

The background is a vibrant, cartoon-style illustration of an underwater scene. At the top, there are stylized blue waves. The water is a light, bubbly blue. On the left side, there are green and orange coral reefs. In the bottom right corner, a large, smiling orange fish with rosy cheeks and a wide smile is visible. Several smaller, colorful fish (pink, yellow, and blue) are scattered throughout the water. The overall atmosphere is bright and cheerful.

RECOPILACIÓN DE DINÁMICAS GRUPALES

Curso Monitor Sociocultural

M^a Soledad Gutiérrez Espejo

Índice

1. <i>Dinámicas de presentación</i>	2
2. <i>Dinámicas de conocimiento</i>	8
3. <i>Dinámicas para favorecer la autoestima</i>	13
4. <i>Dinámicas de distensión</i>	16
5. <i>Dinámicas de entretenimiento</i>	20
6. <i>Dinámicas de cooperación</i>	22
7. <i>Dinámicas de habilidades sociales</i>	24
8. <i>Otras dinámicas para adultos</i>	26

DINÁMICAS DE PRESENTACIÓN

Pelota preguntona

- Los participantes se sientan en círculo de modo que todos se vean bien entre sí.
- Se lanza esta consigna: "Esta pelota va a ser el motor de la presentación personal de cada uno, y del conocimiento de todos. El que recibe la pelota ha de darse a conocer diciendo: El nombre con el que le gusta que le llamen, lugar de procedencia, aficiones que tiene y cuál de ellas prefiere. Una vez terminada su presentación, el participante lanza la pelota a otro para que se presente. Y así sucesivamente.

Tarjetas de presentación

Se indica a los participantes que escriban cada cual con letra grandes, en el centro de un folio doblado por la mitad, el nombre por el que le gustaría que le llamasen.

- En el ángulo superior derecho debe escribir dos adjetivos que cree que le describen (curioso, sincera, atlética...).
- En el ángulo superior izquierdo debe poner palabras que indiquen lo que le gusta hacer (nadar, ver cine, leer...).
- En la parte inferior, a todo lo largo, debe recoger: un lugar que le gustaría visitar, el espacio de TV que más le gusta, su actor o actriz favoritos, alguna cosa que ha hecho y de la que se siente orgulloso, cualquier aspecto o actividad de su personalidad poco conocido por sus compañeros y que le parece interesante dar a conocer.
- En la parte posterior del folio formulará algunas preguntas que le gustaría que su tutor le respondiera (sobre su forma de ser, estilo de llevar al grupo...)

Tras 10 minutos, todos los participantes colocan sobre la mesa su folio de modo que pueda leerse. Se les pide que durante un rato se fijen en las tarjetas de sus compañeros, porque el paso siguiente será una prueba de detectives basada en la atención que hayan puesto a los datos de todas ellas.

Tras varios minutos, el tutor recoge las tarjetas, las mezcla, toma una cualquiera y designa a alguien como primer detective:

- Hay que adivinar la persona de la que se trata en un máximo de 8 preguntas.

- Sólo pueden hacerse preguntas de cosas que estén reflejadas en las tarjetas.
- Las preguntas han de hacerse de modo que el que tiene la tarjeta sólo deba responder "sí" o "no".
- A partir de la quinta pregunta puede preguntarse si su nombre empieza o acaba por una determinada letra.
- Si quien hace de detective descubre el nombre, escoge otra tarjeta y así hasta que falle.
- Una vez que se acierta el nombre de alguna de las tarjetas, ésta se lee entera.

El juego puede continuar mientras se mantenga el interés. Al final, o bien de forma personal, el tutor tratará de responder a las preguntas que se le formularon en el folio.

Identificación con animales:

Se colocan en círculo y se le pide al que se considere desenvuelto que se presente diciendo su nombre, edad, el animal con el que se identifica y porqué y el animal con el que no se identifica y porqué. Para seguir con la dinámica, cuando termina su presentación, debe elegir a alguien para que se presente y así sucesivamente.

Cadena de nombres:

Hay que decir el nombre y luego la persona a la derecha dice su nombre y repite el nombre de los que anteriormente se presentaron. Juego de memoria. Puede variarse utilizando, además del nombre, algún animal o inclusive el sonido que éstos producen.

Fiesta de presentación con variaciones:

- Material: lápices, alfileres, hojas, etc.
- Se les da 10 minutos para expresarse con cualquiera de las siguientes variaciones:
 - a) Caricaturas de sí mismo, dibujo, historieta, etc.
 - b) Gráfico de torta, donde se ubica proporcionalmente cada uno de los aspectos de la vida (familia, trabajo, diversión, etc.)
 - c) Descripción de sí mismo como aviso clasificado.

Presentación por parejas:

Se les solicita a los integrantes del grupo que elijan una persona para trabajar en parejas (preferentemente un desconocido) los participantes se ubican cada uno con su pareja y durante un par de minutos (5) se comentan nombre, estado civil, lugar, etc. Cuando finaliza la charla sobre sus vidas se hace un círculo y cada uno deberá presentar al grupo lo que su pareja le contó.

Nombre - cualidad:

Cada participante dice su nombre y una característica personal que empiece con la primera letra de su nombre.

La telaraña:

- Materiales: ovillo de lana, integrantes.
- Desarrollo: una persona toma la punta del ovillo, dice su nombre y tira el ovillo a otra persona y así sucesivamente. Después se hace el proceso inverso, quien tiene el ovillo se lo devuelve a quien empezó.

Salto al rango:

- Materiales: lápiz, papel y cinta adhesiva.
- Desarrollo: nombre y su edad, luego se ubican en una fila y en posición de rango, el último comienza a saltar al resto de sus compañeros tratando de leer los nombres y edades, así sucesivamente con el resto de los participantes. Una vez finalizado, cada uno debe sacarse el papel de la espalda y cada uno debe decir el nombre y la edad de las personas que se acuerda y el que dice más es el ganador.

El Baile de la Sillas

- Materiales: sillas y música.
- Desarrollo: En el medio del salón se hace un círculo con las sillas (una menos que las personas que participan), con el asiento hacia fuera, los integrantes deben realizar un círculo por afuera de las sillas. Una vez que el coordinador pone música comienzan a girar todos hacia la derecha, cuando la música se apaga los integrantes deben sentarse y le deben preguntar a su compañero de la derecha y al de la izquierda sus nombres y sus edades, si estos se sientan juntos más de una vez, se le realizan otras preguntas. El que se quedó parado pierde pero antes de salir sus

compañeros le deben hacer preguntas personales para conocerlos. El juego finaliza una vez que queda un solo participante sentado.

Bingo:

- **Materiales:** hojas con casilleros.
- **Desarrollo:** Cada participante debe tener una hoja y durante cinco minutos tiene que llenar el casillero colocando el nombre y la edad de sus compañeros. Luego se ubican en sus lugares y el coordinador deberá preguntarles a los participantes su nombre y su edad, el resto irá tachando los nombres que coincidan con los dichos y los que tienen anotados en sus hojas, el que va llenando la hoja deja de jugar, hasta que todos llenen sus hojas. **Línea:** cuando tengan una fila rellena. **Bingo:** cuando rellenen todos los casilleros.

Los Curiosos

El animador forma los equipos de trabajo (cinco integrantes y un secretario). Luego explica la primera parte del ejercicio: los equipos deben confeccionar un cuestionario con aquellas preguntas que quisieran hacer al resto del grupo.

Los equipos preparan su cuestionario (10 minutos).

Una vez que todos hayan terminado, los secretarios visitan a los otros equipos para dar a conocer su trabajo y agregar aquellas preguntas que les sugirieron.

En el siguiente paso cada equipo responde al cuestionario que su secretario confeccionó (30 minutos).

Pedro llama a Pablo

El objetivo de esta dinámica es lograr que los miembros de una reunión graben los nombres de sus compañeros y logren, memorizar rostros y actitudes divertidas de los participantes.

Se forma un círculo con los participantes, todos ellos sentados. El jugador que está a la cabeza comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María",

María responde "María llama a Juan", Juan dice "Juan llama a Pablo", etc.

El que no responda rápido a su nombre paga penitencia que puede ser: contar un chiste, bailar con la escoba, cantar.

El Náutico

El animador previamente busca qué condiciones poner: que no queden del mismo grupo o ciudad, tanto hombre y/o mujeres, tanto adultos y/o jóvenes, alguien con anteojos, etc.

Dice que en caso de un naufragio se deben formar botes salvavidas con tales condiciones expuestas anteriormente y que en los botes se deben: aprender los nombres de los naufragos, dónde nacieron, a qué grupo o institución pertenecen, qué nombre le ponen al bote, como se trata de un naufragio se pregunta qué salvaría cada naufrago y en grupo en general.

Simula un mar agitado logrando de que los participantes se muevan simulando un mar agitado y da la orden de formar botes.

Se forman los botes y trabajan en aprender nombres. Presentación de los botes en plenario.

Confidencias

El animador entrega el material de trabajo y explica la forma de realizar el ejercicio. Se divide la hoja de papel. En el lado derecho se anota como título: el momento más feliz e en el lado izquierdo: el momento más triste.

Cada persona anota en su hoja el momento más feliz y el más triste de su vida.

Plenario: las personas dan a conocer sus respuestas. Primero comentan el momento más triste. Para seguir cierto orden, se participa de izquierda a derecha del animador.

Me llamo... Y me gusta...

Con el grupo en círculo, la primera persona se presenta diciendo: "Me llamo ... y me gusta ...". Se deberá indicar una acción que nos guste hacer (saltar, reír, dormir,...) a la vez que se simula con gestos.

Después el compañero de la derecha, repetirá el nombre y la acción de la primera persona "él/ella se llama ... y le gusta ...". Después se presentará del mismo modo.

Se continuará repitiendo los nombres desde la primera persona.

Nombre, Adjetivo, Animal

Con el grupo en círculo, cada persona debe decir su nombre, pero además deberá de decir un adjetivo y el nombre de un animal, todo ello en una misma frase.

El Rap

En círculo los participantes permanecen de pie. El animador les explica que van a cantar un rap, para eso deben llevar un ritmo dando palmas, con las manos golpeando las piernas...

Entonces el animador les enseña la canción que dice: " este rap que te voy a cantar es para mi nombre recordar, Patri Patri me llamo Patri" cuando la persona canta esto los demás le contesta "Patri Patri se llama..."

DINÁMICAS DE CONOCIMIENTO

El aviso clasificado:

Se les pide a los participantes que confeccionen un aviso clasificado, vendiéndose. Luego, se ponen en círculos interior y exterior y se van mostrando los avisos unos a otros hasta dar la vuelta completa.

Después, se elige a alguien que comience diciendo a quién compraría y porqué.

Temores y Esperanzas

En una hoja de papel cada persona libremente escribe sus inquietudes, temores y esperanzas acerca de una situación que debe afrontar en su vida o en el grupo.

Luego el conductor de la dinámica solicita que cada persona le informe los 2 temores y esperanzas más importantes para anotarlas en el tablero.

Después de anotar las respuestas, en conjunto se toman en consideración las dos de mayor frecuencia, para discutir sobre ellas.

La Noticia

El animador puede motivar el ejercicio diciendo: "A diario recibimos noticias, buenas o malas. Algunas de ellas han sido motivo de gran alegría, por eso las recordamos con mayor nitidez. Hoy vamos a recordar esas buenas noticias".

Los participantes deben anotar en la hoja las tres noticias más felices de su vida (quinze minutos).

En plenario las personas comentan sus noticias: en primer lugar lo hace el Animador, lo sigue su vecino de la derecha y así sucesivamente hasta terminar. En cada ocasión, los demás pueden aportar opiniones y hacer preguntas.

Diferentes Comportamientos

El animador explica que se trata de buscar actitudes que unen y aquellas que desunen a un grupo. Se anotan en dos franjas de papel.

Se forman espontáneamente equipos e inician el trabajo. Cada equipo debe buscar cinco actitudes que unan y cinco que desunan.

En plenario los equipos presentan y comentan sus respuestas sobre las actitudes que desunen, luego hacen lo mismo con las actitudes que unen.

Evaluación de la experiencia. ¿Cuál de estas actitudes se da más en el grupo? (positiva y negativa). ¿Cuál de ellas se da menos? (positiva y negativa) ¿Qué podemos hacer para crecer en integración.

Presentación con valor

Al que se considere persona desenvuelta se le pedirá que se ubique en el centro de un círculo y emplee (3) unos minutos para presentarse expresando aquello que pase bajo el foco de su conciencia.

Mientras esta persona "decidida" habla, se le pide al resto del grupo que trate de analizar cómo es su personalidad y cómo se expresa a través de su postura, movimiento, tono de voz, etc. El coordinador del grupo podrá pararse en el centro y hacer una demostración.

Aquí está mi foto

El coordinador pone a disposición de los participantes fotos de seres humanos en actividades y gestos diferentes. Cada participante elige la foto o el recorte que cree que lo representa. Explica por qué y dice cómo se siente él por dentro ante esa foto o recorte.

Los integrantes del grupo cuestionan al que habló. Se dejará de lado todo comentario que signifique falta de respeto a las personas.

Si yo fuera

Se le pide a cada participante que complete oraciones de este tipo:

- Si yo fuera un árbol sería..... porque.....
- Si yo fuera una parte de la geografía (río, montaña, bosque, etc.) sería..... porque.....
- Si yo fuera una máquina sería..... porque.....
- Si fuera un estado climático (lluvioso, nublado, soleado, ventoso, etc.) sería..... porque.....
- Si fuera un animal sería..... porque.....

- Si yo fuera un auto sería..... porque.....
- Si yo fuera perfume sería..... porque.....
- Si yo fuera fruta sería..... porque.....
- Si yo fuera color sería..... porque.....
- Si yo fuera material sería..... porque.....
- Si yo fuera una estación del clima sería..... porque.....

La Candidatura

Cada grupo elige a uno de sus miembros como candidato para una determinada misión. EL grupo hace un inventario de las cualidades del candidato e inicia la campaña. El candidato y el grupo evalúan los resultados. Cada miembro del grupo debe escribir en una hoja las virtudes y defectos, que se puedan mejorar, que ven en el candidato para el cargo y señala cómo debería hacerse la campaña. El grupo pone en común lo que cada uno escribió sobre el candidato. Se elabora una síntesis y se establecen campañas de propaganda y su contenido (slogan). Si hay tiempo, se lleva a cabo la campaña. Se puede repetir en otras a fin de que conozcan también sus valores.

Personalidad "D"

Cada participante recibe una planilla con el cuestionario que será contestado individualmente, saltando las preguntas que no desee responder.

- ¿Qué fruta te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué tipo de música te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué tipo de cine te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué tipo de paisaje te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué hora del día te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué día de la semana te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué mes del año te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué color te gusta más? ¿Menos?

- ¿Qué comida te gusta más? ¿Menos?
- ¿Qué materia de estudio le gusta más? ¿Menos?
- ¿Trabajas mejor de día o de noche?
- ¿Cuál es tu entretenimiento favorito?
- ¿Cuándo se conmueve más?
- ¿Cuándo se irrita más?
- ¿Qué es lo que más lo distrae?
- ¿Qué es lo que más le cansa?
- ¿Cuál es la impresión más común que tienen las personas de usted?

Al confeccionar la plantilla, dejar expreso poco lugar para las respuestas a fin de que ellas sean concretas.

Gustos Modelo "H"

Todos los participantes sacarán tres cosas que lleven en su cartera o en el bolsillo. Luego, cada uno, dirá a los demás del grupo, por qué lleva consigo tales cosas (razones prácticas, emocionales, etc.) Indicar cuál de los tres objetos tiene mayor valor afectivo para él y por qué. Los demás podrán hacerle preguntas.

Gustos Modelo "F"

Cada participante deberá elaborar dos días de su vida, colocando el mayor número de detalles posibles, tales como:

- En qué estación del año y con quién
- Con qué sonidos, olores, acciones, comidas, trabajos, paisajes, encuentros, sensaciones.
- Podrá describirlo dentro de una historia que contenga secuencias, dinamismo, epílogo, etc

Mi Árbol

Cada participante dibujará en un folio, o en tamaño más grande, un árbol con raíces, tronco, ramas, hojas y frutos. Una vez dibujado deberá de poner en las

raíces las cualidades y capacidades que cree tener; en las ramas puede poner las cosas positivas que hace, y en las hojas y frutos sus éxitos y triunfos.

En una puesta en común, cada participante presentará su árbol y explicará sus características. En este momento cualquier miembro del grupo se podrá levantar y añadir, mientras lo explica, nuevas raíces, ramas o frutos.

DINÁMICAS QUE FAVORECEN EL AUTOESTIMA

El Abanico

Situados en círculo, todos los participantes con un folio y un bolígrafo o lapicero. Cada uno escribirá su nombre en la parte superior de un folio, y se lo pasará al compañero de su derecha.

Éste, al recibirlo, deberá escribir algo bueno que le apetezca destacar de esa persona. Después doblará el folio de forma que a la siguiente persona que le llegue sólo pueda leer el nombre del encabezamiento.

Continúa pasándose a la derecha hasta que todos los participantes hayan podido escribir en todos los folios. En ese momento el folio deberá de llegar a su dueño original, formando un abanico donde tendrá escritas un montón de cosas agradables.

El Amigo Secreto

Cada persona debe sacar una ficha con el nombre de un compañero y guardarla en secreto. A esta persona debe brindarle su amistad durante el tiempo de la experiencia (un mes, si el grupo se reúne semanalmente) sin que éste lo descubra.

Estas muestras de amistad pueden ser: tarjetas con mensaje, regalos, algún servicio, etc. Al final del tiempo, cada persona descubre a su amigo secreto. Se puede hacer de esta manera: el grupo se sienta en círculo: el animador pide un voluntario para iniciar la identificación. Le cubre la vista y lo ubica a su lado el amigo secreto. El animador interroga al voluntario sobre la identidad de su amigo según las pistas que ha recibido. Después lo invita a descubrirse la vista y conocer a su amigo. Puede haber un intercambio de regalos.

Es Obvio

Si el grupo es muy grande, habrá que dividirlo en grupos de 4 o 5 personas que formarán pequeños círculos. En estos subgrupos se elige a una persona a la que, tras observarla concienzudamente, todos dedicarán una frase cuyo comienzo es: "es obvio que tú...". Debe ser algo realmente obvio, que se pueda ver desde lejos.

Cuando todos hayan dicho la frase, le dedican otra que comienza por "veo que tú...". Aquí se le puede decir algo que puede habernos pasado desapercibido pero que vemos al aproximarnos más.

Cuando todo el círculo haya completado la frase, iniciamos una nueva ronda con: "imagino que tu...". En esta última fase se admite cualquier pensamiento que nos pueda despertar la otra persona.

Luego se le pregunta si es cierto lo que hemos dicho y se discute la experiencia. Se hace lo mismo con las demás personas del grupo. Volvemos otra vez a formar el grupo general y efectuamos una ronda con la frase "he descubierto...".

- Variante:

Para mostrar lo superficial del conocimiento: el coordinador introduce que puesto que el grupo viene compartiendo experiencias hace un tiempo, van a entrar en acción a partir de eso que cada uno supone saber de los demás. Se arman subgrupos de 6 personas, un grupo sale 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. Una vez terminada la presentación de este grupo, saldrá otro y hará lo mismo, hasta terminar, así todos los grupos. En la resonancia se trabaja de cómo se presentaron y de lo poco que dijeron a pesar de llevar tanto tiempo juntos. Los integrantes del grupo analizarán qué les pasó a ellos mismos. El coordinador pide también qué les dice a ellos lo que observaron y cómo se sintieron al presentarse.

Cuchicheo Chino

- Descripción:

Se invita a que los participantes se comuniquen entre sí todo lo que deseen, pero nunca directamente.

Cuando ven a alguien al que quieren comunicar algo, le envían el mensaje por medio de otra persona y al mismo tiempo sirven de mensajeros para otros.

- Variantes:

a) Los mensajes también pueden ser por escrito. Esta variante es muy útil cuando se realiza en un grupo grande.

b) En este juego podemos ir variando la velocidad "más despacio, más deprisa", tanto en moverse por la habitación como en dictar y transmitir los mensajes.

En una Isla Solitaria:

· Consigna:

"Imagínate que deberás pasar el resto de tu vida en una isla apartada. En ella no tendrás problemas de satisfacer tus necesidades de comida, vivienda y ropa. Otras seis personas deberán transcurrir el resto de sus vidas junto a ti, personas que tú no conocías anteriormente."

Deberás determinar:

- Edad, sexo y aspecto de cada uno de ellos.
- Sus cualidades principales, qué les gustaría hacer y que no
- Indicar por qué las elegiste.
- Como actividad grupal, deben imaginar, ante todo las ventajas y desventajas, dificultades y las posibilidades que les esperan a las siete personas en su vida en común en la isla.
- Variante:

Elegir para cumplir cada una de las funciones solicitadas a continuación, a uno de tus compañeros:

Elijo a.....en caso de tener que permanecer un largo tiempo en una isla porque.....

Elijo a.....en caso de necesitar un buen consejo y orientación porque.....

Elijo a.....en caso de necesitar ayuda en un momento de apremio porque.....

Elijo a.....para reírme y divertirme con él porque.....

Elijo a.....para que me defienda en caso de grave peligro, porque.....

Elijo a.....para que me guarde algo valioso que me pertenece porque.....

Elijo a.....para guardar un secreto porque.....

Escribe un nombre y agrega todo lo que te parezca, elijo a.....porque.....

DINÁMICAS DE DISTENSIÓN

Risotada Seria

Los participantes forman un círculo.

A la señal de comenzar, un jugador previamente escogido dice a su compañero de la derecha: ¡Ha!. Este a su vez dice también a su compañero de la derecha: ¡Ha! ¡Ha!. Y así sucesivamente, cada jugador aumenta un ¡Ha!.

En el momento en que dice ¡Ha!, el jugador debe de estar serio. Si sonríe, se le impone un castigo o prueba y se vuelve a empezar el juego. Se continúa el juego hasta que decline el interés.

¿Te Gustan tus Vecinos?

Los jugadores se hallan sentados en círculo, excepto el conductor que se coloca en el centro y que formula a uno de los jugadores la siguiente pregunta: ¿ Te gustan tus vecinos? El jugador interrogado contesta: NO

-El conductor prosigue: ¿Cuáles desearías?

-Contestan: "Juan y Paco"

En este momento los jugadores citados y los vecinos inmediatos del jugador interrogado se levantan rápidamente y deben intercambiar sus puestos, pero el conductor lo aprovecha para sentarse en un sitio libre.

El que se queda sin asiento vuelve a preguntar a cualquier otro participante del círculo.

El Autobús

Se colocan dos bancos paralelos separados en 1,20m (se pueden sustituir por dos hileras de sillas juntadas unas frente a otras).

Los jugadores toman asiento en los dos bancos frente a frente lo más juntos posible.

Un jugador de pie en el centro, es el revisor y avisa las paradas (elegir nombre de las paradas del metro, autobús o tranvía de la propia localidad).

Cada vez que el revisor nombra una parada los jugadores se cambian entre sí de sitio.

Si el conductor anuncia cambio de dirección, todos los jugadores tienen que abandonar los bancos, salir del autobús, dar corriendo una vuelta alrededor del mismo, y entrar de nuevo obligatoriamente por el mismo lado (fijado de antemano).

El revisor debe dar el ejemplo. Se aprovecha del desplazamiento de los jugadores para encontrar un sitio.

El jugador que se queda de pie se convierte a su vez en revisor y el juego continúa.

GYMKANA DEL TERROR

Es una gymkana con pruebas ambientadas para un día del terror, la actividad perfecta para un juego de grupo

Duración aproximada: entre 1 y 2 horas

Agrupación: En equipos

➤ Pruebas:

- Carreras de Zombis: se divide el grupo en parejas, a uno se le vendan los ojos, y se le hace girar en redondo varias veces (unas 8), hasta quedar "zombi", luego, se les colocará en línea, su objetivo será llegar a su compañero, el cual estará a distancia orientándole. Se puntuará de acuerdo a la "borrachera que lleve cada uno".

- La momia: a base de enrollar en papel higiénico, tendrán que hacer un par de momias, las cuales, al acabar tendrán que luchar entre ellas en un combate de Sumo. Puntuará la originalidad y la risa provocada

- El Hombre lobo se constipa: Se les venda los ojos, y se les hace probar un alimento variado a cada uno, solo mediante es sabor, cada "hombre lobo" deberá reconocer dicho alimento. Puntuará el número de aciertos

- Tetrictionari: el monitor dirá un personaje de terror que uno de los jugadores del grupo deberá representar, cuanto más tiempo tarden, menos personajes harán, y menos puntos se les dará.

- Desmontando a Franki: se ponen debajo de una sábana o manta diversos objetos, y se les muestra durante una cantidad x de tiempo, (dependiendo del número de objetos), cuantos más objetos recuerden, más puntos se les dará.

- El rastro del asesino: con una manguera, se hace un circuito, el cual debe dar vueltas y vueltas, pasar por arriba, por abajo, sumergirse en cubos de agua, otro de Harina girar.... etc, los miembros del grupo deben ir a cuatro patas con la nariz pegada a la manguera (siguiendo el rastro del asesino) y si es con los ojos cerrados mejor. Cuantos más miembros del equipo acaben la prueba mejor.
- La plebe: tienen que formar un grupo compacto que grite ¡MONSTRUOS NO!, o eslogan parecidos, para echar a los monstruos, se les puede proporcionar cartulinas. Gana más puntos quien tenga la capacidad pulmonar y la originalidad.
- El mordisco del vampiro: se colocaran en fila con las manos atrás, niño niña a ser posible. Y agarrando un huevo con el cuello se lo tendrán que pasar de uno a otro, si se les cae, volvemos a empezar. Cuantos más huevos pasen más puntos.

Hombre, escopeta y gorila

Tienes que organizar a todos en dos filas para que cada persona tenga una pareja frente al él/ella.

Explica que el juego se llama Hombre, Escopeta, Gorila y que es parecido al juego de "Papel, Piedra, Tijeras" pero que en vez de jugar sólo con las manos, usan todo el cuerpo. Diles que van a pararse espalda contra espalda con su pareja y que tú vas a contar "1, 2, 3"... y al gritar "3" todos van a dar la vuelta y hacer mímica de uno de los tres "papeles".

Enséñales las mímicas de cada uno - hombre, escopeta, y gorila. Sugiero que los haces junto con otra persona que conozca la dinámica para que vean como se juega... y ¡hazlo con ánimo! para que les resulte divertido cuando les muestras como hacerlo.

 Las mímicas parecen así:

hombre >> estas de espaldas con tu pareja, cuentas 1, 2, 3 y ambos dan la vuelta, en este instante haces tres cosas a la vez: levantas tu mano como si estuvieras saludando a alguien, sonrías mucho, y dices "Hola".

escopeta >> te pones de espaldas con tu pareja otra vez, cuentas 1, 2, 3 y ambos dan la vuelta... en este instante haces la mímica como si tuvieras una escopeta o rifle en las manos y haces el sonido de "¡bang!" o cualquier sonido como el disparo de una arma.

gorila >> regresas de espaldas con tu pareja, cuentas uno, dos, tres, dan la vuelta y pones las dos manos en el aire en forma de garras (al nivel de tu cabeza) y gruñes "grrrrrr" como un gran gorila u otro animal silvestre.

✚ ¿Quién gana? El hombre controla la escopeta, *entonces el hombre le gana a la escopeta. Pero la escopeta mata al gorila, entonces la escopeta le gana al gorila. Pero el gorila deshace el hombre, entonces el gorila le gana al hombre.*

Si uno pierde juega contra los perdedores, y el que gana busca otra pareja rápido. Todos los que no perdieron siguen jugando hasta que sólo quedan dos personas. Si una pareja da vuelta cuando gritas "Tres" y los dos hacen la misma mímica, o los dos se quedan jugando o los dos pierden y tienen que salir.

DINÁMICAS DE ENTRETENIMIENTO

Los más Listos

Todos los participantes forman un gran círculo.

Antes de comenzar, el dirigente debe explicar que cuando pite tres veces es para formar grupos de cinco personas con las manos cogidas. Dos pitos, 6 personas. Un pito, ocho personas.

Dada la señal de comenzar, todos los participantes empiezan a girar en torno de la sala. Al sonar el pito conforme a lo señalado se forman los grupos. Los que sobren serán prisioneros de los demás grupos hasta nueva oportunidad. El juego será tanto más interesante cuanto más rápido pite el dirigente.

Caballeros a sus Caballos

Los jugadores se colocan en parejas y se forman dos círculos concéntricos, una pareja detrás de la otra y todos mirando hacia dentro. Cuando el monitor que está en el centro grita "caballeros, a sus caballos" el que está detrás pasa por debajo de las piernas de su pareja, y el que ahora está fuera recorre el círculo, pasa por debajo de las piernas del otro y le coge a caballito. Es importante poner a los participantes según estatura y peso.

Terremoto:

2 personas se toman de la mano (casa) y colocan a otra en el medio (inquilino). Cuando el coordinador grita "casa", la casa se cambia de "inquilino". Cuando el coordinador grita "inquilino", éste cambia de casa; y cuando grita "terremoto", se desarma todo y se vuelve a armar.

EL DETECTIVE

Se designa un jugador que se sitúa en la entrada de la zona de juegos, de espaldas a los demás ocupantes y eventualmente con los ojos vendados. Es el detective.

El coordinador traba conversación con todos los jugadores, haciéndoles hablar con claridad uno tras otro. Bruscamente grita "¡Alto!" y pregunta al detective:

¿Quién es el último que ha hablado?". Si el detective acierta a la primera, el jugador identificado ocupa su puesto; y si no, la conversación continúa. Se permiten tres intentos.

Si a la tercera vez el detective se equivoca de nuevo, paga prenda, y otro jugador ocupa su puesto.

Una rana, saltó, charco, chof

La Palabra Mágica

El coordinador dice lentamente y haciendo resaltar mucho sus palabras: "Soy un mago, y con mi magia les voy a arrebatar todas las palabras. Pero como me siento generoso puedo devolverles cuatro palabras a cada uno; pueden elegir esas cuatro palabras, que serán las únicas que podrán utilizar de ahora en adelante. Búsquenlas con esmero".

A continuación reparte papeles y lápices para que todo el mundo escriba sus palabras.

El mago continúa diciendo: "Busquen un compañero. Pueden comunicarse con él utilizando sólo las cuatro palabras, y gestos." Aquí se deja un buen rato para que los participantes se comuniquen. "A partir de ahora, como sigo sintiéndome generoso pueden utilizar sus cuatro palabras y las cuatro de su compañero".

"Ahora busquen otro compañero y comuníquense con esas ocho palabras". Los participantes irán anotando las nuevas palabras en su papel. Se comunicarán con ellas.

El mago repetirá la operación hasta que todo el grupo haya hablado entre sí (si son muchos, basta con repetirlo cuatro o cinco veces).

Una forma interesante de finalizar es que cada participante escriba un poema con todas sus palabras. Este poema puede recitarse en grupo, aplaudiendo entre todos y haciendo mucho jolgorio tras cada intervención.

DINÁMICAS DE COOPERACIÓN

Orden en el Banco

Se les pide a todos los participantes que se suban a los bancos y se coloquen en línea recta. Si no tuviéramos bancos se podría hacer en el suelo marcando un espacio estrecho bien con baldosas o pintando con tiza.

A los participantes se les pide que sin hablar deben de colocarse siguiendo un orden determinado: edades, fecha de nacimiento, altura,...

El objetivo debe de ser conseguido entre todos, evitando caerse del banco. Posteriormente se comprobará (ya hablando) si todos se han colocado correctamente.

El Ciego y el Lazarillo

Se colocan en parejas, uno haciendo de "ciego" y otro de "lazarillo". El "lazarillo" guía al ciego por la voz, siguiendo un ruido y por último de la mano andar, correr y saltar. Luego se lleva al "ciego" a un lugar tranquilo para que palpe su entorno y escuche todos los sonidos. Después se cambian los papeles.

Es ideal para hacerlo en un parque o en el campo.

La Cámara de Fotos

Colocados por parejas el que hace de "cámara" va con los ojos cerrados; se cambian los papeles. Se lleva la cámara a un lugar y se hace la foto dando un golpecito en la cabeza. La cámara tiene que explicar al "fotógrafo" lo que haya visto. La primera foto solo es abrir y cerrar los ojos, pero la otra foto es mirando 5 segundos. Luego se cambian los papeles.

Las fotos deben tener algo que al fotógrafo le llame la atención.

La Piña

Todos los niños se colocan formando una especie de nudo gigante y el que se la liga tiene que deshacerlo. El jugador que salga de la "piña" ayuda también a deshacer el nudo. Este juego pone a prueba la fuerza de los niños y hay que tener cuidado.

El Nudo

Se colocan los niños todos juntos y cierran los ojos. Sin abrirlos tienen que coger la mano de una persona y cuando todos están agarrados abren los ojos. Tienen que intentar deshacer el nudo sin soltarse las manos.

Las Figuras

Los niños se ponen en círculo con las manos agarradas y los ojos cerrados. El monitor les dice diferentes figuras como: un cuadrado, un triángulo, una estrella... que tienen que formar sin soltarse las manos y sin abrir los ojos. El objetivo del juego es fomentar la comunicación dentro del grupo.

DINÁMICAS DE HABILIDADES SOCIALES

Primera actividad:

"Una joven esposa, poco atendida por un marido demasiado ocupado en sus negocios, se deja seducir y va a pasar la noche a casa de su amante, situada al otro lado del río.

Al amanecer del día siguiente, para volver a su casa antes de que regrese su marido, que estaba de viaje, tiene que cruzar un puentecillo, pero un loco, haciendo gestos amenazadores, le cierra el paso. Ella corre hacia un hombre que se dedica a pasar gente con una barca, se monta, pero el barquero le pide el dinero del pasaje. La pobre no tiene nada y por más que pide y suplica, el barquero se niega a pasarla si no paga de antemano.

Entonces vuelve a casa de su amante y le pide dinero, pero éste se niega sin dar más explicaciones.

Al momento, se acuerda de que un amigo vive en la misma orilla y va a visitarle. Él guarda por ella un amor platónico aunque ella nunca le había correspondido. Le cuenta todo y le pide el dinero, pero él también se niega: le ha decepcionado por una conducta tan ligera.

Intenta de nuevo ir al barquero, pero en vano. Entonces, desesperada, decide cruzar el puente. El loco la mata." ¿Cuál de estos seis personajes (mujer, marido, amante, loco, barquero, amigo) puede ser considerado más responsable de esta muerte?

Clasifícalos según su grado de culpabilidad. El número 1 para el más culpable y el 6 para el menos culpable.

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

6. _____

Una vez hechas las clasificaciones, se trata de discutir las en grupo, procurando llegar a una conclusión común.

Segunda actividad:

- El grupo se divide en parejas que se sitúan espalda con espalda sin tocarse.
- El profesor entrega a uno de los componentes de las parejas el mismo dibujo. El dibujo será elegido por el profesor según la edad y características del grupo. Es importante saber que los dibujos abstractos, tales como figuras geométricas, exigen un grado mayor de esfuerzo en la explicación y en la comprensión que los que representan situaciones habituales (casas, paisajes, etc.).
- La persona que está viendo el dibujo (una por pareja) tratará de dictar el dibujo a su compañero, el cual no puede hablar, preguntar o sugerir nada.
- Una vez que todas las parejas han acabado, sin mirar los dibujos originales, se vuelve a dictar el mismo dibujo cambiando las reglas.

En esta nueva fase se puede preguntar y, además, las explicaciones sobre el dibujo se transmiten cara a cara (para favorecer la comunicación no verbal).

- Se puede repetir el ejercicio cambiando los roles entre las parejas o cambiando de parejas.

OTRAS DINÁMICAS PARA ADULTOS

1. Ensalada de Frutas

Todos los participantes sentados en círculo (puede haber más de 24 personas, siempre que haya espacio suficiente). Cada uno elige una fruta se tendrá que pegar un cartel en el pecho. Cada vez que su fruta es nombrada tiene que cambiarse de lugar y frente a la frase "ensalada de frutas", todos los integrantes se cambian de lugar.

Dinámica:

En la elección de las frutas hay mucha repetición, sobre todo si son muchos los participantes, lo que hace que el movimiento sea permanente. El coordinador tendría que ir contando una historia que involucre a las distintas frutas y continuarla hasta que el clima sea óptimo y no se haya transformado en un caos.

El Autorretrato

El Coordinador invita a cada participante a tomar una hoja en blanco, y dibujar en ella la caricatura de una persona, que ocupe gran parte de la hoja.

En un primer momento, en forma personal y durante 15 minutos se realiza el siguiente trabajo:

- Frente a la cabeza, cada uno escribe tres ideas que no se dejará quitar por ningún motivo.
- Frente a la boca, escribe tres expresiones de las que ha tenido que arrepentirse en su vida.
- Frente a los ojos, escribe cuáles son las cosas que ha visto y que más le han impresionado.
- Frente al corazón, cuáles son los tres amores que nadie le arrancará.
- Frente a las manos, qué acciones buenas imborrables que ha realizado en su vida.
- Frente a los pies, cuáles han sido las peores "metidas de pata" que ha tenido.

Luego del trabajo personal, los participantes eligen una persona -en lo posible que no conozcan- con la que comentan lo que han escrito. (15 minutos).

En plenario cada uno presenta a su compañero.

Al final, se evalúa la dinámica.

Auto presentación con Balón

Los participantes se sientan en círculo. Esta presentación tiene varias fases:

1) Lanzamos el balón o cojín hacia alguien. El que lo recibe debe decir en voz bien alta su nombre, y volverlo a lanzar. Cuando el balón haya recorrido a todos los participantes un par de veces, comienza la siguiente fase.

2) El que ahora reciba el balón debe decir el nombre de la persona que se lo ha lanzado. Si no lo recuerda, se lo pregunta al grupo, pero rápidamente porque el balón "quema las manos". Al cabo de varias vueltas todos saben el nombre de los demás.

3) En esta fase no es necesario balón. Cerramos los ojos y uno comienza a nombrar correlativamente a las personas que están sentadas a su derecha hasta citar el círculo completo. Si falla, su vecino comenzará de nuevo a partir de la persona en que éste se equivocó. Luego se repite la operación comenzando por los de nuestra izquierda.

4) Más sofisticado aún puede ser nombrar (también con los ojos cerrados) a una persona de nuestra derecha y a otra de nuestra izquierda, alternativamente e ir progresivamente recorriendo el círculo.

- Nota:

Es preferible que el grupo no sea superior a 20 personas. Si se supera este número, podemos dividirlo en subgrupos de 10-15 personas, para volver a reunirlos cuando ya se sepan los nombres de los integrantes del subgrupo.

La Gráfica de la Vida:

Trabajo personal (20 minutos): cada participante toma una hoja, y hace en ella dos rayas perpendiculares (como para hacer una gráfica).

En la línea vertical se colocará una escala de grados que comience en 0 en el vértice y llegue hasta 100.

En la línea horizontal, se colocarán las distintas edades que se quiere representar (cada uno elige el tiempo de su vida que quiere representar: toda la vida, el último año, los últimos diez años, etc.)

Cada cual elabora luego la línea de su vida de acuerdo a los problemas, éxitos, decisiones, etc., que le han tocado vivir, teniendo en cuenta la edad que tenía en cada acontecimiento y la intensidad con que cree haberlo vivido.

Con esos datos va señalando distintos puntos con lo que se va construyendo la "gráfica de la vida".

Trabajo en grupos (45 minutos): Los participantes comentan las gráficas, en grupos de 8 personas, motivados previamente por el deseo de darse a conocer, de valorar al otro en su vida, y de respetar y conservar profundamente las vivencias.

Antes de terminar el trabajo, el grupo dedica 15 minutos para evaluar la dinámica, conversando sobre en qué medida les ayudó a conocerse, se han sentido "más cerca", etc.

Se finaliza comentando las evaluaciones, en plenario.

La máquina humana

- Consigna:

Construir una máquina humana que tenga un producto final y mostrar su funcionamiento al resto de los compañeros, hasta que ellos puedan dilucidar de qué máquina se trata (grupos de 8 personas). Sirve para tratar los mismos temas que la anterior.

- Dinámica:

Cada grupo se reúne en torno a discutir y elegir la máquina: su armado, funciones, roles de los miembros, etc. Este trabajo puede llevar unos 15 o 20 minutos, depende del grupo. A medida que van terminando el coordinador va pidiendo al

resto que finalicen. A veces pasa que un grupo no puede llegar a la construcción; esto también sirve para analizar el por qué del problema. Una vez que todos han terminado, se presentan las máquinas en plenario, solicitando que se expongan unos minutos para dar tiempo a los participantes a su interpretación. Al mismo tiempo, el coordinador necesita observar para intervenir, si fuera necesario y ayudar al debate. Se observa las funciones de cada uno y también la articulación o no en relación al producto final. Muchas veces es necesario introducir un obstáculo en el funcionamiento para ver si el grupo toma conciencia de él o continúa como si no hubiera pasado nada. La imposición de ese obstáculo tendrá que ver con el sentir del coordinador. Por ejemplo: muchas veces se ve la máquina como demasiado "aceitada", como ideal; en estos casos al intervenir imprevistamente, el funcionamiento continúa tal cual o se paraliza, pero nadie registra el problema como para solucionarlo y seguir con la función normal. Ante la muestra de cada subgrupo, el resto tiene que descubrir de qué máquina se trata. La reflexión final luego de todas las presentaciones, es muy rica si se promueve el sentir de cada uno y en relación al grupo.

Collage colectivo

- Materiales:

Diarios, revistas en cantidad suficiente como para empapelar un piso, plasticolas, papel afiche gigante (varios pegados en función del número de participantes) y música apropiada para conectarse internamente.

- Consigna:

Previamente a la llegada de los participantes, se alfombra el piso con revistas y diarios desarmados por hojas. Sirve para trabajar temas diversos.

Primera etapa: cada uno en silencio se deja llevar por la música y el acompañamiento del coordinador (él va a explicitar palabras, frases que tengan que ver con el tema). Van a recortar palabras o imágenes que remitan al tema propuesto.

Segunda etapa: pegar las palabras o imágenes recortadas, en silencio, en el papel afiche gigante, tratando de interpretar lo que los compañeros van haciendo y relacionarlo con el tema y las ideas propias que fueron fluyendo. Se trata de construir un collage colectivo.

- Dinámica:

Cuando se inicia el trabajo, se pide a los participantes si quieren sacarse los zapatos para caminar sobre la alfombra de papel y de esa manera contactarse a través de los pies con las imágenes. De acuerdo al tema que se trate, el coordinador guiará la caminata con palabras que llevan a las personas a tomar contacto consigo mismo para seleccionar las palabras o imágenes requeridas. Se observa a los integrantes de la tarea muy ensimismados con ella, luego de un tiempo de confianza y relajamiento personal. Cuando cada uno ya ha tomado una serie, se guía para la finalización de esta etapa y se da la consigna de la segunda. En ésta se visualizan las personas como compartiendo el papel, tirados todos sobre él y construyendo escenas comunes en dirección al tema propuesto, con un alto grado de creatividad. El último espacio, la reflexión, es tan rico como el compromiso que se haya vislumbrado en la tarea, con el tema y con la coordinación.

Sobrevivir

- Materiales:

Papel y lápiz y una situación problema impresa para cada participante, con el siguiente texto:

"Una inmensa catástrofe ha asolado la tierra. Dentro de 30 minutos el globo terráqueo se verá destruido por completo. De la inmensa multitud de sus habitantes, tan sólo restan nueve personas. Una nave espacial, que sólo cuenta con capacidad para cinco plazas, espera para transportar a los sobrevivientes a un lejano planeta, donde podrán iniciar una nueva civilización. La tarea del grupo consiste en determinar, dentro del tiempo señalado, quiénes ocuparán los únicos lugares disponibles"

El grupo está compuesto por:

-un sacerdote, pastor o rabino

-un juez

-un policía

-un esposo

-una esposa embarazada

-una vedette

-un estudiante

-un agricultor

-una maestra

- Tiempo:

Se realiza la primera parte en 15 minutos y la segunda en 30, aproximadamente. Luego la reflexión.

- Consigna:

a) Leer la hoja impresa individualmente y resolverla.

b) Agruparse de a 9 para debatir en grupo la situación planteada y resolverla por consenso, no por votación, fundamentando la decisión tomada.

- Dinámica:

La experiencia individual es muy simple. Es asunto se complica cuando trabajan grupalmente porque se produce un intenso debate, donde se ponen en juego los valores, la ideología, la historia de cada uno. A veces ocurre, que de cuatro grupos de seis, tres han terminado y se encuentra esperando al último que no puede acordar. En estos casos, después de un tiempo prudencial, que no ponga en peligro la dinámica, se da por finalizado el ejercicio. En el plenario se presentan las conclusiones de cada subgrupo y se analiza cómo llegaron al consenso o no. Este está totalmente relacionado con el tiempo interno, individual o grupal. Es interesante observar los cambios en la toma de decisiones, de la individual a la grupal.

- Variante:

El coordinador pondrá los 9 roles en el pizarrón. Cada uno de los participantes en cada grupo tomará por sorteo uno de los roles.

Los participantes deberán vivir la situación como si de verdad estuvieran en ella y como si fueran personas que les toca representar.

Tendrán 20 minutos para llegar a una decisión. De modo que les queden 10 minutos para subir a la nave y despegar.

Transcurridos los 20 minutos y habiendo llegado a la decisión el coordinador les propone la continuación del ejercicio.

La nave despegó y llegó a su destino con los cinco ocupantes. Se encuentran en el nuevo planeta. El trabajo de estos va a consistir cómo van a vivir en adelante.

Tendrán 20 minutos para realizar su tarea.

Según la disposición del grupo y el tiempo de que se disponga, se pueda realizar esta segunda parte del ejercicio o darlo por terminado al final de la primera parte cuando han decidido quiénes va y quienes se quedan. En este caso, terminada la primera parte se pasa a la evaluación.

- El coordinador pedirá a los grupos que expongan su decisión de quiénes se fueron en la nave; la razón de su decisión.
- Se pedirá, si se hizo la segunda parte, que expongan brevemente el modo como decidieron vivir en adelante en el nuevo mundo, tanto los que se fueron como los que se quedaron.
- El coordinador podrá completar, según las exposiciones de los grupos, con una reflexión teórica sobre los diferentes esquemas ideológicos, la diferencia de valores manifestada en los grupos, el proceso de decisión y liderazgo en los grupos, la creatividad para llegar a soluciones nuevas, etc.

Álbum de recuerdos

- Fines: Se trata de acertar las cualidades de cada uno y conocer a los demás.
- Materiales: Fotografía de pequeño de cada participante, cartulinas, bolígrafos.
- Dinámica: Se reparten cartulinas entre los participantes, las cuales deberán doblarlas por la mitad, en una parte pegarán la fotografía, y en la otra escribirán datos de la infancia, tales como: mi mayor travesura, mi primer amor, mi mejor regalo, mis mejores amigos...

Una vez hecho todos los álbumes, se barajarán y se repartirán a los participantes, se irán leyendo uno a uno y se mostrará la fotografía, entre todos se tratará de adivinar a quién pertenece el álbum.

El Anuncio

- Material: Lápices y rotuladores de varios colores, cartulinas y materiales necesarios para elaborar un buen anuncio.

- Fines: Autodescubrimiento. Superar timideces y aprender a auto valorarse. Aumentar la confianza grupal.
- Descripción: Diseña una campaña publicitaria para venderte como amigo. Utiliza un anuncio en el que describes tus virtudes y consigue que alguien te compre. (Por ejemplo: "Está usted solo? Desamparado, Frustrado? Martín: la solución a sus problemas!!". "Amistad Eterna con: Clara!").
- Variantes:
 - a) El juego se realiza en silencio y con la única ayuda de un anuncio de pocas palabras (el número lo puede fijar el coordinador). En este caso el coordinador puede leer los anuncios y el resto del grupo tratar de averiguar quién es su autor.
 - b) También se puede realizar con todos los materiales que al anunciante se le ocurran: disfraces, pegatinas, cuadros manuales, eslóganes, etc.
 - c) Puedes venderte como discípulo, maestro, esclavo, amante, padre, hijo, vendedor, etc.
 - d) Cada jugador realiza la campaña de otra persona.
- Nota: Es preferible que los jugadores se conozcan previamente. No es un buen juego introductorio, pues puede crear excesiva ansiedad en algunas personas.

Escoge tu destino

- Material: Papeles de varios colores. Es necesario confeccionar previamente una lista de pruebas que deberán realizar los integrantes del grupo.
- Fines: Afrontar riesgos.
- Descripción:

En este juego conviene una presentación sugerente, con un poco de misterio que capte la atención de los jugadores. Podría ser más o menos así: "Los hombres estamos sujetos a un destino en el que intervienen la fortuna, los avatares de la vida, nuestras propias creencias... pero algunos privilegiados, como los que están ahora aquí, tienen la suerte de elegir su destino. En estos papeles de diferentes colores están escritos sus destinos para el día de hoy. Los papeles de color rojo contienen un destino de mucho riesgo. Aquel que elija un destino de este color ya está avisado de que la prueba será dura. Pero como no todo el mundo está preparado para asumir grandes riesgos, también tenemos papeles verdes que

contienen pruebas de mediano riesgo y otros blancos con destinos de poco riesgo. El que sienta que tiene un mal día o esté falto de fuerzas podrá elegir estos últimos”.

Dejamos unos instantes para que los jugadores conecten con su propio interior y valoren sus fuerzas.

Antes de elegir los destinos es útil efectuar algunas advertencias:

- 1.Sólo podrá elegir un destino aquel que esté dispuesto a intentar cumplirlo hasta el final, como un guerrero.
- 2.El destino que a cada uno le toque debe ser un secreto absoluto. No se lo puede contar a nadie. En el caso de que las dificultades sean insalvables o precise alguna aclaración, puede consultar al coordinador.
- 3.Tendrá que cumplir el destino de forma que pase inadvertido a los demás participantes. Con sigilo, sin dejar huella ni caer en trampas.

Dejamos otros instantes de silencio y los participantes pueden ir eligiendo sus destinos tomando al azar un papel del color que deseen, en el que irá escrita la prueba a superar.

- Notas:

Las pruebas dependen mucho del tipo de jugador y el tiempo de que se dispone. Podemos dejar el margen de una tarde, un día o incluso más tiempo para que cada uno pueda cumplir su destino.

Las pruebas dependen de la inventiva de los que preparan el juego y de la capacidad de captación del estado del grupo.

Así, no se le puede exigir lo mismo a un grupo de personas que se acaban de conocer que a otras que llevan mucho tiempo juntas.

Algunos ejemplos de pruebas de alto riesgo:

-Acompañar (ser la sombra) durante todo el día de la persona situada tres puestos a tu izquierda al leer la prueba, sin que ésta lo note;

-Ofrecerse como masajista a todos los participantes;

-Oponerse al animador del grupo de forma sutil pero molesta, protestando de que el grupo no funciona o con cualquier otro pretexto;

-Ayunar todo el día sin que nadie lo note;

-No decir ni una palabra en todo el día;

-Simular ataques de locura;

En general, puede realizarse paralelamente a otras actividades, de forma que sea más sencillo guardar el secreto. Al final de la jornada puede reunirse el grupo para comentar las dificultades.