a aportar para la realización con mis ideas y esperanzas. 3- plenaria comentario de lo realizado.

## 99. COMO ME VEN EN EL GRUPO

OBJETIVOS: descubrir el valor de cada persona en el grupo.

LUGAR : salón o campo abierto

## INSTRUCCIONES :

1- Motivación: En muchas ocasiones no nos damos cuenta como nos ven los miembros del grupo, y por medio de este ejercicio lo sabremos.

2 reflexión individual con base en el cuestionario.

3- Se leen los cuestionarios de todos los integrantes del grupo.

4- Plenaria.

## 100. TALLER DE COMUNICACION GRUPAL

OBJETIVOS : analizar la comunicación en grupo - motivación, dentro de cada grupo hay formas de rechazo o aceptación.

LUGAR : salón o campo abierto - Reflexión personal.

1- cuando entro de nuevo a un grupo me siento?

2 cuando el grupo empieza a trabajar yo ?

3 cuando otras personas me conocen por primera vez ellas?

4 cuando estoy en un nuevo grupo solo me siento bien si?

5 cuando la gente guarda silencio yo?

6-Cuando alguno habla mucho yo?

7- en un grupo siento temores de?

- 8-Cuando alguien me ataca yo?
- 9-Me siento herido mas fácilmente cuando?
- 10- aquellos que me conocen bien piensan que yo?
- 11- me siento solo en un grupo cuando?
- 12- solo confío en aquellos que?
- 13-La gente me quiere cuando?
- 14- mi gran fuerza personal es?
- 15- yo soy?
- 16-Estoy triste cuando?
- 17-Me siento ansioso cuando?

Reflexión grupal, intercambio de datos.

#### **101. EL AMA DE CASA**

OPORTUNIDAD : grupo muy grande , poco tiempo.

LUGAR : salón o campo abierto

OBJETIVOS: crear un ambiente de familiaridad y la integración del grupo.

INSTRUCCIONES :

- 1- se forma un circulo con sillas.
- 2-A cada silla se le otorga el nombre de un objeto que pertenezca a la cocina.
- 3- cada participante ocupa la silla y recibe su nombre.
- 4- luego el moderador dirá el ama de casa paso revisando y vio que faltaba x objeto de la cocina.
- 5- la persona que posea el nombre de ese objeto contestara: x objeto no hace falta, hace falta y.
- 6- si se equivoca alguien pasara al lado izquierdo del moderador, rotando así todos los puestos.

## **102. VOLUNTARIOS PARA FORMAR UN GRUPO**

**OPORTUNIDAD :** para cuando se va a explicar la formación de grupos, el mínimo de participantes puede ser pequeño o grande.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**OBJETIVOS:** mostrar la importancia de preparar el terreno, antes de formar grupos, despertando interés, motivando, creando inquietudes.

**INSTRUCCIONES :**

- 1- sin mayor motivación se pide que salgan al frente 8 voluntarios.
- 2- preguntar al resto del grupo por que no salieron.
- 3- preguntar a los otros por que salieron.
- 4- Plenaria diversidad de temores e inquietudes de las personas frente a determinada situación.

## **103. SOCIODRAMA CLASES DE GRUPOS**

**OBJETIVOS:** que se aprecie el sentido de colaboración y trabajo en equipo.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**INSTRUCCIONES :**

- 1- Motivación: en todo grupo humano se dan diversas actitudes que conviene estudiar para prevenir los daños que un mal grupo puede hacer en el conjunto.
- 2- sociodrama: se divide el grupo en cuatro subgrupos y por suerte se les entrega una hoja con las características de cuatro grupos diferentes.
  - A- grupo cerrado: Un grupo con rosca en donde no dejan participar a nadie.
  - B- grupo cianuro: todo lo miran con actitud de critica destructiva.
  - C- grupo montón: Unidos sin ningún interés por que cada uno busca lo suyo.
  - D- Grupo integrado: colaboración y amistad entre sus integrantes.
- 3- presentación, discusión, conclusiones.

## **104. COHESION DE GRUPO**

**OPORTUNIDAD :** momentos de conflictos por relaciones humanas.

**OBJETIVOS:** evaluar la confianza y cohesión grupal.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**INSTRUCCIONES :**

1- motivación, importancia de evaluar

2- quien coordina la reunión muestra el gráfico o dibujo explicando cada parte, desunión, unión, conflicto y acomodación, muestra luego como en cualquier grupo siempre existe algo de tensión que puede afectar mas la unión o la acomodación o ambas, pide a los participantes pintar el mapa del grupo propio y colocar el espacio de tensión en donde crea que mejor podría quedar.

3-Cada participante explicara por que puso ese sitio de tensión y el problema que encuentra en el grupo.

4-Se da una explicación sobre cada uno de los puntos tenidos en cuenta y se detectan los principales problemas de grupo.

#### **105. PLANEACION PUENTE**

**OPORTUNIDAD :** para grupos que nunca ha planeado en serio.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**OBJETIVOS:** abrir perspectivas para una buena planeación interior.

**INSTRUCCIONES :**

1- Comparación: se compara la planeación con un puente, en una orilla actual del grupo, en la otra lo que quisiera ser, necesidades de tener el puente para llegar

2- Interrogantes Como es nuestra realidad actual? Como desearíamos que fuera el futuro? 3- Plenaria: se escucha a los grupos y se sintetiza

#### **106. EL ARBOL**

**OPORTUNIDAD :** para grupos que tienen suficientes datos sobre la realidad.

**OBJETIVOS:** clasificar esos datos y ver mas claros cuales son las causas.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**INSTRUCCIONES :**

1- Comparación un árbol en la raíz causas particulares que engendran la situación, el tallo causa central, y las ramas las consecuencias.

2- por grupos se dibujan los arboles

3- Plenaria: comparar sobre todo los tallos y discutir sobre las causas estructurales

#### **107. PANEL**

**OPORTUNIDAD:** para grupos que exigen una agilidad mayor.

**OBJETIVOS:** ofrecer la exposición de un tema controvertido de una manera espontanea e informal.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**INSTRUCCIONES :**

A- reunión previa para preparar con los panelistas expertos en la materia

B- dialogo de los panelistas con la orientación del coordinador.

C- Al final invitara a los expositores a que cada cual haga un breve resumen de sus ideas.

#### **108. PROGRAMAS RADIALES**

**OPORTUNIDAD :**Para horas pesadas y hacer variadas las exposiciones.

**OBJETIVOS:** expresar algunos puntos o temas interesantes.

**LUGAR :** salón o campo abierto

**INSTRUCCIONES :**

1- cada subgrupo prepara una emisión radial de 10 minutos sobre el tema que deba expones.

2- Plenaria cada grupo presenta su programa radial.

3- Resonancia: ante los mensajes, aclaraciones, etc.

#### **109. LA REJA**

**OPORTUNIDAD :**Cuando hay que estudiar un texto o articulo largo y se quiere reemplazar con esto una conferencia.

OBJETIVOS: enterarse del contenido de un texto extenso.

INSTRUCCIONES :

1-Se divide el texto por partes

2- se hacen tantos grupos como numero de textos halla.

3- se numeran los integrantes de cada grupo.

4- se reúnen los subgrupos de acuerdo a la numeración y quedan reunidos los de diferentes grupos. 5- Plenaria se comenta lo mas interesante.

### **110. FILA DE LIDERES**

OPORTUNIDAD : grupos donde las personas ya se conocen.

OBJETIVOS: revisar las ideas sobre liderazgo.

INSTRUCCIONES :

1- se pide pasar al centro unas 10 personas

2- a los voluntarios se les indica que se coloquen en fila y en silencio,

3- quienes crean haber ejercido mayor liderazgo deben pararse adelante

4- el que no este de acuerdo con la posición que ocupa alguien podrá subirlo o bajarlo y este debe dejarse

5- síntesis final: Que entendieron por liderazgo y que liderazgo reconocieron.

### **111. DECALOGOS**

OPORTUNIDAD :Para deportistas o personas interesadas en defender ciertos valores.

OBJETIVOS: concientizar sobre los valores e interiorizar.

INSTRUCCIONES :

1- Motivación sobre el tema

2- cada cual escribe 10 mandamientos sobre el tema

3- luego se hacen subgrupos para leer lo escrito y se saca uno solo.

4- plenaria

#### **112. PALABRA IMPACTANTE**

OBJETIVOS : poner a la gente a reflexionar

LUGAR : salón o campo abierto

#### INSTRUCCIONES

1-Previamente escribir en varias partes, piense, comparta, ame.

2-Formar grupos motivados para que reflexionen sobre el significado de estas palabras.

3- plenaria cada subgrupo expone y luego se hace una síntesis de esto.

#### **113. 150 MILLONES SIENTEN HAMBRE**

OPORTUNIDAD : para un grupo que comience a concientizarse

OBJETIVOS : sensibilizar a las personas del problema y descubrir las causas.

LUGAR : salón o campo abierto

INSTRUCCIONES : se coloca un papelografo con la siguiente frase: 150 latinoamericanos sufren problemas de desnutrición, se insiste en que por mas grande que sea el problema no lo sentimos. Se reta para que por subgrupos hagan un trabajo para concientizar a las personas del problema. Plenaria: como les pareció, como se sintieron.

#### **114. LA CANOA**

OBJETIVOS : despertar intereses por las diversas actividades de motricidad.

LUGAR : salón o campo abierto

INSTRUCCIONES : Se forma un circulo y se dice: Pilotea la canoa, paula que nos vamos a voltear, que este río esta creciendo y e voy a canaletear ay paula, ay paula te voy a canaletear. Luego de aprenderla se canta en ronda haciendo una serie de movimientos con nuestro cuerpo. Y así se realiza hasta que uno de l os dos grupos y no posea coordinación.

#### **115. LA CARRERA DE GLOBOS**

OBJETIVOS: desarrollar agilidad en cada participante.

PARTICIPANTES : 20-40

LUGAR : cancha ,salón.

RECURSOS: globos y sillas.

INSTRUCCIONES : dos equipos en fila cada jugador tiene un globo, a la señal del director los dos primeros jugadores deben inflar el globo y luego sentarse en ellos hasta reventarse, solo cuando los hallan reventando continua el siguiente y gana la fila que primero termine

## 116. DIBUJANDO A CIEGAS

### OBJETIVO

Identificar la necesidad de la participación activa y colaboración de todos los integrantes para obtener buenos resultados en el trabajo en equipo. I. El instructor coloca los rotafolios separados unos de otros. Acto seguido, integra subgrupos de 3 a 6 personas y les indica a cada subgrupo el rotafolio en el cuál trabajarán.

II. El instructor explica a los participantes en que consiste la Dinámica: "Todos los integrantes de cada subgrupo participarán por turno, dibujando en una hoja de rotafolio con la vista tapada. Cada dibujante agregará otros elementos a los dibujados anteriormente, según lo que indique el instructor".

III. Mientras participa el primer voluntario, su subgrupo puede orientarlo con aplausos. Cuando dibuje en el lugar correcto, las palmadas serán fuertes. Si está equivocado, las palmadas serán más débiles. Los subgrupos contrarios pueden estorbar la ayuda con silbidos o ruidos.

IV. El primer dibujante de cada subgrupo se cubre los ojos y comienza a dibujar lo que le señala al instructor.

V. Un ejemplo de las instrucciones del Instructor para el dibujo podrían ser las siguientes:

Primer Dibujante: Dibuja una casa con dos ventanas y una puerta.

Segundo: Un árbol junto a la casa.

Tercero: El sol sobre la casa.

Cuarto: Una vaca detrás de la casa.

Quinto: La cordillera detrás de la casa.

Sexto: El papá, la mamá y sus hijos caminando hacia la casa.

V. La dinámica continúa igual hasta que participan todos los integrantes de cada subgrupo. Algo muy importante es que el motivo que se dibuja debe ser siempre el mismo para todos los subgrupos. Al final se comparan los dibujos y gana el subgrupo cuyo dibujo es el mejor logrado.

VI. El instructor guía un proceso para que el grupo analice como ayuda o afecta en el resultado de un equipo la participación activa de sus miembros y la colaboración.

VII. El instructor guía un proceso para que el grupo analice como se puede aplicar lo aprendido en su equipo.

## **117. CABEZA CON CABEZA**

### **OBJETIVO**

- I. Crear un clima de apertura y compañerismo dentro de un grupo.
- II. Energetizar a un grupo fatigado.

### **TIEMPO:**

**Duración: 25 Minutos**

### **TAMAÑO DEL GRUPO:**

**15 Participantes**

### **LUGAR:**

**Aula Normal**

Un salón amplio y bien iluminado acondicionado para que los participantes formen un círculo.

### **MATERIAL:**

**Especializado**

Música (de grabadora o radio).

### **DESARROLLO**

#### **SIN FORMATO**

I. El Facilitador solicita un voluntario y a los demás participantes les solicita que formen dos grupos (el Facilitador deberá verificar que cada grupo tenga exactamente el mismo número de participantes).

II. El Facilitador indica a los participantes que cada subgrupo deberá formar un círculo.

III. El Facilitador solicita a uno de los grupos que se coloque de forma tal que su círculo quede dentro del formado por el otro grupo.

IV. El Facilitador indica al voluntario que se coloque de pie en medio de los círculos.

II. El Facilitador explica a los participantes que cuándo empiece la música, los círculos deberán moverse en direcciones opuestas, cuándo se detenga, los círculos dejarán de moverse y todos deberán juntar su cabeza con la de otro participante del círculo contrario. El voluntario deberá de tratar de encontrar una pareja.

III. Si el voluntario encuentra pareja, cuándo la música comience nuevamente el participante que quedó sin pareja será quien se coloque en medio de los círculos y podrá cambiar la orden ( la diversión está en las ordenes diferentes que se pueden da), por ejemplo:

**Nariz con nariz**

**Ojo con ojo**

**Mejilla con mejilla**

**Pie con pie**

**Cabeza con dedo del pie**

**Mano con mano**

**Espalda con espalda**

**Mano con oreja**

**Talón con dedo del pie**

**Hombro con hombro**

**Mano con rodilla**

**¡ Y haga las suyas propias!**

IV. El Facilitador guía un proceso para que el grupo analice, como se puede aplicar lo aprendido en su vida.

**Preparado por:**

**Hernán Sarmiento.**