







Guías Autoestima y Confianza

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS

ACTIVIDAD N°1 ELOGIOS

OBJETIVO	Reforzar las cualidades positivas de otras personas.
MATERIALES	Balón
DESARROLLO	El formador explica a los alumnos, que van a centrarse únicamente en las características positivas que poseen sus compañeros: cualidades (por ejemplo, simpatía, alegría, optimismo, sentido del humor, sentido común, solidaridad, etc.), rasgos físicos que les agraden (por ejemplo, un cabello bonito, mirada agradable, una sonrisa dulce, etc.), capacidades, (capacidad para la lectura, para las matemáticas, para organizar fiestas, etc.). A continuación, los alumnos se colocan en círculo, y el profesor les entrega un balón dando la indicación de que cada vez que se lo pasen a un compañero deben describir una de las cualidades positivas del mismo y así sucesivamente hasta que pase por todos los compañeros.
RETROALIMENTACION	Una vez terminada la actividad, resaltar la importancia que expresen las cualidades positivas y logros de las personas para la autovaloración positiva de su autoconcepto ¡resaltar la importancia de cada uno! Que entiendan que todas las personas tienen cualidades positivas, nos caigan mejor o peor. ¿Qué facilidad tienen para describir las cualidades de los compañeros?

ACTIVIDAD N°2 CONTEMPLANDO EL UNIVERSO

OBJETIVO	Fomentar la confianza en los estudiantes
MATERIALES	Ninguno.
DESARROLLO	Haz que tu grupo forme un circulo, Comunica al grupo que vas a ocuparte de alguna actividad mientras te mantienes en el centro, una vez que empieces a realizar tu tarea, el grupo debe imitar lo que haces, después de 30 segundos, un participante debe entrar y preguntarte qué es lo que estás haciendo**,** responde describiendo algo distinto a lo que haces. Por ejemplo, si parece como que estás recogiendo nieve con una pala, responde, a la persona que te pregunte, que estás comiendo pollo**,** en ese momento, la persona que te hizo la pregunta debe empezar a comer pollo mientras el resto del grupo lo imita. El juego continúa así hasta que decidas todos los estudiantes participen.
RETROALIMENTACION	Reflexionar acerca de la importancia de la autoconfianza, preguntarles cómo se sintieron al imitar los movimientos.

ACTIVIDAD N°3 ME GUSTA MI CUERPO

OBJETIVO	Fortalecer la Autoestima
MATERIALES	Pelota
DESARROLLO	Los integrantes del grupo hacen un circulo, el formador se hace en el centro para dar las instrucciones, el formador comienza presentándose y diciendo que es lo que más le gusta de su cuerpo luego lanza la pelota a un estudiante del grupo para que se presente y menciones lo que más le gusta de su cuerpo y así sucesivamente hasta que pasen todos.
RETROALIMENTACION	Tras acabar la dinámica, se les pregunta a los estudiantes como se sintieron, para que compartan su experiencia y asimilen mejor lo aprendido, promoviendo el auto conocimiento y la aceptación por medio del reconocimiento de sí mismo y las diferencias con su entorno.

ACTIVIDAD N° 4 COMERCIO DE MI

OBJETIVO	Generar autoreconocimiento
MATERIALES	Pelotas
DESARROLLO	Se le entrega una pelota a la mitad del grupo dando la instrucción de que esa pelota los representara a ellos y que deben de resaltar en ella sus habilidades positivas (cualidades, logros, destrezas, conocimientos y capacidades). luego los alumnos se organizan por parejas y tendrán que vender la pelota (uno hace papel de comprador y otro de vendedor), luego el formador preguntará cuáles fueron los inconvenientes para completar las frases y cuál fue la mayor dificultad al momento de venderse.
RETROALIMENTACION	Hacerles preguntas a los estudiantes que los haga reflexionar que tan difícil es encontrar cualidades en ellos mismos y como se sintieron en el momento de venderlas, y resaltar la importancia de ser único y diferente.

ACTIVIDAD N°5 ACENTUAR LO POSITIVO

OBJETIVO	Lograr que los alumnos/as puedan derribar las barreras impuestas por ellos/as mismas debido a que no les permiten tener un buen concepto de sí mismo.
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se organiza al grupo por parejas, se mencionan los siguientes temas a los que los alumnos deben responderle a su compañero. Dos atributos físicos que me agradan de mí mismo/a. Dos cualidades de personalidad que me agradan de mí mismo/a. Una capacidad o pericia que me agradan de mí mismo/a, explicar que cada comentario debe ser positivo. No se permiten comentarios negativos. (Dado que la mayor parte de los alumnos/as no ha experimentado este encuentro positivo, quizá necesiten un ligero empujón de parte del formador para que puedan iniciar la actividad).
RETROALIMENTACION	Hacerles ver la importancia de aceptarse uno mismo/a y el visualizar interiormente que nosotros/as también tenemos aspectos relevantes y fuertes que nos hacen ver que las debilidades que pudiéramos tener pueden ser superadas con trabajo y confianza en uno mismo/a. ¿Cuántos de ustedes, al oír el trabajo asignado, se sonrió ligeramente, miró a su compañero/a y le dijo, "Tú primero"? ¿Fue difícil señalar una cualidad al iniciar la actividad? ¿Cómo consideras ahora la actividad?

ACTIVIDAD N°6 CAZA -ABRAZADORES

OBJETIVO	Reforzar las relaciones entre los compañeros de clase
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Los alumnos se reparten por un espacio determinado, a la señal del Formador todos deben buscar una pareja con la que abrazarse. Cada vez que el formador de la señal, deben buscar una pareja distinta. Dos alumnos hacen el papel de 'caza-abrazadores' y una vez que han *pillado* a un compañero sin pareja se intercambian posiciones.
RETROALIMENTACION	Se les pregunta a los alumnos ¿con qué facilidad podían encontrar a quien abrazar? ¿Qué tan fácil era para los caza-abrazadores cambiar de posición?

ACTIVIDAD N°7 QUIEN SOY

OBJETIVO	Destacar los aspectos positivos de los integrantes del grupo
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se hace un circulo con todos los alumnos El formador toma el liderazgo y selecciona a una persona a la cual va a describir como si fuera el resaltando los aspectos positivos de la persona, los alumnos jugaran a adivinar quién es el personaje, luego de adivinar el personaje el formador selecciona otro alumno y le indicara a quien debe representar (esto con la intención de ayudar al estudiante si el grupo no logra identificarlo.
RETROALIMENTACION	¿Qué tan difícil fue encontrar los aspectos positivos para representar el compañero? Resaltar los aspectos positivos que más se repitieron al momento de hacer la representación.

ACTIVIDAD N°8 POLICIAS Y LADRONES

OBJETIVO	Reforzar capacidades positivas por medio del juego
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	El formador reúne al grupo y explica la dinámica del juego, el grupo de alumnos contara con 4 bases (el formador las define pueden ser las 4 esquinas de la cancha o se organizan dependiendo el CI). Se dividen en 2 grupos, ponchadores y fugitivos. Los policías deben seleccionar a que fugitivo capturar ya que al momento de la captura se debe decir porque está acusado (las acusaciones son los aspectos positivos del capturado), luego de estar todos capturados se cambian de fugitivos a policías y capturan a los compañeros que antes eran policías.
RETROALIMENTACION	Preguntar al grupo: ¿porque la elección de ese fugitivo? Resaltar en el grupo: las capacidades positivas que más identifican al grupo.

ACTIVIDAD N°9 IMAGINATE A TI MISMO

OBJETIVO	Resaltando las capacidades positivas por medio de la proyección
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	El formador comenta a sus alumnos que en esta actividad van a pensar en el futuro y en cómo se imaginan a sí mismos dentro de algunos años. En primer lugar, deben cerrar los ojos e imaginarse a sí mismos dentro de 5 años. Cuando todos los alumnos han cerrado los ojos, el formador lee en voz alta las siguientes preguntas, cuidando siempre dejar un tiempo entre pregunta y pregunta para que cada alumno, individualmente, pueda pensar e imaginar las respuestas. Las preguntas que debe realizar son las siguientes: «¿Cómo te imaginas físicamente dentro de 10 años?, «¿A qué crees que te dedicas?», «¿Qué aficiones tienes?», «¿Con quién vives?», «¿Qué amigos tienes?», «¿Cómo es la relación con tus padres?», «¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?», «¿Eres feliz?», «¿De qué te sientes más orgulloso?». Luego se les pide a los alumnos que abran los ojos y de manera individual comenten como se sintieron al imaginar ese yo futuro.
RETROALIMENTACION	Después, pregunta a todos los alumnos en general si creen que ese futuro imaginado será necesariamente así o si puede ser de otra manera y, sobre todo, si creen que conseguir el futuro que desean es algo que depende en gran parte, aunque no totalmente, de ellos o si creen que no pueden hacer nada para acercarse a su futuro deseado. El formador debe reconducir este debate hacia la capacidad que todos tenemos para aumentar las probabilidades de alcanzar nuestros objetivos. No obstante, lo primero que necesitamos para alcanzar nuestras metas es saber a dónde queremos llegar, qué queremos ser, cuáles son nuestros objetivos. Tener esto

	claro es haber recorrido ya la mitad del camino. El formador debe motivar a los alumnos para que valoren el poder y capacidad personales que tienen y la y necesidad de fijarse unos objetivos claros.



Guía Liderazgo

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS

ACTIVIDAD N°1 EL LAZARILLO

OBJETIVO	Demostrar e identificar que el trabajo en grupo funciona mejor cuando somos lideres
MATERIALES	Balón
DESARROLLO	Se crean dos grupos, en un grupo, cuatro personas cierran los ojos el quinto es el líder. En el otro grupo, existen cuatro líderes (no cierran los ojos) y el quinto, cierra los ojos. En un extremo, se colocan dos balones, el líder o los líderes (en función del grupo) deben de guiar a los demás de un extremo a otro para alcanzar el balón y llegar al punto de partida.
RETROALIMENTACIÓN	Una vez terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Es más fácil alcanzar la meta cuando tienes aun líder o cuando todos ejercemos el rol de líder?

ACTIVIDAD N°2 TOCA EL BALON

OBJETIVO	Desempeñar habilidades relacionadas con el liderazgo
MATERIALES	Balón
DESARROLLO	Se crean dos grupos con el mismo número de participantes de manera aleatoria, se divide el terreno de juego por la mitad, de manera que cada equipo tiene su espacio propio. Se trata de que los jugadores de cada equipo asalten el lado contrario, tomen en posesión del balón del equipo rival y, finalmente, se lo lleven a su campo. Si un jugador es interceptado por un rival en el campo ajeno, deberá tocar el balón del equipo contrario para no ser eliminado.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Creen que para alcanzar el objetivo del juego es más satisfactorio cuando se ejerce el trabajo en equipo? Y de esta manera generar una lluvia de ideas.

ACTIVIDAD N°3 NUDO HUMANO

OBJETIVO	Potenciar la capacidad analítica del líder y su función de dar directrices al resto de compañeros.
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	El formador pedirá que uno de los miembros del grupo se sitúe en el centro y sus compañeros lo hagan en círculo alrededor de él, las personas que se encuentran en el círculo deberán dar la mano a la persona que desean. Cuando lo hayan hecho y sin soltarse, deberán darle la mano a otro compañero. En este momento, la persona que se encuentre en el centro del círculo deberá formar distintos círculos mientras que sus compañeros se mantienen cogidos de las manos. Deberá analizar qué interacciones han surgido y deberá dar las instrucciones necesarias para desenredar el nudo.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Creen que un buen liderazgo facilita el desarrollo de una buena tarea? ¿Si – no por qué?

ACTIVIDAD N°4 LA FORMA SILENCIOSA

OBJETIVO	Explicar qué caracteriza a un buen Líder y cómo ejerce su liderazgo
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Divide el grupo en dos equipos, elige a un participante de cada equipo para que haga el papel de facilitador o líder. Susurrando nombra una figura, esta persona debe guiar a su grupo para que dé forma a esta figura mientras lo hace no podrá hablar, ni sacar a la gente de su lugar, lo único que puede hacer es tocar o gesticular.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Qué es lo que identifica a un buen líder? ¿Qué hace que una persona sea un buen líder?

ACTIVIDAD N°5 LA MAQUINA HUMANA

.

OBJETIVO	Identificar la importancia del liderazgo para el desarrollo de las habilidades y las aptitudes más adecuadas para ejercer con éxito las tareas propuestas.
MATERIALES	Balones o conos
DESARROLLO	Éste es un juego físico que les deja a los alumnos tomar turnos dirigiendo un grupo de compañeros, explícale a los grupos de estudiantes que tendrán que mover el balón de un lado al otro sin soltarse de las manos y que deben elegir a un compañero como inventor del funcionamiento de la máquina. Deja que todos los estudiantes tomen turnos siendo el inventor para que trabajen en sus habilidades como líderes.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Una buena comunicación entre un líder y el equipo de trabajo favorece el éxito de las metas planteadas?

ACTIVIDAD N°6 YERMIS

OBJETIVO	Fomentar el liderazgo y el trabajo en equipo para el buen desarrollo y éxito de una tarea en específica.
MATERIALES	Pelotas y conos
DESARROLLO	Al iniciar el juego el equipo que está a la defensiva lanza o rueda la pelota contra los conos, si no se tumban los conos en los lanzamientos de cada jugador se cambia de turno. Si los conos caen el equipo a la defensiva intenta ponchar a los rivales quienes tienen qué no dejarse ponchar del otro equipo, mientras que al mismo tiempo intentan armar de nuevo los conos, si lo logran antes de ser ponchados gritan Yermis. Todos los integrantes se anotan un punto y no se cambia de turno. Pero si no logran armar los conos y son ponchados se cambia de turno, es decir, el otro equipo comienza lanzando la pelota contra la torre de tapas.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Qué hace que un buen líder y un buen trabajo en equipo favorezcan el éxito de la meta?

ACTIVIDAD N° 7 SIMON DICE

OBJETIVO	Identificar las habilidades que ejerce un buen líder
MATERIAL	Ninguno
DESARROLLO	Un alumno será Simón, quien determinará lo que deben hacer sus compañeros. Simón debe hacer diversos gestos como tocarse la oreja derecha, saltar de una pierna coja o dar una vuelta sobre sí mismo; que deberán imitar los otros compañeros, estos gestos deberán realizarse rápidamente y consecutivamente.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Cuáles creen que son las habilidades que componen a un buen líder?

ACTIVIDAD N°8 EL CIRCULO

OBJETIVO	Identificar los líderes del grupo
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se pedirá a los integrantes del grupo que se pongan en círculo y se cojan de las manos. Después, se les dirá que vayan formando distintas figuras, estando cogidos de las manos. Por ejemplo: un triángulo, una estrella, una casa, etc. A medida que se les va pidiendo la distintas figuras esto debe realizarse más rápido así no hayan terminado de hacer la figura anterior.
RETROALIMENTACIÓN	Terminada la actividad preguntar a los alumnos ¿Por qué es importante tener un líder? ¿El líder ayuda a la construcción de buenas prácticas? ¿Si no por qué? ¿Cuáles habilidades de liderazgo se vieron en la actividad?

















Guía Expresión de Emociones

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS

ACTIVIDAD N°1 YO CREO

OBJETIVO	Generar Autoconfianza y cooperación grupal
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Hacer un círculo con el grupo de alumnos. Los miembros del círculo deben abrir un poco las piernas y darse las manos, y el grupo se separa de manera que los brazos quedan estirados. Se enumera a los participantes con los números uno y dos. Las personas con el número uno irán hacia adelante y las personas con el número dos hacia atrás. Es importante que los participantes vayan hacia adelante o hacia atrás despacio hasta lograr un punto de equilibrio. Además, también es posible cambiar los del número uno a los del número dos, e incluso hacerlo de manera ininterrumpida.
RETROALIMENTACION	Tras acabar la dinámica, se realizan una serie de preguntas a los participantes para que compartan su experiencia y asimilen mejor lo aprendido. Por ejemplo, ¿Has notado dificultades? ¿Cómo representarías lo aprendido en la vida real a la hora de confiar en un grupo?

ACTIVIDA N°2 YO SOY

OBJETIVO	Generar y fortalecer el Autoconocimiento para la expresión asertiva de emociones
MATERIALES	Pelota
DESARROLLO	Se hace un circulo y se les dice que vamos a jugar tingo tingo tango, al que le quede la pelota debe decir una cualidad suya y de alguno de los del círculo. Cualidades o virtudes como: Buena, enérgica, amable, segura, agradable, lista, trabajadora y asertiva.
RETROALIMENTACION	Hacerles preguntas que los hagan reflexionar que tan difícil es encontrar cualidades en ellos mismos y como se sienten al reconocer cualidades en los otros.

ACTIVIDAD N°3 MIS ACTUACIONES

OBJETIVO	Identificar comportamientos que permitan la regulación emocional
MATERIALES	Cuento
DESARROLLO	Leer en voz alta el comienzo de esta historia. "Va Pepe muy contento por el parque, cuando de repente ve a Rafa viniendo a su encuentro. Rafa tiene una mirada muy rara. Pepe se pregunta qué le estará pasando. Se acercan y se saludan, pero inmediatamente Rafa comienza a gritar. Dice que Pepe le ha hecho quedar muy mal con los otros chicos del barrio, que es mal amigo, que tiene la culpa de todo lo que le pasa. Entonces Pepe…". Una vez leído el cuento, los alumnos deben pensar de forma individual cómo actuarían si se encontraran en la situación en la que está Pepe. Después, se comparten las respuestas y se clasifican en dos grupos: las que permiten la conciliación y buscan un camino pacífico y las que promueven un mayor conflicto. En forma de debate, se llega a la conclusión de por qué las primeras son mejores que las segundas.
RETROALIMENTACION	Reflexionar acerca de regular emociones y actuar de forma pacífica y conciliadora frente a conflictos o problemáticas.

ACTIVIDAD N°4 RECONOCIENDO EMOCIONES

OBJETIVO	Permitir el reconocimiento de emociones
MATERIALES	Fichas con las emociones (tristeza, alegría, sorpresa, enojo, desagrado) una hoja escritas
DESARROLLO	Dividir el grupo en dos y formar equipos los cuales deben representar la emoción que le salga por medio de mímica el grupo debe adivinar la emoción que su compañero está representando y al adivinarla decir cada uno en qué situación la ha sentido.
RETROALIMENTACION	Hacerles ver la importancia de reconocer las emociones y saberlas expresar en cada momento respetando a los demás.

ACTIVIDAD N°5 CONFIO EN MI Y EN TI

OBJETIVO	Fortalecer la confianza y expresión emocional
MATERIALES	Espacio abierto y 5 obstáculos
DESARROLLO	En este juego se harán parejas y un alumno estará con los ojos vendados y cogidos de la mano, el otro le vamos guiando por un camino de "obstáculos" indicando por donde debe caminar. Para ello, tiene que confiar en su compañero y Luego, podemos invertir los papeles
RETROALIMENTACION	¿Cómo se sintieron al ser guiados? ¿Qué emociones experimentaron y lograron expresársela a su compañero?





ACTIVIDAD N°6 LAS EMOCIONES SE EXPRESAN

OBJETIVO	Permitir identificar las emociones y su expresión por medio del lenguaje no verbal
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se hará una fila y cada uno de los alumnos tendrá que representar una acción en la que se exprese una emoción los demás la adivinaran como, por ejemplo: Buenas tardes, Gusto en verte, algo hiciste mal, me alegro por ti, que cosa tan horrible, me partieron el corazón…entre otras
RETROALIMENTACION	La reflexión debe enmarcarse a hacerlos ver que tan fácil es expresar lo que sentimos por medio de acciones gestos – lenguaje no verbal y que tan fácil es comprender al otro.

ACTIVIDAD N°7 VIVIENDO LAS EMOCIONES

OBJETIVO	Identificar la expresión de emociones
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se hará un circulo con distancia entre cada uno de los participantes, el formador les pedirá que expresen las emociones al mismo tiempo y al escuchar cada palabra como actuarían frente a sentir cada una de ellas (amor, ira, enojo, felicidad, temor, angustia, desagrado)
RETROALIMENTACION	La reflexión debe ir enmarcada a saber si siempre logran expresar lo que siente, si les da pena expresar sus gustos, si lo están haciendo de la forma más adecuada, si expresar lo que sienten o provoca rechazo en otros.

ACTIVIDAD N°8 LOS ZAPATOS DEL OTRO

OBJETIVO	Entender que cada uno es un mundo diferente, con necesidades y emociones, que deben ser respetadas por los demás.
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	El formador les pedirá a los alumnos que intercambien un zapato con otro compañero solo uno y se lo pongan o intenten poner y con el hagan algún tipo de actividad ya sea correr, saltar, patear un balón etc.
RETROALIMENTACION	El formador debe retroalimentar de cómo se sintieron haciendo un ejercicio con un zapato que no era el de cada uno, la idea es hacerles entender que cada persona tiene sus problemas, dificultades, felicidades y angustias y por eso no debemos juzgar sin saber que está sintiendo la otra persona. Inculcar el respeto por los demás y la adecuada expresión de emociones sin pasar los límites del otro.



Guía Trabajo en Equipo y Relaciones Interpersonales

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
BOGOTÁ MEJOR PARA TODOS

ACTIVIDAD N° 1 CARRERA DE CIEN PIES

OBJETIVO	Fomentar el trabajo en equipo y promover una correcta comunicación entre todos los participantes.
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	De acuerdo a la cantidad de estudiantes, formaran dos o tres filas, se agarran fuertemente a la cintura del niño de delante. Se marcan en el suelo dos líneas, una de salida y otra de llegada, separadas por unos metros. Los primeros de cada equipo colocan un pie en la salida y a la voz de ya empiezan todos a avanzar, con el mismo pie siempre para conseguir llegar los primeros a la meta.
RETROALIMENTACION	Hacerles preguntas que los hagan reflexionar y pensar, sobre la importancia del trabajo en equipo. Ejemplo: ¿Qué habilidades creen que debieron poner en práctica para alcanzar la meta planteada? ¿Cómo creen que estas habilidades nos ayudan en el día a día, para el desarrollo de nuestras actividades?

ACTIVIDAD N° 2 ROMEO Y JULIETA

OBJETIVO	Fortalecer el juego en equipo
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Todos los integrantes del juego estarán dentro de la zona delimitada para el juego, estos, tendrán que estar en continuo movimiento por todos los lugares de este espacio, atentos a que el formador diga dos nombres al azar de alguna de las personas que están jugando, el juego consiste en que las dos personas que diga el formador intenten juntarse en el menor tiempo posible y darse la mano, encontrándose el inconveniente de que todos los demás participantes del juego, intentarán que la unión de estas dos personas no se lleve a cabo. Ejemplo: El Formador dice ¡Iván y Lucía!. Estas dos personas tendrán que intentar darse la mano en el menor tiempo posible, intentando esquivar a sus compañeros, los cuales, intentarán que la pareja no se consiga dar la mano. Variante: Para una mayor movilidad del grupo decir dos parejas de tal forma que todo el grupo pueda interactuar más.
RETROALIMENTACION	La reflexión debe ir enmarcada, en las dificultades y obstáculos que se pueden presentar para lograr un objetivo, Cada estudiante debe contar brevemente sus sensaciones y experiencias vividas en la actividad y que habilidades o estrategias utilizaron para llegar a su pareja.

ACTIVIDAD N°3 BATALLA DE SERPIENTES

OBJETIVO	Desarrolla el trabajo en equipo y liderazgo
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se forman cuatro filas de alumnos agarrados de la cintura, forman cuatro serpientes. La cabeza de una serpiente debe coger la cola de cualquiera de las otras serpientes, mientras la serpiente se moverá para evitarlo. Gana el último grupo en ser tocado.
RETROALIMENTACION	Ubicados en un círculo el formador le realiza una serie de preguntas, resaltando que estrategias utilizaron lograr el objetivo. Por último, el formador hace una intervención recogiendo todo lo mencionado, resaltando la importancia de trabajo en equipo, seguir reglas, y como unidos podemos organizarnos para lograr nuestros propósitos.

ACTIVIDAD N°4 DIEZ PASES Y DAR AL CONO

OBJETIVO	Explorar el trabajo efectivo y colaborativo.
MATERIALES	Balones y Conos
DESARROLLO	Los alumnos se dividirán en dos equipos, la dinámica consiste en que el equipo que tenga el balón tiene que dar mínimo 10 pases sin que se caiga el balón al suelo, una vez dados los pases, debe intentar lanzar y tirar los conos que habrá en la portería contraria. Cuando no se tenga el balón hay que intentar robarlo lo antes posible para que no den a los conos de tu portería. Variantes: Se jugará con tres balones a la vez, así los alumnos tendrán que estar atentos.
RETROALIMENTACION	El formador inicia con la frase "Las hormigas tienen mucho que enseñarnos" Parecen débiles, pero son fuertes. Son muy unidas: Ellas se necesitan unas a otras para hacer el trabajo más efectivamente. Van en grupo a hacer el trabajo de recolección, de alguna manera se ponen de acuerdo, avanzan hacia su objetivo y tienen éxito bien sea para construir su casa como para buscar su comida. Son pequeñas, pero hacen su trabajo**.** Tienen buena comunicación entre ellas. Si has visto de cerca a las hormigas notarás que cuando hay una que ha hecho el recorrido primero, las demás harán cierto contacto con esa hormiga, es algo breve, pero se comunican y se distribuyen la labor. Por último, el formador les pregunta ¿qué cambiaría en la vida de cada uno si se pone en práctica la moraleja de la hormiga?

ACTIVIDAD N°5 ROBA BALONES

OBJETIVO	Favorecer las relaciones personales entre los participantes y la importancia de la unión grupal.
MATERIALES	Balones
DESARROLLO	Los alumnos se dividen en 2 equipos, los jugadores jugaran en parejas cogidos de la mano, cada equipo tiene un campo donde están sus balones, y tiene que intentar coger los balones del equipo contrario sin que los integrantes del otro equipo cojan los suyos. Si son pillados antes de llegar a su campo con el balón del equipo contrario tendrán que devolver el balón.
RETROALIMENTACION	El formador pide que todos se tomen de la mano y hagan un círculo y finalizar la actividad con un abrazo colectivo, reflexionar con el grupo sobre la importancia de la unión grupal, el trabajo colaborativo, donde todos tienen la oportunidad de compartir las actividades vivenciadas con integración respetando al otro.

ACTIVIDAD N°6 CARRERA DE ELEFANTES

OBJETIVO	Fomentar en los estudiantes habilidades de comunicación, relaciones interpersonales y del trabajo colectivo.
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	Se divide al grupo en dos equipos, cada subgrupo forma una fila, y los integrantes deben abrir sus piernas y meter su brazo izquierdo por debajo para que así su compañero de detrás pueda agarrárselo con el brazo derecho y así sucesivamente. De esta forma queda como una cadena de elefantes tomados por su trompa y su cola. Cada subgrupo tiene que llegar a la meta que será indicada por el formador, cuando la carrera comience el equipo deberá buscar realizar movimientos coordinados y cooperativos, de lo contrario el grupo no llegará a tiempo y perderá. Variantes: Ponerse en cuclillas agarrados por los tobillos y agarrarse de las manos tocando diferentes partes del cuerpo, como la rodilla derecha del de delante y la izquierda del compañero de detrás.
RETROALIMENTACION	Solicitar a los estudiantes que aprovechen los grupos ya formados durante la actividad, para construir una frase al otro grupo, con creatividad, teniendo en cuenta el trabajo en equipo y las relaciones Interpersonales y lo vivenciado.

ACTIVIDAD #7 REALIZA TU FIGURA

OBJETIVO	Ejercitar habilidades que favorezcan él trabajó equipo y las relaciones interpersonales
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	En grupos de 5 personas o más, realizar la figura más original e intentar aguantar durante 5 segundos. Variantes: Poner condiciones, como por ejemplo que haya solo 3 pies tocando el suelo; o 4 pies y 2 manos.
RETROALIMENTACION	Hacerles ver la importancia del trabajo en equipo, confiar en el otro, y como ponerlo en práctica para cada actividad que emprendan en la vida.

ACTIVIDAD N°8 CARRERA DE COORDINACIÓN

OBJETIVO	Fomentar la interacción positiva entre los estudiantes, con el fin de construir buenas relaciones, trabajo en equipo y cooperación.
MATERIALES	Ninguno
DESARROLLO	El formador dividirá por grupos de 3, tratando de ir y volver a lo ancho del campo apoyando el número de extremidades que haya indicado el formador, Por ejemplo, el formador indicara que deben moverse con dos manos y dos pies, y siendo 3 personas, tendrán que pensar como lo harán. El grupo que consiga realizar el recorrido establecido por el profesor lo antes posible ganará.
RETROALIMENTACION	Formaran un circulo el formador menciona el nombre de un estudiante y este bebe de decir en una palabra que experimento de la actividad, cuando termine, deberá decir el nombre de otro estudiante, hasta que todos hayan pasado, con el fin de construir la retroalimentación entre todos.