

# Activitat proposada per l'alumnat de la UB en el marc d'un projecte d'ApS amb l'esplai DISPRAT-LLEURE

---

Para conocernos un poco más, realizaremos las siguientes dinámicas con la finalidad de saber más cosas sobre todos los compañeros.

## **1- LATA DE SARDINA**

Empezaremos a movernos por la sala, las dinamizadoras diremos que se agrupen según una serie de características, por ejemplo: color favorito, color de ojos, año de nacimiento, etc... El último requisito que diremos para agruparse será por grupos de X número de personas (para que quede el grupo dividido en dos subgrupos y así tenerlos hechos para la siguiente actividad).

## **2- SALUDOS CONCÉNTRICOS**

En los mismos grupos ya formados, las dinamizadoras invitan a formar dos círculos (uno dentro del otro) con igual número de personas y se les pide que se miren frente a frente.

Se les pide a los participantes que se presenten con la mano y digan su nombre, qué le gusta y qué no le gusta a cada uno de ellos.

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 diferente en frente.

Las dinamizadoras piden 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, rodillas, espalda, etc.

## **3- ANIMALES (presentación):**

Esta actividad la haremos para continuar conociéndonos un poco más.

Se hace un círculo y siguiendo el orden, uno a uno sale al medio y se presenta dice su nombre y dice que es un animal, este animal tiene que empezar por la misma letra que empieza su inicial, aparte de decir que animal es, lo tiene que imitar.

ejemplo: Me llamo Mireia y soy un Mono / Me llamo Laura y soy un Loro.

#### **4- POLIS Y CACOS**

Como en las anteriores actividades se pretende que los usuarios anden por todo el espacio con el fin de que queden repartidos por el mismo. Cuando lo hayan hecho, las animadoras pediremos que se junten en dos grupos: uno serán los polis y otros los cacos. La dinámica consiste en que los policías deberán de coger a los miembros del equipo de los cacos y meterlos en la cárcel (será una zona del espacio que delimitaremos antes de empezar con la actividad). Los cacos pueden ser salvados por sus compañeros si estos se acercan a darles la mano en la cárcel; pero deberán tener cuidado ya que al intentar salvarles pueden ser pillados por los policías. El juego termina cuando todos los policías consiguen meter a los ladrones en la cárcel.

#### **5. PICA PARET:**

La dinámica consiste en que una persona, que se colocará contra la pared, dice en voz alta: un, dos, tres pica-paret. Los demás participantes tienen que avanzar hacia la persona en el tiempo que el que pica la pared cuenta en voz alta. Cuando el que para, termina de contar debe girarse para comprobar que los compañeros están sin moverse; en el caso que les vea moverse, les mandará retroceder y volver a empezar el camino hacia él. Cuando uno de los compañeros que intentan avanzar hacia el que pica consiga tocar-le, éste deberá salir corriendo en su búsqueda para alcanzarle, tanto a él como al resto de los compañeros. Si consigue pillar a alguien, ésta será la nueva persona que tendrá que pillar a sus compañeros. Si el que paraba no ha conseguido pillar a nadie volverá a parar hasta que consiga coger a alguien.

Si la dinámica funciona, se les pedirá a los usuarios que cuando el que pica termine de contar, los demás tendrán que colocarse en la posición del animal que las dinamizadores mencionen.

## **6. EXPRESIONES MÍMICAS**

Consiste en que un participante del grupo se pone delante de los demás e imita la expresión facial que él quiera (reírse, llorar, estar triste...) mediante la mímica, los demás participantes tienen que adivinarla. La persona que la adivina, pasa a interpretar mímicamente la siguiente expresión y así sucesivamente.

## **7. DESPEDIDA**

Todos los participantes se colocarán en círculo. Las dinamizadoras le entregaran un material que deberán pasarse entre todos los compañeros en sentido de las agujas del reloj. Cuando cada uno de los participantes tenga el material deberá expresar como se ha sentido o que le ha parecido la actividad en su conjunto, cuando termine entregará el material al siguiente compañero y así hasta que todo el grupo muestre su opinión.

Esta última dinámica permitirá conocer cómo se han sentido durante la sesión y si los usuarios tienen algo que comentar al resto del grupo.

Una vez hayamos terminado con todas las dinámicas, procederemos a despedirnos del grupo agradeciendo su colaboración y participación.