

JN COLEGIO BILINGÜE

LAURELES

CCT:15PJN6964D

ZONA J158

TECNICAS GRUPALES

Introducción

En este trabajo “TÉCNICAS GRUPALES”, se darán a conocer diferentes tipos de técnicas que pueden ser utilizadas en cualquier momento determinado, implementándolas cuando se está a cargo o de un grupo o en convivencia con otras personas para evitar el aburrimiento o un ambiente de tensión que involucra a todas las personas dentro de un mismo lugar, sirven para romper el hielo, integrar, comunicarse, identificar personalidad así como emociones.

Estas también ayudan para conocer a cada integrante del grupo tanto individual como en conjunto ,como se desenvuelven con otros, aprender a convivir, entre otras cosas.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	2,3
TÉCNICA CIELO, MAR Y TIERRA	4,5
TECNICA “ME PICA”	6,7
TECNICA “CARRERA DE PRENDAS”	8,9
TECNICA “A MOLER CAFÉ”	10,11
TECNICA “EL CARTERO”	12,13
“EL CALDO Y LA SOPA”	14
“A QUIÉN LE GUSTA QUIÉN”	15,16,17
“EL NAVÍO CARGADO DE”	18
CONCLUSIÓN.....	19

1.-NOMBRE DE LA TÉCNICA:	“CIELO, MAR Y TIERRA”
2.-TIPO DE TÉCNICA:	Integración y Coordinación
3.-HISTORIA:	Este tipo de técnica fue creada para romper el hielo y como reforzador de conocimientos a través de una buena coordinación.
4.-OBJETIVO DE LA TÉCNICA:	La finalidad de esta técnica es integrar al grupo y romper el hielo para generar un ambiente armónico en la convivencia de los participantes.
5.-DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA:	Es de mucha ayuda para recordar diversas especies de animales y su hábitat.
6.-A QUIÉN VA DIRIGIDO:	Cualquier edad y para cualquier grupo ya que son conocimientos básicos que se adquieren desde edades tempranas.
7.-INSTRUCCIONES:	Se coloca a los participantes en el espacio seleccionado en una sola fila, se prosigue dando las indicaciones del juego donde la izquierda será para “cielo”, en medio “mar” y la derecha como “tierra”; teniendo en cuenta esto al momento de que se les mencione a los participantes el animal, deberán brincar hacia el lado correspondiente dependiendo del animal mencionado, como vayan perdiendo se van saliendo de la fila, ya cuando quede la menor cantidad de participantes ir aumentando la frecuencia de la mención de animales hasta que solo gane una sola persona.
8.-MATERIAL:	Espacio donde quepan los participantes del juego.
9.-DIVISIÓN DE GRUPOS:	Una sola fila en general.
10.-FORMA DE EVALUAR:	Cualitativa: A través de la Observación en la secuencia del juego.

11.-LUGAR Y TIEMPO:	Lugar: Cualquier espacio amplio donde quepan todos los integrantes y donde se pueda brincar. Tiempo: 10 minutos de juego, valoración aparte.
---------------------	---

1.-NOMBRE DE LA TÉCNICA	“ME PICA”
2.-TIPO DE TÉCNICA	INTEGRACIÓN Y ANIMACIÓN
3.-HISTORIA	Este tipo de dinámica fue creada para romper el hielo en un grupo, a su vez para facilitarle a los miembros a aprenderse los nombres de los mismos y pasar un rato a meno con la técnica creada.
4.-OBJETIVO DE LA TÉCNICA	La finalidad de esta dinámica es romper el hielo y aprenderse los nombres de los integrantes del grupo de una forma divertida y que permita generar confianza.
5.-DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA	Este juego nos ayuda a aprender los nombres de los demás. Cuando un grupo se reúne por primera vez, a menudo un juego activo de nombres proporciona un ambiente de seguridad y positivo, relajará la tensión que provoca el estar con gente nueva.
6.-A QUIEN VA DIRIGIDO	Cualquier edad y cualquier grupo para poder memorizar nombres y generar confianza en el grupo y comenzar a entablar conversación
7.-INTRUCCIONES	<ul style="list-style-type: none"> ➤ El grupo debe formar un círculo. ➤ El animador de la dinámica entrega las instrucciones que deben cumplir los integrantes. ➤ Los participantes deben decir: “me llamo... y me pica... (Mencionar una parte del cuerpo)” y la persona que le sigue diría “se llama... y le pica... Yo me llamo...y me pica...” ➤ Esto se repite sucesivamente por cada miembro del grupo, los que deben acordarse de cada nombre y cada parte que le picaba a la persona anterior. ➤ El último integrante del círculo repetirá cual fue el nombre de todos y la parte del cuerpo en donde le picaba ➤ Con el último integrante realizando la actividad se da por finalizada la actividad. ➤ Al final se puede realizar una retroalimentación de los nombres para comprobar si se quedó grabado alguno.

8.-MATERIAL	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Lugar espacioso o aula ➤ Disposición de los integrantes
9.-DIVISIÓN DE GRUPOS	Los participantes se colocaran en círculo para que todos puedan prestar más atención a la actividad y se genere el objetivo de conocer a todos los integrantes.
10.-FORMA DE EVALUAR	Se observara si los integrantes son participativos y a su vez si se han quedado con algún nombre de los que desconocía en un principio.
11.-LUGAR Y TIEMPO	En el aula o en un lugar espacioso, tiempo de realización de 20 a 30 min dependiendo del número de integrantes.

Nombre de la técnica	Carrera de prendas
Tipo de la técnica	Integración
Historia	La técnica fue planeada con la finalidad que dentro de un aula de clases se genere un ambiente armónico entre los mismos compañeros para evitar problemáticas y logren desarrollar competencias sanas
Objetivo	El alumno compite mediante en el juego con sus compañeros para formar lazos afectivos dentro del aula de clases.
Descripción de la técnica	La actividad con la cual se pretende llevar al grupo a una integración. La técnica se llama carrera de prendas; en la cual el animador o docente le pide a los integrantes del grupo que formen dos equipos de la misma cantidad y que escojan un nombre para llamar su equipo en la competencia, ahora cada equipo formara una fila con los pies bien abiertos. La carrera consiste en que el docente pedirá una prenda (ejemplo; un reloj) para ponerla en la meta es únicamente el primero de cada fila, no

	sin antes haber pasado por debajo de las piernas de su grupo.
Dirigido a	Esta actividad se recomienda a la edad de 8 años en adelante ya que generalmente a esta edad comprenden con mejor certeza recibir las instrucciones
Instrucciones	Para comenzar el docente hace una breve presentación ante el grupo, continua con las instrucciones para llevar acabo la actividad con la cual se pretende llevar al grupo a una integración. La técnica se llama carrera de prendas; en la cual el animador o docente le pide a los integrantes del grupo que formen dos equipos de la misma cantidad y que escojan un nombre para llamar su equipo en la competencia, ahora cada equipo formara una fila con los pies bien abiertos. La carrera consiste en que el docente pedirá una prenda (ejemplo; un reloj) para ponerla en la meta es únicamente el primero de cada fila, no sin antes haber pasado por debajo de las piernas de su grupo.
Material	aula con espacio amplio y prendas de los mismos compañeros.
Forma de la dirección de los alumnos	La actividad se realizara dentro del salón de clases lo cual se les pedirá al grupo poner atención a las instrucciones dadas por el docente
Forma de evaluar	Para evaluar esta actividad los alumnos realizaran una serie de opiniones de cómo se sintieron al realizarla y si lograron el objetivo deseado.
Lugar y tiempo	La actividad será realizada en el aula de clases por lo cual no se requiere ningún otro lugar diferente, basta con que el aula se a amplia para moverse como ellos lo requieran, el tiempo lo

	determina el docente al momento de la aplicación de la actividad.
--	---

1.-NOMBRE DE LA TÉCNICA:	A moler café
2.-TIPO DE TÉCNICA:	integración
3.-HISTORIA:	Paulo Freire nos menciona la importancia de las técnicas o dinámicas grupales que se llevan a cabo tal vez para una buena comunicación, integración o simplemente el hecho de hacer amena la clase para que ellos se sientan bien y sin estrés.
4.-OBJETIVO DE LA TÉCNICA:	El alumno aprenderá a trabajar con sus compañeros mediante una técnica la cual ayudara a su integración y motivación de manera grupal y divertida.
5.-DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA:	La técnica consiste en que los alumnos puedan integrarse y también poder motivarlos a la hora de iniciar la clase o bien al finalizarla para que se sientan más tranquilos y con menos estrés.
6.-A QUIÉN VA DIRIGIDO:	Desde primaria hasta bachillerato
7.-INSTRUCCIONES:	1. El profesor se presentara con el grupo dará las instrucciones de la técnica que llevara a cabo con el

	<p>grupo para poder lograr una integración grupal, la técnica tendrá por nombre “a moler café”.</p> <p>2. Se pide les indicara a los alumnos como deben de formarse ya sea en círculo, hilera, etc. Ya hecho esto debe de pedir a los alumnos que se tomen de las manos. El docente llevara a cabo ejemplos de cómo deben de realizar la actividad</p> <p>3. La actividad comenzara con la siguiente canción:</p> <p>Por qué nos gusta la adrenalina No sé porque Pero por que nos gusta la adrenalina No sé porque A moler café A moler café A moler, a moler, a moler café. (Movimientos corporales)</p>
8.-MATERIAL:	No se requiere de ningún material.
9.-DIVISIÓN DE GRUPOS:	Un solo circulo grupal
10.-FORMA DE EVALUAR:	cualitativa
11.-LUGAR Y TIEMPO:	Lugar: salon Tiempo: El docente puede llevar esta actividad de 5 o 10 minutos.

NOMBRE DE LA TÉCNICA	El cartero
TIPO DE LA TÉCNICA	Integración
HISTORIA	Esta actividad fue realizada y pensada con el fin de que los alumnos logren una interacción sana con sus demás compañeros y evitar cualquier tipo de fricción que se llegue a suscitar dentro del salón de clases.
OBJETIVO	El alumno mediante el juego formará lazos con sus compañeros de clase, para así crear un ambiente armónico dentro del aula de clases.
DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA	La actividad lleva por nombre "El cartero"; en la cual se pide que los integrantes se acomoden en un círculo junto con sus sillas, dejando a un compañero de pie y al centro de este círculo. Este compañero es el que iniciará el juego siendo él el cartero y seleccionará a ciertos compañeros para que pasen al centro con él diciendo: "HAY CARTA PARA..." basándose en el color de alguna prenda que lleven o alguna otra característica que el note, una vez terminada la selección el cartero gritará "CORRESPONDENCIA ENTREGADA" y los compañeros que estén de pie correrán a buscar un lugar para sentarse dejando a otra persona de pie y así continuar con la actividad.

DIRIGIDA A..	Esta actividad está dirigida a alumnos a partir de los 7 años de edad, ya que los alumnos a esta edad ya comprenden las instrucciones que el maestro les va a dar.
INSTRUCCIONES	Para comenzar el maestro se presenta brevemente con el grupo, y a continuación comienza a dar las instrucciones de dicha actividad, con la cual se pretende integrar al grupo. La actividad lleva por nombre "El cartero"; en la cual se pide que los integrantes se acomoden en un círculo junto con sus sillas, dejando a un compañero de pie y al centro de este círculo. Este compañero es el que iniciará el juego siendo él el cartero y seleccionará a ciertos compañeros para que pasen al centro con él diciendo: "HAY CARTA PARA..." basándose en el color de alguna prenda que lleven o alguna otra característica que el note, una vez terminada la selección el cartero gritará "CORRESPONDENCIA ENTREGADA" y los compañeros que estén de pie correrán a buscar un lugar para sentarse dejando a otra persona de pie y así continuar con la actividad.
MATERIAL	Sillas y espacio o aula donde se realizará la actividad.
FORMA DE LA DIRECCIÓN DE LOS ALUMNOS	La actividad se realizará dentro del salón de clases, se les pedirá a los alumnos que pongan atención a las instrucciones que se les darán para realizar la actividad.
FORMA DE EVALUAR	Los alumnos serán evaluados mediante una lluvia de ideas en la cual expresarán como se sintieron durante la actividad y si les fue de su agrado.
LUGAR Y TIEMPO	La actividad se realizará dentro del aula de clases ya que solo se requiere un espacio amplio para moverse y la actividad no tiene un tiempo estimado, ya que el docente es quien decidirá en qué momento se terminará la actividad.

<i>NOMBRE:</i>	El caldo y la sopa	
<i>OBJETIVO:</i>	Romper la timidez entre los participantes, poniendo en práctica el trabajo colaborativo para poder cumplir la meta.	
<i>TIPO DE TÉCNICA</i>	Romper el hielo, Trabajo en equipo.	
<i>DESCRIPCIÓN:</i>	Los alumnos serán divididos en 2 equipos, para poder competir para ver quién es el equipo más veloz y eficaz al completar una serie retos.	
<i>MATERIAL:</i>	Papelitos con el nombre de los retos, campana y bolsa.	
<i>FORMA DE EVALUAR:</i>	Cualitativa De acuerdo a la participación y disposición que desempeñen los integrantes.	
<i>LUGAR:</i>	Aula de clases	TIEMPO: De 10 A 15 Min.
<i>INSTRUCCIONES:</i>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Formar 2 equipos equitativos ✓ Se pondrán de pie, en los cuales los integrantes de cada equipo abrirán las piernas para que cada participante, valla a gatas hasta terminar con todos y poder tocar la campana, para que posteriormente saque un papelito de la bolsa e interprete lo que dice. ✓ Decirles que se hará una competencia para ver qué equipo es más veloz y eficaz al completar una serie de retos ✓ Los retos se irán indicando conforme se vayan cumpliendo, uno por uno. ✓ Al final se les pregunta a los participantes cómo se sintieron. 	
<i>DIRIGIDA A:</i>	Todo Público.	
<i>FORMA DE DIRECCIÓN DE LOS ALUMNOS:</i>	La persona a cargo indicará la organización del grupo, al igual que lo que se deberá realizar en cada reto.	
<i>HISTORIA:</i>	No se encontró.	

NOMBRE DE LA TÉCNICA	“A quien le gusta quien “
TIPO DE LA TÉCNICA	Personalidad y autoestima
HISTORIA	Esta actividad fue realizada y pensada con el fin de que se genere empatía con los alumnos del aula, y con ello logren una interacción entre si sana y armónica. Además, se darán cuenta que no todo pasa por lo físico. A su vez, cuando a cada uno le llegue el turno de escuchar sus cualidades, se sentirá muy contento. Incluso sorprendido de conocer aspectos de sí que otros valoran como positivos.
OBJETIVO	El alumno mediante la actividad generara un ambiente de empatía con sus compañeros dentro del aula de clases.
DESCRIPCIÓN DE LA TÉCNICA	La actividad lleva como nombre, “a quien le gusta quien”, con la finalidad de generar empatía con los compañeros, se pide que todos los integrantes se desplacen como mejor les acomode en todo el espacio del aula, (sentados, parados, acostados etc.) a continuación el profesor pasara a entregarles a cada participante una hoja con el nombre de un compañero. Cada uno debe escribir tres cosas que más les gusta de esa persona, todos tienen que elegir tres características físicas o personales que le guste del compañero que le ha tocado (3 min). Luego el maestro dará la indicación

	que cada integrante pase a leer en voz alta cada uno de los atributos de sus compañeros.
DIRIGIDA A...	Esta actividad está dirigida principalmente para los alumnos de secundaria, prepa y universidad. Entre los 12- 20 años, a esta edad los alumnos les importan mucho su físico y lo que piensen los demás de ellos.
INSTRUCCIONES	<p>Al inicio de la clase el maestro se presenta brevemente con el grupo, posteriormente da las instrucciones de la actividad, el cual lleva por nombre "a quien le gusta quien" con la finalidad de generar empatía con los compañeros, se pide que todos los integrantes se desplacen como mejor les acomode en todo el espacio del aula, (sentados, parados, acostados etc.) a continuación el profesor pasara a entregarles a cada participante una hoja con el nombre de un compañero. Cada uno debe escribir tres cosas que más les gusta de esa persona, todos tienen que elegir tres características físicas o personales que le guste del compañero que le ha tocado (3 min). Luego el maestro dará la indicación que cada integrante pase a leer en voz alta cada uno de los atributos de sus compañeros.</p> <p>El pedir que mencionen tres aspectos que les gusten, les ayudara a ver que todos tienen algo positivo y agradable.</p>
MATERIAL	En esta actividad nada más se requiere de material por parte de los alumnos una pluma o lápiz, ya que el docente proporcionara las hojas.
FORMA DE LA DIRECCIÓN DE LOS ALUMNOS	la actividad se realizará dentro del salón de clases, se les pedirá a los alumnos que pongan atención a las instrucciones que se les darán para realizar la actividad.

FORMA DE EVALUAR	Los alumnos serán evaluados desde el inicio de la actividad, respeto, actitud y para finalizar una lluvia de ideas.
LUGAR Y TIEMPO	La actividad se realizará dentro del aula de clases ya que solo se requiere un espacio para que ellos se acomoden, la actividad tarda aproximadamente 10- 15 min.

Nombre de la técnica: El navío cargado de...	Tipo de técnica: Comunicación
Historia	
En nuestra condición de seres sociales, las personas necesitamos comunicarnos. La comunicación permite transmitir información e intercambiar o compartir ideas, lo que enriquece la experiencia humana.	
Objetivo	
Mejorar, desarrollar la comunicación o interacción entre los miembros del grupo.	
Descripción	
Los alumnos se conocen entre sí, dando a relucir sus experiencias positivas y negativas	
Edad: De 16 años en adelante	Material: Una pelota o una botella y una silla
Lugar: Salón de clases o patio escolar	Tiempo: 30 minutos
Instrucciones	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Se lanza la pelota al aire y al que le caiga le toca sentarse en el centro del círculo y narra sus vivencias positivas, 2. Posteriormente este le tira la pelota a uno de los miembros del grupo que no ha participado y así sucesivamente, 3. Cuando se da la vuelta completa, es decir, cuando todos han narrado sus vivencias, se pide que se repita la operación, pero con una vivencia negativa. 	
Forma de evaluar: Cualitativa con la participación, disposición de los alumnos.	

Conclusión:

Después de estas recomendaciones prácticas, podemos plantearnos ahora cuáles son las técnicas más utilizadas. Se presenta una visión de conjunto de varias técnicas grupales. Las técnicas que aquí se presentan pueden complementarse o combinarse entre sí, dependiendo del grupo, del tiempo disponible, etc.

Para aplicar dinámicas grupales, debemos tener en cuenta:

En cada caso concreto hay que adaptarlas y recrearlas de acuerdo a las circunstancias o situación o problema que se confronta y, especialmente, de acuerdo a las características del grupo. El saber elegir técnicas adaptadas a las circunstancias es la forma más eficaz de utilizarlas.

Ninguna técnica puede aplicarse en toda circunstancia, por lo cual es muy recomendable “no aficionarse” a una o dos técnicas que se conocen y se saben aplicar con eficacia; para cada caso hay que buscar la o las técnicas más adecuadas.

Nunca hay que aplicarlas de manera rutinaria o ritual.

Los objetivos que se persiguen:

- La madurez y entrenamiento del grupo
- El tamaño del grupo
- Según el ambiente físico
- Las características del medio externo
- Las características de los miembros
- La capacidad del animador/a

Teniendo en cuenta estos objetivos para lograr llegar a cumplirlos y esto ayudara a facilitar nuestro trabajo y generar un mejor ambiente de convivencia por todos los miembros del grupo que participan.