

ACTIVIDADES ROMPE HIELO



Contenido

¿Y esto y la actividad que?	3
1. Refranes:	4
2. El mesero:.....	4
3. Globo viajero.....	4
4. Construir Una Historia.....	5
5. Los Puntos Cardinales:.....	5
6. Carrera con un pie:.....	6
7. Cucaracha Asustada:	6
8. Rueda de Números:.....	7
9. Naufragio del Barco.....	7
10. Canasta Revuelta:.....	8
11. Mi Nombres es:	8
12. Enredados:.....	9
13. El rey de los elementos:	9
14. Mi nuevo Nombre.	9
15. Partes del cuerpo.	10
16. Caramelos.....	10
17. Las Islas.....	11
18. Casa, inquilino y Terremoto.	11
19. Alfil, Caballero y Jinete.	12
20. La Telaraña.	12
21. El Gallinero.	13
22. El Rey del Buchi Bucha.	13
23. La Carga Electrica.	14
24. La Caja de Sorpresas.....	14

¿Y esto y la actividad que?

Usualmente cuando las personas llegan a un taller, van cargados de todos sus problemas y les es difícil concentrarse, por eso es importante utilizar un rompe hielo que motive a los asistentes y los disponga para la actividad, les permitirá sentir confianza y estar dispuestos a consolidarse como equipo.

En ocasiones también tendrás que dividir el grupo en sub-grupos para realizar tareas específicas, y que menor manera que hacerlo a través de una dinámica innovadora. De la misma, manera a veces quieras realizar actividades que hacen los niños, con los adultos.

A continuación, encontraras algunos ejemplos tanto de actividades rompe hielo como motivadoras, que puedes utilizar según consideres y modificar a tu acomodo y de acuerdo a las necesidades del grupo.

1. Refranes:

Se le pedirá al grupo en general que formen un círculo; continuación cada participante deberá pensar un refrán y decirlo a los demás, agregando en la primera parte: Por delante y en la segunda: por detrás, así:

Más vale pájaro en mano...

Por delante

Que cien volando....

Por detrás

2.El mesero:

Se le pedirá a los participantes que formen un círculo, uno queda de pie y hace de mesero en el restaurante. Cada jugador debe pensar en una comida o bebida, té, tostadas, leche, helados, etc.

El mesero recorre el círculo preguntando a cada participante que se quiere servir y luego se aleja. Los jugadores cambiarán rápidamente de sitio. Al volver el mesero debe dar a cada uno lo que pidió. Si se equivoca pierde y paga penitencia.

3.Globo viajero.

Los equipos se dividirán en dos equipos iguales, se ubicarán en distintos campos separados entre sí por dos líneas paralelas. Entre ellas se encuentra la zona neutral de aproximadamente medio metro, los jugadores de cada equipo se distribuirán en el sector respectivo tratando de cubrirlo y se podrán desplazar libremente.

Dada la señal de comienzo un jugador cualquiera, desde un lugar próximo a la zona neutral, arrojará un globo al aire y lo golpeará tratando de enviarlo al campo contrario. Los adversarios procurarán devolverlo de la misma forma y así continuará el juego evitando cada equipo que toque el suelo de su campo. Cuando esto ocurra se adjudicará un punto al equipo contrario. Vence el equipo que en un tiempo determinado se adjudique más tantos.

4. Construir Una Historia.

Se les pedirá a los participantes que se sienten formando una ronda. El tallerista dice una palabra y, los participantes deben ir agregando cada uno una palabra y en esta forma hacer una frase. El jugador que tiene el turno debe repetir –recordando- toda la frase y agregar una palabra final. Quienes no recuerdan la frase o no recuerdan la palabra rápidamente, pierde.

5. Los Puntos Cardinales:

Antes de iniciar la actividad, se marcarán los puntos cardinales con cartulina de colores así:

Oriente:	color amarillo.
Occidente:	color azul.
Norte:	color verde.
Sur:	color rojo.

Los participantes se organizan adoptando la forma de veleta, es decir, con las palmas de las manos colocadas sobre los hombros, conservando buena distancia entre el colectivo de participantes, el tallerista; que hace las veces de ordenador, se ubica frente al grupo de participantes y empieza a dar la siguiente información.

El viento sopla al norte, de inmediato los participantes se desplazan al norte; quien se dirija al punto cardinal contrario a la información dada por el tallerista, permanecerá en ese punto hasta que se anuncie ir a ese punto cardinal. También se puede dar la siguiente información: El viento está en remolino, de inmediato los participantes giran en forma de remolino o círculo tres veces.

El tallerista puede alternar su función con alguno de los participantes.

La actividad termina cuando el tallerista considere que ya es suficiente, por lo general esta actividad dura ocho minutos.

6. Carrera con un pie:

Se trazan en el lugar disponible dos líneas paralelas a 10 metros de distancia una de la otra, de tal manera que una hará de salida y otra de llegada; los participantes se organizaran en fila y con una buena distancia entre ellos. Cada uno se apoya en un solo pie, conservando en otra levantado hacia atrás y sosteniéndolo con una de sus manos.

Cuando el tallerista de la orden, los participantes saldrán saltando a la línea de llegada, ganando el primero que llegue sin haber cometido faltas. Se consideran faltas:

1. apoyar los dos pies en el suelo.
2. cambiar de pie durante la carrera.

Si alguna de las anteriores ocurre el participante debe regresar a la línea de partida e iniciar de nuevo.

7. Cucaracha Asustada:

Se le pedirá a los participantes que hagan un círculo lo más grande posible.

El tallerista inicia la actividad entregando una pelota a alguno de los participantes, quien de inmediato la pone a circular pasándola de uno en uno, sin saltarse a ninguno. Cada vez que el tallerista hace sonar un silbato. La pelota cambiara de dirección con rapidez. Las señales se dan con intervalos irregulares, con el fin de exigir tención continua entre los participantes.

El que no logra acertar rápidamente la orden y dirige la pelota en el mismo sentido, después de cada señal para su cambio, deberá pagar una penitencia que será impuesta por el resto del grupo y que tendrá como exigencia no avergonzar a quien paga. Los jugadores que no hayan pagado ninguna penitencia serán los ganadores del juego.

8. Rueda de Números:

El grupo de participantes se organiza en círculo, con amplia distancia entre cada uno, unos detrás de otros, dando el lado izquierdo al centro del círculo.

A la señal del tallerista los participantes se desplazarán en círculo, cantando en voz baja una melodía que todos se sepan. En forma inesperada el tallerista pronuncia un número menor a seis (tres por ejemplo). Todos procuran formar grupos de tres, tomándose de las manos. Los participantes que no logren quedar en los grupos anunciados tienen un punto menos y de inmediato se forma nuevamente el círculo, para reanudar la actividad.

En consenso el tallerista y el grupo participante tomarán la decisión del cuando acabar la actividad.

9. Naufragio del Barco.

Se les pedirá a los participantes que se ubiquen alrededor del tallerista, a la señal se formarán grupos de 2, 4, 6, o más integrantes, según la orden dado por el tallerista.

Quedarán eliminados aquellos que no alcanzaron a formar grupos con el número exacto de participantes, anunciado por el tallerista.

La actividad se desarrolla así:

¡Atención!, el comandante de la tripulación informa que el barco va a naufragar y que la única forma de salvarse es formando grupos de cinco personas. Luego, el tallerista dará otra orden para que formen hileras de seis, círculos de ocho, y así sucesivamente, tratando de variar las formas de integrar el grupo de participantes.

La actividad finaliza cuando solo quede un jugador que ha cumplido con todas las condiciones dadas por el tallerista.

10. Canasta Revuelta:

Se les pedirá a los participantes que formen un círculo; a continuación el tallerista dará a cada participante el nombre de dos frutas una que será igual para todos y otra que podrá repetir y la orden de no compartir esta información con los demás participantes.

A continuación se les pedirá a los participantes que se entrelacen usando sus brazos. Estando ya todos los participantes entrelazados el tallerista procederá a dar una orden y nombrar una fruta así:

Sentados.....naranja.

Saltarmanzana.

Al estar entrelazados será muy divertido ya que no todos estarán sentados ni todos saltaran, etc.

El apogeo de la actividad se dará cuando se dé una instrucción y la fruta que tienen todos.

La actividad termina cuando el tallerista de a orden con la fruta general.

11. Mi Nombres es:

Se les pedirá a los participantes formar un círculo grande. A continuación cada uno dirá su nombre mientras los demás estén atentos a esto.

Terminado lo anterior se les pedirá a los participantes que eleven sus brazos a la altura del pecho y junten las palmas y en esta posición de señalamiento se dirija a otro participante diciendo su nombre.....

Cuando al participante llegue al puesto del otro; esté saldrá haciendo lo mismo y así sucesivamente.

El tallerista dará la pauta para el número de participantes que estén en movimiento.

La actividad termina cuando uno de los participantes sepa el nombre de todos.

Esta actividad se puede variar cambiando el nombre por una palabra que lo identifique.

12. Enredados:

Se le pedirá al grupo que se divida en dos sub-grupos de igual número de integrantes; A continuación se le pedirá a uno de los participantes que ponga su mano y los demás irán poniendo una de sus manos encima de la del compañero que acaba de hacer lo mismo para finalmente armar una columna de manos. Se les pedirá que de arriba hacia abajo vayan cogiendo la mano del compañero que está debajo, esto generara que queden “enredados”.

El tallerista dará la orden de desenredarse sin soltarse ninguno para que finalmente formen un círculo en donde todos los participantes estén frente a frente.

La actividad termina cuando uno de los grupos logre formar el círculo con las condiciones dadas.

La actividad se puede repetir cuantas veces se requiera y esta se hará formando grupos distintos.

13. El rey de los elementos:

Se forma un círculo con todos los participantes, el animador tendrá la pelota y se la pasara a cualquiera, cuando la tire debe mencionar un elemento (Aire, Agua o Tierra) el que atrape la pelota debe mencionar un animal que pertenezca al elemento que mencionaron ejemplo. (Agua: tiburón) y pasársela a otro diciendo un elemento antes que la atrape el otro participante, no se vale repetir animales y debe responderse rápido, los que pierden van saliendo hasta elegir al ganador.

14. Mi nuevo Nombre.

Se escriben en la tarjetas nombres divertidísimos como: “pimpinela, la chilindrina etc.” y antes de empezar el evento se le entregan al azar las tarjetas a los participantes, el

nombre que les aparezca será su nombre de toda la actividad, se le explica a todos que solo se pueden llamar por ese nombre toda la actividad, los que digan el nombre real de alguien se les acumulan como puntos negativos.

El que complete 5 puntos negativos paga penitencia.

15. Partes del cuerpo.

El animador invita a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y pide que se miren frente a frente. Es recomendable tener una música de fondo.

Pide que se presenten con la mano y digan su nombre, que hace, que le gusta y que no le gusta.

Inmediatamente el animador da la señal para que se rueden los círculos cada uno en sentido contrario, de tal forma que le toque otra persona en frente.

El animador pide que se saluden dándose un abrazo y pregunten a la otra persona las mismas preguntas que hicieron antes, después vuelven a girar de nuevo y esta vez se saludan con los pies, posteriormente con los codos, los hombros, etc.

16. Caramelos.

Al principio de un encuentro nadie se conoce. Una buena forma de romper el hielo es la siguiente: el animador debe traer caramelos y ofrecérselos a los participantes diciéndoles que agarren los que quieran. Unos toman más, otros toman menos. El animador también toma caramelos. Una vez iniciado el encuentro los participantes deben decir una característica suya por cada caramelo que han agarrado. También se puede asignar un tema a cada color del caramelo y hablar de él. Por ejemplo:

- * Rojo = expectativas para el momento.
- * Verde = algo sobre tu familia.
- * Azul = hobbies favoritos...

Los caramelos se pueden cambiar por algún otro objeto o alimento que cumpla la misma función.

17. Las Islas.

Se dibuja en el piso 4 islas de un 1 metro y medio cada una, cerca las unas de las otras, las nombras cada una como tú deseas ej. “La Isla de los monos, las islas de los feos” busca nombres que diviertan, el animador les pide a los participantes que se dividan en grupo similares en cada isla, luego comienza a contarles una historia de cómo de repente en la isla de los monos un volcán hizo erupción y para salvarse todos los monos deben irse a otra isla, los participantes deben saltar a las otras islas y salvarse, así sucesivamente hasta que quede una sola isla, los que se caigan de las islas pagan penitencia.

18. Casa, inquilino y Terremoto.

Se dividen todos los participantes en tríos, solo debe quedar una persona suelta (animador), los tríos se deben formar de la siguiente manera: dos personas se toman de la mano frente a frente para formar la casa y dentro de ella se coloca la otra persona que será el inquilino.

La persona que quedo fuera (animador) iniciara el juego, y dirá cualquiera de las siguientes palabras: Casa, Inquilino, Terremoto.

Si grita Casa: Todas las casas, sin romperse, deben salir a buscar otro inquilino. Los inquilinos no se mueven de lugar.

Si grita Inquilino: Los inquilinos salen de la casa donde están en busca de otra. Las casas no se mueven de lugar.

Si grita Terremoto: Se derrumban las casas y escapan los inquilinos, para formar nuevos tríos.

La lógica del juego es que el animador busque como quedar en uno de los trío una vez que grite la palabra para que la otra persona que quede fuera continúe con la dinámica.

19. Alfil, Caballero y Jinete.

Se dividen todos los participantes en parejas, cada pareja se enumera del 1 al 2, las parejas se separan para formar 2 círculos grandes, tomados de la mano de espalda (viendo para afuera del círculo), los número 1 formaran un círculo y los número 2 el otro.

La dinámica consiste en hacer 3 posiciones con tu pareja: Alfil, Caballero o Jinete. El animador las explica antes de empezar la dinámica.

Alfil: uno carga al otro en posición de recién casado.

Caballero: uno de los dos se arrodilla en una pierna y el otro se sienta sobre la otra.

Jinete: uno de la dos carga al otro con la espalda.

Cuando el animador comience la dinámica los dos círculos empiezan a girar rápido, cuando el animador diga:

¡Alfil! se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de Alfil.

¡Caballero! se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de caballero.

¡Jinete! se rompen los círculos y las parejas deben buscarse y hacer lo más rápido la posición de jinete. Las últimas parejas en hacer las posiciones, van saliendo del juego hasta encontrar la pareja ganadora.

20. La Telaraña.

El animador les pide a los participantes que formen equipos de la misma cantidad de personas, el animador les pide que escojan el nombre del equipo con el que van a competir.

Ahora con la cuerda comienza a amarrar una telaraña entre 2 postes o árboles, la dinámica consiste en que cada miembro del equipo tiene que pasar por la telaraña pero sin repetir un mismo lugar y sin tocar la cuerda (o deben empezar de nuevo). Los que pasaron de primero pueden ayudar a pasar a los demás ej. Por arriba, pero eso es un secreto y debes dejar que los equipos lo averigüen solos.

El equipo en hacer menos tiempo al cruzar la telaraña es el vencedor.

21. El Gallinero.

El animador divide a los participantes en subgrupos que tengan el mismo número de integrantes.

El animador indica a los subgrupos que seleccionen un nombre para identificarse.

El animador marca en el piso un círculo de aproximadamente 3 metros de diámetro (espacio adecuado para 20 participantes).

El animador pide a todos los participantes colocarse dentro del círculo y ponerse en cuclillas. Una vez que se encuentran en esta posición, les solicita que se tomen de los tobillos usando ambas manos. Explica a los participantes que estando en esta posición, y durante tres minutos, trataran de tirarse unos a otros utilizando sólo los hombros y la espalda. Quedará fuera del juego la persona que se suelte los tobillos, se salga del círculo o caiga. El equipo que tenga más integrantes "vivos" al término de los tres minutos será el ganador.

22. El Rey del Buchi Bucha.

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.

23. La Carga Electrica.

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

24. La Caja de Sorpresas.

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.