

Dinámicas de grupo.



Tolo Berrocal
Curso 2025-2026



INTRODUCCIÓN

Los primeros días de curso son mucho más que un trámite para organizar horarios o repartir materiales. Son un momento clave en el que se ponen las bases de la convivencia, la motivación y la confianza mutua. Como señalan los estudios sobre clima de aula, *un grupo que se siente seguro y conectado aprende más y mejor* (Jennings & Greenberg, 2009).

Invertir tiempo en dinámicas de cohesión no significa perder horas de contenido, sino ganar terreno en todo el proceso de aprendizaje. Un ambiente en el que el alumnado se conoce, se respeta y comparte metas comunes favorece la participación activa, reduce la aparición de conflictos y promueve un sentimiento de pertenencia esencial en la etapa escolar (Cohen, McCabe, Michelli & Pickeral, 2009).

Este dossier reúne **25 dinámicas de inicio de curso** que pueden aplicarse de manera flexible en quinto de primaria (y adaptarse fácilmente a otros niveles). Están organizadas en cuatro bloques progresivos:

PRESENTACIÓN Y CONOCIMIENTO: ROMPER EL HIELO Y EMPEZAR A DESCUBRIR AFINIDADES

- En los primeros encuentros, el alumnado necesita sentirse visible y reconocido. Las dinámicas de presentación permiten que cada niño o niña dé a conocer aspectos de su identidad —gustos, intereses, experiencias— y, al mismo tiempo, descubra afinidades con sus compañeros. Este primer paso ayuda a reducir la ansiedad del inicio de curso, fomenta la curiosidad por los demás y empieza a tejer las primeras conexiones que sostendrán la convivencia.

COHESIÓN Y CONFIANZA: FORTALECER VÍNCULOS Y GENERAR SEGURIDAD MUTUA

- Conocerse no es suficiente: para que un grupo funcione, hace falta aprender a confiar. Las actividades de cohesión ponen en juego la cooperación, la ayuda mutua y el respeto por los ritmos y aportaciones de cada persona. El alumnado experimenta que no está solo, que sus compañeros lo sostienen y que juntos pueden superar retos. De este modo, la clase empieza a convertirse en un espacio seguro donde arriesgarse, equivocarse y volver a intentarlo sin miedo.

COMUNICACIÓN Y ESCUCHA: DESARROLLAR HABILIDADES PARA EXPRESARSE Y COMPRENDERSE

- Un grupo cohesionado necesita comunicarse bien. Estas dinámicas ponen el foco en la palabra y en el gesto: escuchar con atención, expresarse con claridad, respetar turnos y captar no solo lo que se dice, sino también lo que se siente. Trabajar la comunicación desde el juego ayuda a prevenir malentendidos y a fomentar una cultura de diálogo que será clave durante todo el curso.

IDENTIDAD GRUPAL: CONSTRUIR UNA VISIÓN COMPARTIDA DE LO QUE EL GRUPO QUIERE SER

- Finalmente, la identidad del grupo se consolida cuando los alumnos empiezan a verse como un “nosotros” y no solo como un conjunto de individuos. Las actividades de identidad invitan a proyectar metas comunes, elegir valores que los representen y crear símbolos que refuercen la pertenencia. Esto convierte la clase en una comunidad con propósito, donde cada alumno reconoce que aporta algo valioso y que juntos pueden lograr más de lo que harían por separado.



Cada dinámica incluye una descripción detallada, sus beneficios, posibles inconvenientes con estrategias para paliarlos, y variantes que permiten ajustarla al contexto.

No se trata de hacerlas todas de golpe, sino de seleccionar las más adecuadas para el grupo y el momento. El objetivo es claro: **que los primeros días de clase no solo sirvan para aprender nombres, sino para empezar a construir una comunidad de aprendizaje cohesionada, motivada y con ganas de crecer juntos.**

PERTENENCIA, CLIMA Y PREVENCIÓN DE LA EXCLUSIÓN

Uno de los mayores beneficios de dedicar tiempo a estas dinámicas es que **alimentan el sentimiento de pertenencia al grupo**. El alumnado deja de sentirse un extraño en un aula nueva y pasa a verse como parte de una comunidad con espacio para todos. Este sentido de pertenencia se ha vinculado en la investigación con un mayor bienestar emocional y un mejor rendimiento académico, porque los niños aprenden mejor cuando se sienten aceptados y valorados (Goodenow, 1993).

Además, estas actividades **mejoran de forma directa el clima del aula**: reducen tensiones, generan confianza y hacen que el día a día se viva en un ambiente más positivo. Cuando el alumnado se conoce, coopera y se escucha, disminuye la probabilidad de conflictos graves y aumenta la disposición a trabajar juntos hacia objetivos comunes.

Por otra parte, al visibilizar las diferencias y poner en valor las aportaciones únicas de cada persona, las dinámicas funcionan también como una **herramienta preventiva frente a la discriminación y la marginación social**. Los niños y niñas comprueban que todos tienen algo que aportar —una historia, una cualidad, un talento— y que esas diferencias enriquecen al grupo. De este modo, se refuerza la inclusión y se construye un clima en el que nadie queda fuera.

En definitiva, las dinámicas que encontrarás en este dossier no son un añadido anecdótico, sino un **pilar para construir una clase cohesionada, segura e inclusiva**. Son la inversión inicial que hace posible que el resto del curso se desarrolle sobre bases sólidas de respeto, confianza y colaboración.



BLOQUE: PRESENTACIÓN Y CONOCIMIENTO

ENTREVISTAS CRUZADAS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se organiza al grupo en parejas. Cada alumno recibe una pequeña guía de preguntas (pueden estar escritas en la pizarra, proyectadas o entregadas en una hoja). Durante unos minutos, un alumno entrevista a su compañero con preguntas sencillas: nombre, aficiones, color favorito, un recuerdo del verano, un sueño para el curso... Después, se intercambian los roles.

Tras este tiempo, cada alumno presenta al resto de la clase lo que ha aprendido de su compañero. Lo ideal es que no lo repitan como un listado, sino que lo cuenten con cierta personalización: “Os presento a Paula, le gusta mucho el baloncesto y dice que quiere aprender a dibujar mejor este año”.

El docente modera la ronda de presentaciones y, si el grupo es muy grande, puede hacerse en subgrupos o seleccionando algunos voluntarios para compartir.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Conocimiento mutuo:** permite que todos aprendan algo sobre alguien, incluso de compañeros con los que no suelen hablar.
2. **Escucha activa y empatía:** el alumno debe prestar atención a su compañero para luego transmitirlo bien.
3. **Ruptura de timidez:** es más fácil presentarse a través de otro que hablar directamente de uno mismo.
4. **Valor de la diversidad:** se visibilizan gustos y aficiones que enriquecen al grupo.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Nervios al hablar en público:** algunos alumnos pueden sentirse inseguros al presentar a otro.
✓ Solución: dar frases modelo de presentación (“Os presento a ____, lo que más le gusta es ____”). Ofrecer la opción de leer lo escrito en lugar de improvisar.



- **Desigual implicación:** puede ocurrir que un alumno pregunte mucho y el otro poco.
✓ Solución: marcar tiempo cronometrado para cada rol y recordar que ambos deben preguntar y responder.
- **Riesgo de información superficial o repetida:** si todos preguntan lo mismo, las presentaciones pueden resultar poco originales.
✓ Solución: incluir preguntas abiertas y variadas (ej.: "Si pudieras tener un superpoder, ¿cuál sería?").

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Entrevista con rol de periodista:** se les da una cartulina a modo de "micrófono" y deben simular una entrevista periodística.
2. **Entrevista ilustrada:** en lugar de solo apuntar respuestas, deben hacer un pequeño dibujo que represente a su compañero (un balón si le gusta el fútbol, un libro si le gusta leer...).
3. **Presentación en tríos:** en vez de parejas, se hacen tríos para que la presentación sea menos directa y la presión se reparta.
4. **Entrevista exprés (speed dating):** rotan cada pocos minutos y entrevistan a varios compañeros, pero sin presentación final en público, solo compartiendo qué les sorprendió más.

QUIÉN COINCIDE CONMIGO

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El docente prepara una lista de afirmaciones sencillas y variadas que los alumnos puedan responder con un "sí" o "no". Ejemplos:

- "Me gusta la pizza."
- "Tengo una mascota en casa."
- "Me encanta leer cómics."
- "He viajado en avión alguna vez."
- "Me gusta el baloncesto."



La dinámica se desarrolla con el grupo de pie. El profesor lee una afirmación y quienes coinciden con ella dan un paso adelante, levantan la mano o se colocan en otro lugar del aula previamente acordado. Los demás permanecen en su sitio.

El proceso se repite con varias afirmaciones. Es recomendable empezar con cuestiones muy fáciles y universales para generar confianza, e introducir poco a poco afirmaciones más variadas y originales.

Cierre posible: pedir que compartan en voz alta algo que les haya sorprendido, o destacar cómo en algunas cosas somos parecidos y en otras diferentes.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Rapidez y dinamismo:** en pocos minutos se logran varias interacciones sin necesidad de material.
2. **Visibilización de afinidades:** los alumnos descubren qué compañeros comparten sus gustos, lo que abre la puerta a futuras conversaciones.
3. **Normalización de la diversidad:** se observa que no todos responden igual y eso también es positivo.
4. **Ruptura de la timidez inicial:** como la acción es física (dar un paso, levantar la mano), no requiere hablar mucho, lo que facilita la participación.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Alumnos que rara vez coinciden con los demás:** pueden sentirse excluidos si pocas veces dan un paso adelante.
✓ Solución: preparar afirmaciones que abarquen una gran variedad de experiencias para asegurar que todos coincidan alguna vez; reforzar verbalmente el valor de la diferencia.
- **Riesgo de distracción o desorden:** el movimiento constante puede derivar en ruido y pérdida de atención.
✓ Solución: marcar un gesto concreto para indicar la coincidencia (ej.: dar un paso, levantar la mano) y pedir silencio entre cada afirmación.
- **Participación pasiva:** algunos alumnos pueden limitarse a seguir sin pensar demasiado.
✓ Solución: intercalar preguntas más personales o reflexivas que obliguen a elegir conscientemente (ej.: "Prefiero trabajar en grupo antes que solo").

◇ POSIBLES VARIANTES



1. **Afirmaciones propuestas por los alumnos:** después de unas rondas, son ellos quienes inventan afirmaciones para el grupo.
2. **Coincidencias por zonas:** en lugar de dar un paso, se dividen en dos áreas del aula (sí/no, me gusta/no me gusta).
3. **Coincidencias temáticas:** centrar las frases en un bloque (ej.: “Lo que me gusta comer”, “Mis hobbies”, “Lo que espero de este curso”).
4. **Coincidencias encadenadas:** tras coincidir, dos o tres alumnos comentan brevemente por qué.

TELARAÑA DE LANA

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se colocan todos los alumnos en círculo. El docente tiene un ovillo de lana (o hilo grueso). El primero que habla sostiene el ovillo, dice su nombre y una información breve que lo represente (un gusto, una afición, un deseo para el curso). Después, mantiene sujeto un extremo de la lana y lanza el ovillo a otro compañero.

El alumno que recibe el ovillo repite el proceso: dice su nombre + algo que lo represente, sujeta un trozo de lana y lanza el ovillo a otro. Se continúa hasta que todos hayan participado. Al final, se forma una red de lana en el centro del círculo.

El docente puede cerrar la actividad destacando el simbolismo: todos estamos conectados, la fuerza del grupo depende de cada uno, y aunque somos diferentes, juntos formamos una red.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Visualización del grupo como red:** la imagen de la telaraña refuerza la idea de interdependencia.
2. **Participación garantizada:** todos intervienen al menos una vez, lo que asegura que todas las voces se escuchen.
3. **Fomento del respeto:** escuchar en silencio al compañero mientras habla refuerza la atención mutua.
4. **Impacto emocional:** la metáfora visual del grupo unido queda grabada en la memoria.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS



- **Duración en grupos grandes:** puede alargarse y perder ritmo si hay muchos alumnos.
✓ Solución: limitar el tiempo de intervención (ej.: “nombre + una palabra que te represente”) o dividir al grupo en dos subcírculos.
- **Nervios al hablar en público:** algunos pueden bloquearse.
✓ Solución: permitir respuestas muy sencillas (color favorito, un animal que les guste) y dar ejemplos al inicio.
- **Riesgo de enredos físicos con la lana:** la cuerda puede enrollarse o desorganizarse.
✓ Solución: usar hilo grueso y dar la instrucción clara de sujetar un extremo fijo antes de lanzar el ovillo.

◆ POSIBLES VARIANTES

1. **Telaraña temática:** en lugar de decir cualquier dato, se pide algo relacionado con el curso (ej.: “un objetivo para este año”, “algo que quiero aportar al grupo”).
2. **Telaraña de agradecimientos:** se lanza el ovillo mencionando una cualidad positiva de la persona a quien se lo entregan.
3. **Telaraña de recuerdos:** cada alumno comparte un recuerdo positivo de la escuela o del verano.
4. **Telaraña final del trimestre:** se repite la actividad al terminar un trimestre para comparar cómo ha cambiado el grupo.

BINGO DE LOS AMIGOS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se entrega a cada alumno una hoja con una cuadrícula tipo “bingo” (puede ser de 4x4 o 5x5 casillas). En cada casilla hay una característica, experiencia o gusto, como por ejemplo:

- “Tiene un hermano mayor.”
- “Le gusta el chocolate.”
- “Ha viajado fuera de la isla.”



- “Sabe montar en bicicleta.”
- “Le gusta leer cómics.”

La tarea consiste en recorrer el aula preguntando a los compañeros hasta encontrar a alguien que cumpla con lo que pone en cada casilla. Cuando lo consiguen, el compañero firma o escribe su nombre en esa casilla. El objetivo no es tanto completar todo el bingo, sino hablar con muchas personas distintas.

La actividad se cierra con una puesta en común: cada alumno comparte en voz alta un dato curioso que haya descubierto de un compañero.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Interacción múltiple:** cada alumno habla con muchos compañeros en poco tiempo.
2. **Diversión garantizada:** la dinámica de búsqueda engancha y motiva.
3. **Visibilización de coincidencias:** se descubren afinidades inesperadas.
4. **Rompe barreras:** facilita que se mezclen alumnos que normalmente no interactuarían.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Algunos buscan siempre a los mismos amigos:** riesgo de que no hablen con todo el grupo.
✓ Solución: dar la consigna de que no se puede repetir firma de un mismo compañero más de una vez.
- **Dificultad para completar el tablero:** si las casillas son demasiado específicas, algunos no logran llenar muchas.
✓ Solución: incluir afirmaciones variadas y asequibles, con mezcla de cosas comunes y algunas más especiales.
- **Excesivo ruido y desorden en el aula:** la dinámica es muy activa y puede descontrolarse.
✓ Solución: marcar un tiempo limitado (ej.: 10 minutos), recordar normas de volumen y dar señal clara de inicio y final.

◇ POSIBLES VARIANTES



1. **Bingo temático:** enfocado en un tema concreto (ej.: aficiones deportivas, gustos de lectura, recuerdos del verano).
2. **Bingo de retos:** en vez de datos, cada casilla contiene una mini-prueba (ej.: “cuenta un chiste”, “haz un dibujo rápido”).
3. **Mini-bingo (3x3):** versión reducida para grupos más pequeños o cuando se dispone de menos tiempo.
4. **Bingo silencioso:** en vez de hablar, solo se comunican con gestos (ideal como reto divertido y para trabajar la expresión no verbal).

LA MALETA VIAJERA

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Cada alumno recibe una hoja con el dibujo de una maleta o, en su defecto, simplemente un folio en blanco donde debe “llenar su maleta” con palabras, dibujos o símbolos que representen cosas que quiere llevar consigo para este nuevo curso.

Las consignas pueden ser:

- Algo que me gusta mucho.
- Algo que me hace feliz.
- Algo que quiero aprender este curso.
- Una cualidad personal que me define.

Una vez completada la “maleta”, los alumnos pueden compartir su contenido en parejas, en pequeños grupos o, si se desea, en gran grupo seleccionando un elemento que quieran explicar. Las maletas se pueden exponer en el aula como mural de bienvenida al curso.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Autoconocimiento y expresión personal:** permite que cada alumno reflexione sobre sí mismo.
2. **Visibilización de expectativas y motivaciones:** el docente puede conocer mejor las ilusiones e intereses del grupo.



3. **Intercambio simbólico:** al compartir sus “objetos”, los alumnos sienten que aportan algo de sí mismos al grupo.
4. **Clima positivo de inicio:** genera ilusión y sentido de pertenencia al aula.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Dificultad para expresarse en el dibujo o escritura:** algunos alumnos pueden frustrarse si no saben dibujar o redactar bien.
✓ Solución: ofrecer libertad de formato (palabras, símbolos, colores, recortes de revista) y remarcar que lo importante es el significado, no la calidad artística.
- **Tiempo elevado si todos comparten en gran grupo:** puede hacerse largo y perder ritmo.
✓ Solución: organizar la puesta en común en parejas o grupos de 4, y luego destacar 2–3 aportaciones en plenario.
- **Posibles comparaciones negativas:** algún alumno puede sentirse inseguro al ver lo que hacen otros.
✓ Solución: insistir en que cada maleta es única y no hay respuestas “mejores” o “peores”.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Maleta colectiva:** en lugar de individuales, el grupo completa entre todos una gran maleta en mural con lo que quieren llevar como clase.
2. **Maleta de emociones:** los alumnos eligen emociones que quieren vivir durante el curso y las representan como objetos que meten en la maleta.
3. **Maleta del futuro:** imaginarse qué pondrán en su maleta al terminar el curso (aprendizajes, logros, amistades).
4. **Maleta de viaje real:** conectar la dinámica con un viaje ficticio (ej.: “nos vamos a un campamento”, “viajamos a un lugar nuevo”), para darle un aire más narrativo.

LÍNEA DE LA VIDA ESCOLAR

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA



En la pizarra, en una cartulina larga o en un mural, el docente dibuja una línea horizontal que simboliza la “vida escolar”. Cada alumno recibe una tarjeta o pos-it donde debe escribir o dibujar un recuerdo escolar significativo. Puede ser:

- Un momento divertido.
- Algo que aprendió y le marcó.
- Una excursión o actividad especial.
- Una persona que le ayudó.

Cuando todos tienen su tarjeta, pasan a colocarla en la línea en el lugar que corresponda aproximadamente (inicio, medio, actual). Después, se leen algunos recuerdos voluntariamente.

El cierre consiste en reflexionar sobre cómo todos venimos con experiencias distintas y cómo esas vivencias influyen en lo que somos hoy como grupo.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Compartir experiencias personales:** los alumnos se sienten escuchados y reconocidos.
2. **Refuerzo de la memoria colectiva:** aparecen puntos en común (excursiones, juegos, maestros) que generan identidad compartida.
3. **Construcción de narrativas positivas:** ayuda a conectar el pasado con el presente y a visualizar el grupo como parte de una historia en marcha.
4. **Valor emocional:** fomenta empatía al escuchar experiencias significativas de otros.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Posibles recuerdos negativos o sensibles:** algún alumno puede mencionar un momento triste o conflictivo.
✓ Solución: dar la instrucción previa de centrarse en recuerdos positivos o neutros; si alguien comparte algo delicado, acogerlo con respeto sin profundizar.
- **Tiempo prolongado si todos cuentan su recuerdo:** puede hacerse demasiado largo.
✓ Solución: organizar la puesta en común en pequeños grupos y después pedir 2–3 ejemplos para compartir en gran grupo.



- **Dificultad para ubicar recuerdos en la línea:** algunos no sabrán en qué momento situarlo.
✓ Solución: aclarar que no es necesario ser exacto; basta con colocarlo “más al principio”, “más al medio” o “más cerca de ahora”.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Línea del verano:** en lugar de experiencias escolares, se comparten recuerdos del verano pasado.
2. **Línea del futuro:** los alumnos colocan deseos o metas que les gustaría alcanzar en el curso, situándolos en distintos momentos del año.
3. **Línea colectiva:** se construye entre todos una sola narrativa (“nuestros mejores momentos en primaria hasta ahora”).
4. **Línea visual:** en vez de tarjetas con texto, pueden usar dibujos, iconos o fotos aportadas desde casa.

CONSTRUCCIÓN CON LEGO O PIEZAS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

En pequeños grupos (4–5 alumnos), se reparten piezas de Lego, bloques de construcción o material similar. La consigna es clara: **crear una figura que represente a su equipo o a la clase**. No hay instrucciones específicas sobre cómo debe ser, lo importante es el simbolismo.

Al finalizar, cada grupo explica su construcción al resto, describiendo qué significa cada elemento o por qué eligieron esa forma. La producción puede quedar expuesta como símbolo del inicio de curso.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Trabajo en equipo desde el primer momento:** obliga a negociar y cooperar.
2. **Expresión simbólica:** fomenta la creatividad y la reflexión colectiva.
3. **Visibilidad de roles naturales:** emergen líderes, mediadores y organizadores.
4. **Refuerzo positivo:** el producto final se convierte en recuerdo tangible del grupo.



◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Alumnos que imponen demasiado sus ideas:** riesgo de conflictos por liderazgo.
✓ Solución: marcar que todas las ideas deben estar representadas en la construcción, aunque sea con pequeños detalles.
- **Falta de piezas suficientes:** puede generar frustración.
✓ Solución: limitar el tamaño de las construcciones; animar a usar la creatividad para suplir carencias.
- **Tiempo de ejecución largo:** pueden dispersarse si no hay límite de tiempo.
✓ Solución: dar un cronómetro claro (15–20 minutos) y avisar de los tiempos intermedios.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Construcción individual:** cada alumno hace una mini-creación que luego se une en una gran estructura común.
2. **Construcción temática:** por ejemplo, “una escuela ideal”, “cómo queremos que sea nuestra clase este curso”.
3. **Construcción por turnos:** cada miembro añade una pieza por orden, sin hablar, fomentando coordinación no verbal.
4. **Construcción ciega:** uno da las instrucciones con los ojos cerrados y otro coloca las piezas siguiendo lo que oye.

RETRATO LOCO

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Los alumnos se colocan por parejas. Uno hace de “describiente” y el otro de “dibujante”. El describiente debe contar cómo es físicamente su compañero, pero **sin que el dibujante lo mire directamente** (puede estar de espaldas o mirando al frente). El dibujante, basándose solo en la descripción oral, hace un retrato rápido en papel.

Al terminar, se comparan los dibujos con la realidad. Lo divertido no es que el dibujo sea exacto, sino la experiencia de describir y escuchar con atención. Se cierra reflexionando sobre la importancia de comunicarse de forma clara.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO



1. **Trabajo de escucha activa:** el dibujante depende de las indicaciones verbales.
2. **Fortalecimiento de vínculos:** la risa compartida rompe la tensión inicial.
3. **Valoración de la comunicación:** muestra cómo los malentendidos son naturales y divertidos.
4. **Reducción de la timidez:** se centra en el humor y la creatividad, no en la perfección.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Alumnos que no saben dibujar bien:** pueden sentirse ridiculizados.
✓ Solución: remarcar que no importa la calidad, sino la gracia de la interpretación.
- **Posible burla hacia compañeros:** riesgo de comentarios negativos sobre el resultado.
✓ Solución: establecer normas de respeto y presentar el dibujo como un juego, no como un juicio.
- **Tiempo desigual entre parejas:** algunos terminan antes que otros.
✓ Solución: dar tiempo máximo de 10 minutos y ofrecer variantes (ej.: hacer un segundo retrato con roles invertidos).

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Autorretrato descrito:** cada alumno describe cómo cree que es, y el compañero lo dibuja.
2. **Retrato exprés:** en 1 minuto deben hacer un dibujo muy rápido sin tiempo de perfeccionar.
3. **Retrato encadenado:** cada alumno dibuja una parte (cabeza, cuerpo, brazos...) y se unen al final.
4. **Galería de arte:** se exponen los retratos en la pared como un mural humorístico de bienvenida.

EL OBJETO QUE ME REPRESENTA

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Cada alumno busca en su mochila, estuche o en la propia aula un objeto que lo represente de alguna manera. Puede ser algo que le guste, que use mucho o que simbolice una parte de su personalidad (ej.: un libro porque le gusta leer, un balón porque le encanta el deporte, un color porque le hace sentir bien).



Después, en círculo, cada alumno muestra su objeto y explica en una frase por qué lo eligió. La actividad es rápida y permite que todos se expresen sin necesidad de preparar nada complejo.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Conexión personal inmediata:** el objeto se convierte en excusa para hablar de sí mismo.
2. **Conocimiento mutuo desde lo cotidiano:** se descubren intereses comunes de manera natural.
3. **Facilidad de participación:** incluso los más tímidos encuentran sencillo hablar de un objeto.
4. **Clima positivo:** genera curiosidad y rompe la tensión inicial.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Alumnos que no encuentren objeto adecuado:** pueden bloquearse.
✓ Solución: permitir elegir cualquier cosa del estuche o incluso de la mesa (un color, un lápiz).
- **Explicaciones muy superficiales:** algunos pueden limitarse a “porque sí”.
✓ Solución: dar ejemplos de respuestas más elaboradas antes de empezar.
- **Riesgo de comparaciones:** algunos objetos pueden parecer más “interesantes” que otros.
✓ Solución: remarcar que lo importante es el significado personal, no el objeto en sí.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Objeto imaginario:** en vez de real, describen un objeto inventado que los represente.
2. **Objeto de casa:** pedir que al día siguiente traigan de casa un objeto con valor personal.
3. **Objeto compartido:** los grupos pequeños eligen un objeto común que los represente como equipo.
4. **Objeto dibujado:** si no tienen ninguno a mano, pueden dibujar en un papel el objeto que los simbolice.



BLOQUE: COHESIÓN Y CONFIANZA

CÍRCULO DE CONFIANZA

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se forman grupos de 6 a 8 alumnos. Uno de ellos se coloca en el centro, de pie, con los ojos cerrados y el cuerpo relajado. Los demás forman un círculo a su alrededor, ligeramente separados, con las manos preparadas. El alumno del centro se deja caer suavemente en distintas direcciones, y el grupo lo sostiene y lo devuelve al centro con cuidado.

El docente debe dar unas normas muy claras antes de empezar:

1. Siempre sostener con firmeza y cuidado, sin empujar.
2. No cerrar demasiado el círculo para evitar tropiezos.
3. El que está en el centro debe mantenerse rígido como un “tronco” y no mover los pies.

Después de varios turnos, los alumnos pueden comentar cómo se han sentido en el centro y cómo se sintieron sosteniendo a sus compañeros.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Refuerza la confianza mutua:** el alumno experimenta que sus compañeros lo sostienen y no lo dejan caer.
2. **Crea un clima de seguridad:** sentir que se puede “descansar” en el grupo fomenta la pertenencia.
3. **Fomenta la responsabilidad compartida:** todos son igualmente importantes para que la dinámica funcione.
4. **Promueve la empatía:** ponerse en el lugar del que está en el centro aumenta la sensibilidad hacia los demás.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Miedo o vergüenza de algunos alumnos:** no todos estarán cómodos dejándose caer.
✓ Solución: ofrecer la participación como voluntaria; permitir empezar con variantes más suaves



(ojos abiertos, caer solo hacia un lado).

- **Riesgo físico si no se hace bien:** puede haber caídas si el grupo no presta atención.
✓ Solución: explicar y practicar primero con movimientos mínimos; vigilar de cerca como docente.
- **Posible burla o risa nerviosa:** algunos pueden reírse del que está en el centro.
✓ Solución: remarcar que se trata de un ejercicio de respeto; parar la dinámica si no se cumplen las normas.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Círculo de confianza sentado:** el alumno del centro se deja caer ligeramente sentado hacia atrás y el grupo lo sujeta por los hombros.
2. **Círculo de palabras:** en lugar de caer, el alumno del centro escucha que cada compañero le dice una cualidad positiva.
3. **Círculo de confianza con objeto:** en vez de una persona, se pasa una pelota pesada o un objeto que representa la confianza, para simbolizar la responsabilidad compartida.
4. **Mini-círculo en parejas o tríos:** en lugar de todo el grupo, se hace con 2–3 compañeros de confianza para reducir la tensión.

TORRES IMPOSIBLES

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se forman equipos de 4 a 6 alumnos. Cada equipo recibe material sencillo y cotidiano (folios, cinta adhesiva, vasos de plástico, pajitas, clips, etc.). La consigna es clara: **construir la torre más alta posible en un tiempo limitado (10–15 minutos)**, que además pueda mantenerse en pie sin caer.

Durante el tiempo, los alumnos deben planificar, probar, equivocarse y reajustar sus ideas. Una vez terminado, cada equipo muestra su torre y explica brevemente cómo se organizaron para lograrla.

El docente guía el cierre reflexionando sobre las estrategias de cooperación, la importancia de escuchar a todos y cómo la creatividad surge del trabajo conjunto.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO



1. **Refuerzo del trabajo en equipo:** obliga a cooperar bajo presión de tiempo.
2. **Fomenta la creatividad y el pensamiento divergente:** no hay una única solución.
3. **Desarrollo de habilidades comunicativas:** requiere negociar y coordinarse.
4. **Valor del proceso por encima del resultado:** enseña que los errores son parte del aprendizaje.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Excesiva competitividad entre grupos:** algunos pueden centrarse solo en ganar.
✓ Solución: remarcar desde el inicio que lo importante es la cooperación y la reflexión final, no solo la altura conseguida.
- **Desigual participación:** algunos alumnos acaparan mientras otros quedan al margen.
✓ Solución: sugerir que se repartan roles (diseñador, montador, controlador del tiempo, portavoz).
- **Frustración si la torre se cae al final:** puede desmotivar al equipo.
✓ Solución: destacar la creatividad, no solo el resultado; pedir que compartan qué estrategias probaron, aunque no funcionaran.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Torre simbólica:** en lugar de buscar altura, la torre debe representar valores del grupo (ej.: respeto, amistad, esfuerzo).
2. **Con restricción de materiales:** cada grupo recibe distintos recursos para fomentar soluciones creativas.
3. **Con tiempo interrumpido:** cada 3 minutos deben parar y replantear la estrategia.
4. **Construcción cooperativa de clase:** todos los grupos aportan piezas para hacer una gran torre conjunta.

NUDOS HUMANOS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA



El grupo se coloca en círculo, hombro con hombro. Todos extienden las manos hacia el centro y, sin mirar demasiado, agarran las manos de dos compañeros distintos (no pueden ser los que tienen al lado). El resultado es una red de brazos enredados que forma un “nudo humano”.

El reto consiste en **desenredarse sin soltarse de las manos**, moviéndose, pasando por debajo o girando, hasta volver a formar un círculo ordenado. El docente marca un tiempo máximo (10–15 minutos) y recuerda que la clave está en la comunicación y la paciencia.

Al final, se reflexiona sobre cómo se han sentido, quién ha tomado decisiones, qué estrategias han funcionado y cómo se relaciona la dinámica con el trabajo en equipo.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Trabajo de cooperación real:** solo se logra el objetivo si todos participan y colaboran.
2. **Desarrollo de la comunicación no verbal:** deben coordinarse con gestos y movimientos.
3. **Refuerzo del pensamiento colectivo:** obliga a buscar soluciones conjuntas.
4. **Elemento lúdico:** la situación es divertida y rompe la tensión inicial.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Incomodidad por el contacto físico:** algunos alumnos pueden sentirse invadidos al agarrar manos y estar tan cerca.
✓ Solución: aclarar que quien no se sienta cómodo puede observar o ayudar dando indicaciones; ofrecer versión con lazos de cuerda en lugar de manos.
- **Riesgo de líos excesivos:** el nudo puede volverse tan complejo que frustré al grupo.
✓ Solución: dar opción de parar y “reiniciar” el nudo, o limitar el número de manos cruzadas al inicio.
- **Alumnos dominantes:** alguno puede intentar dirigir sin escuchar a los demás.
✓ Solución: recordar antes de empezar que se necesita cooperación y que las decisiones deben compartirse.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Nudo pequeño:** se hace con grupos reducidos de 6–8 alumnos para que sea más manejable.



2. **Nudo silencioso:** no pueden hablar mientras se desenredan, solo comunicarse con gestos.
3. **Nudo con cuerdas:** en lugar de manos, cada uno agarra cuerdas, reduciendo el contacto físico.
4. **Carrera de nudos:** dos grupos hacen el reto a la vez y gana el que se desenrede antes (recordando que lo importante es la cooperación, no solo la rapidez).

EL RETO DEL PUENTE

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se divide la clase en equipos de 4 a 6 alumnos. Cada grupo recibe materiales sencillos como folios, cinta adhesiva, pajitas, clips, cartón o vasos de plástico. La consigna es clara: **construir un puente que una dos mesas separadas** y que sea capaz de soportar el peso de un objeto (una goma de borrar, un estuche ligero, una pelota pequeña).

El tiempo recomendado es de 20–25 minutos. Durante este tiempo los alumnos deben diseñar, probar, corregir y cooperar. Una vez terminado, se prueban todos los puentes colocando el objeto encima. Cada grupo explica brevemente cómo se organizó y qué dificultades encontró.

El cierre consiste en reflexionar sobre cómo se tomaron las decisiones, qué aportó cada miembro del equipo y qué aprendieron del proceso.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Trabajo colaborativo bajo presión de tiempo:** obliga a coordinarse y tomar decisiones rápidas.
2. **Desarrollo de la creatividad y la resolución de problemas:** no hay una única solución válida.
3. **Refuerzo de la comunicación:** deben escuchar y valorar distintas ideas.
4. **Experiencia motivadora y tangible:** el puente construido genera orgullo y sentido de logro.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Frustración si el puente se derrumba:** puede desanimar al grupo.
✓ Solución: remarcar que el reto no es solo lograrlo, sino probar, equivocarse y aprender.
- **Desigual participación:** algunos alumnos construyen mientras otros quedan pasivos.
✓ Solución: sugerir reparto de roles (diseñador, constructor, probador, portavoz).



- **Competitividad excesiva:** riesgo de que se priorice ganar sobre aprender.
✓ Solución: valorar públicamente las ideas originales, no solo el puente más resistente.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Puente estético:** en lugar de resistencia, el reto es que sea el puente más bonito o creativo.
2. **Material limitado:** cada grupo recibe diferentes materiales para forzar la creatividad.
3. **Puente cooperativo de clase:** todos los grupos unen sus puentes para hacer uno largo entre varias mesas.
4. **Prueba progresiva:** primero soporta un objeto ligero y después uno más pesado, aumentando la emoción.

CONSTRUCCIÓN CON LEGO/PIEZAS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se organizan grupos de 4–6 alumnos. Cada equipo recibe un conjunto de piezas de construcción (Lego, bloques, Kapla, materiales reciclados...). La consigna es: **crear una estructura que simbolice cómo quieren que sea su grupo este curso.**

No se trata solo de construir, sino de **dialogar y consensuar qué valores o ideas quieren representar.** Por ejemplo: una base sólida (confianza), torres altas (superación), varias piezas de colores diferentes (diversidad).

Al final, cada grupo explica su obra y sus significados al resto de la clase. El docente guía una breve reflexión sobre cómo los símbolos construidos reflejan la importancia de cooperar y respetar las aportaciones de todos.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Genera diálogo profundo:** obliga a compartir visiones y expectativas.
2. **Transforma lo abstracto en concreto:** los valores del grupo se convierten en un objeto visible.
3. **Potencia la cooperación real:** para que la estructura se sostenga, todos deben colaborar.
4. **Aumenta la motivación:** la construcción queda como símbolo tangible de identidad compartida.



◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Alumnos dominantes:** algunos pueden imponer sus ideas sobre la construcción.
✓ Solución: establecer que cada miembro debe aportar al menos una pieza con significado.
- **Falta de materiales suficientes:** puede limitar la creatividad.
✓ Solución: repartir piezas equitativamente o permitir combinar con otros recursos (papel, lápices, cartulina).
- **Foco en el producto más que en el proceso:** algunos grupos pueden centrarse solo en “ganar” con la mejor construcción.
✓ Solución: remarcar que lo que se evalúa es la explicación y el simbolismo, no la estética.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Construcción colectiva de clase:** en lugar de grupos, todos contribuyen a una gran construcción que represente la identidad común.
2. **Construcción por turnos:** cada alumno coloca una pieza y explica qué representa.
3. **Construcción a ciegas:** uno describe la pieza que quiere poner y otro la coloca sin mirar.
4. **Construcción comparativa:** se repite la actividad al final del trimestre o curso para comparar si la visión del grupo ha cambiado.

CAJA DE LOS RETOS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se presenta una caja (decorada, atractiva, puede convertirse en objeto simbólico de aula). Cada alumno recibe una tarjeta en la que debe escribir un reto personal o grupal relacionado con el curso. Ejemplos:

- *Personal:* “Quiero hablar más en público sin miedo”, “Quiero organizar mejor mis materiales”.
- *Grupal:* “Queremos ayudarnos más entre todos”, “Queremos mantener la clase ordenada”.

Las tarjetas se doblan y se introducen en la caja. El docente puede decidir:



- **Guardarlas** y abrirlas en una fecha señalada (a mitad de curso, fin de trimestre o fin de curso).
- **Abrir algunas al azar** en el momento para debatir cómo lograrlas.

La caja queda en el aula como recordatorio de que los retos son compromisos compartidos.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Proyección de futuro:** invita a pensar en objetivos a medio plazo.
2. **Responsabilidad compartida:** fomenta la idea de que todos tienen algo que aportar al grupo.
3. **Refuerzo de la motivación:** al recuperar la caja más adelante, se ve el progreso logrado.
4. **Clima de confianza:** escribir en privado permite sincerarse sin miedo.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Riesgo de superficialidad:** algunos alumnos pueden escribir frases vagas (“ser mejor”) sin profundidad.
✓ Solución: guiar con ejemplos concretos y explicar qué es un reto alcanzable.
- **Exposición incómoda:** si se leen en voz alta, algunos pueden sentirse señalados.
✓ Solución: dejar la decisión al docente sobre si se leen anónimamente o se guardan.
- **Olvido de los retos:** si la caja no se abre, puede perder sentido.
✓ Solución: marcar desde el inicio cuándo se revisará (ej.: al acabar el trimestre).

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Caja anónima:** los retos se guardan sin nombre para dar más libertad.
2. **Caja colectiva:** en lugar de retos individuales, cada grupo formula un reto conjunto.



3. **Caja de logros:** además de retos, se pueden introducir logros alcanzados durante el curso para celebrarlos después.

4. **Caja de rotación:** cada semana un alumno abre un reto (propio o colectivo) y se revisa en pequeño grupo.



BLOQUE: COMUNICACIÓN Y ESCUCHA

TELÉFONO COOPERATIVO (DIBUJO)

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El grupo se organiza en fila o en círculo. El primer alumno recibe un dibujo sencillo (ejemplo: una casa, un árbol, una figura geométrica). Debe observarlo durante unos segundos y luego reproducirlo en una hoja en blanco.

Ese nuevo dibujo se pasa al siguiente alumno, que solo puede ver la reproducción del compañero, no el original. Debe copiarlo y pasarlo al siguiente, y así hasta llegar al último de la fila.

Al final, se comparan el primer dibujo y el último, observando las diferencias y semejanzas. El docente modera el cierre resaltando cómo la comunicación cambia y se transforma al transmitirse.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Desarrollo de la atención y la escucha visual:** los alumnos deben fijarse en detalles para reproducirlos.
2. **Conciencia sobre la comunicación:** muestra cómo la información se distorsiona si no es clara.
3. **Refuerzo del sentido de humor compartido:** el resultado suele ser divertido, lo que relaja el ambiente.
4. **Trabajo en equipo indirecto:** todos aportan al producto final, aunque sin colaborar directamente.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Riesgo de tomárselo solo a broma:** algunos alumnos pueden dibujar de manera descuidada.
✓ Solución: remarcar que es un reto colectivo y que la precisión es importante para el éxito del grupo.
- **Frustración en quienes “dibujan mal”:** algunos pueden sentir inseguridad.
✓ Solución: recordar que no se trata de arte, sino de transmitir información.
- **Tiempo excesivo en grupos grandes:** con muchos alumnos la dinámica puede hacerse larga.
✓ Solución: dividir el grupo en varias filas simultáneas y luego comparar los resultados de cada una.



◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Versión oral:** en lugar de dibujar, el primer alumno describe el dibujo al segundo sin mostrarlo, y así sucesivamente.
2. **Versión cooperativa por equipos:** cada equipo hace la cadena con 5–6 miembros y luego se comparan resultados entre grupos.
3. **Teléfono de palabras:** en vez de dibujos, se transmite una palabra inventada que el siguiente debe escribir como la entendió.
4. **Versión temática:** los dibujos se relacionan con el contenido escolar (figuras geométricas, mapas, símbolos).

HISTORIAS ENCADENADAS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El grupo se coloca en círculo. El docente inicia una historia con una frase sencilla, por ejemplo:

- “Ayer, cuando salí de casa, me encontré con algo sorprendente...”
- “En un bosque lejano vivía un animal muy peculiar...”

Cada alumno, por turnos, añade una frase para continuar el relato. La historia va tomando forma entre todos, sumando imaginación y giros inesperados.

El docente puede marcar un límite de tiempo (ej.: 20 minutos) o de rondas (una vuelta completa al círculo). Al finalizar, se leen de nuevo las frases para disfrutar del relato completo y reflexionar sobre cómo las ideas individuales crean un producto colectivo.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Escucha activa:** cada alumno debe atender lo que ha dicho el anterior para mantener la coherencia.
2. **Creatividad compartida:** la historia se construye con las aportaciones de todos.
3. **Sentimiento de pertenencia:** el relato final es producto común, lo que refuerza identidad de grupo.
4. **Expresión oral espontánea:** favorece la fluidez y la improvisación en un clima lúdico.



◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Repeticiones o bloqueos:** algunos alumnos pueden repetir lo mismo o quedarse sin ideas.
✓ Solución: dar la posibilidad de usar conectores (“y entonces...”, “pero de repente...”) o permitir frases muy simples.
- **Deriva hacia historias absurdas:** puede perder sentido con giros incoherentes.
✓ Solución: acotar el tema inicial (ej.: “una excursión de la clase”, “un viaje en el tiempo”).
- **Desigualdad en la participación:** algunos aportan frases muy largas y otros muy cortas.
✓ Solución: marcar la norma de “una sola frase por persona”.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Historia escrita encadenada:** en lugar de oral, se escribe en un papel que va pasando de mano en mano.
2. **Historia por imágenes:** en cada turno, el alumno añade un dibujo en lugar de una frase.
3. **Historia con roles:** cada alumno representa un personaje y debe intervenir desde su papel.
4. **Historia con final sorpresa:** el docente da al final una frase obligatoria que debe encajar como cierre.

RELOJ DE CITAS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Cada alumno recibe una hoja con un dibujo de reloj, dividido en varias horas (por ejemplo: 3, 6, 9 y 12). La consigna es rellenar el reloj con nombres de compañeros: a cada “hora” invitan a alguien para una cita breve.

Cuando el docente dice la hora (“son las tres”), cada alumno se reúne con el compañero apuntado en esa franja y tienen unos minutos (2–3) para hablar siguiendo una pregunta o consigna propuesta. Ejemplos:

- “¿Qué te gusta hacer en tu tiempo libre?”
- “¿Qué esperas de este curso?”



- “Un lugar al que te gustaría viajar.”

Después de varios cambios de hora, los alumnos han conversado con distintos compañeros. Se cierra con una reflexión: “¿qué he descubierto hoy de mis compañeros que no sabía antes?”.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Interacción estructurada:** garantiza que todos hablen con varias personas distintas.
2. **Ruptura de subgrupos:** evita que siempre se relacionen con los mismos amigos.
3. **Mejora de la comunicación interpersonal:** fomenta la escucha y el intercambio breve pero significativo.
4. **Versatilidad:** puede adaptarse para conocerse o para repasar contenidos.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Posibles desajustes logísticos:** puede que algún alumno no encuentre pareja en un turno.
✓ Solución: el docente actúa como comodín o crea tríos puntuales.
- **Confusión inicial con la** puede ser difícil de entender al principio.
✓ Solución: hacer una demostración en la pizarra antes de empezar.
- **Desigual profundidad en las conversaciones:** algunos alumnos pueden responder con monosílabos.
✓ Solución: dar preguntas concretas y motivadoras; animar a dar más de una frase como respuesta.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Reloj temático:** todas las preguntas giran en torno a un tema (ej.: aficiones, verano, expectativas del curso).
2. **Reloj de repaso:** se usa en otras asignaturas para repasar contenidos en parejas.



3. **Reloj libre:** cada pareja decide libremente de qué hablar en su turno.
4. **Reloj de emociones:** en cada cita se responde a preguntas relacionadas con cómo se sienten (ej.: “¿qué emoción has tenido esta mañana?”).

EMOJI HUMANO

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El docente propone a los alumnos representar, solo con su cuerpo y su cara, distintas emociones como si fueran un “emoji humano”. Por ejemplo: alegría, sorpresa, enfado, miedo, aburrimiento, ilusión.

Se puede organizar de dos maneras:

1. **Por turnos voluntarios:** un alumno representa una emoción y el resto debe adivinar cuál es.
2. **Por grupos:** varios alumnos se ponen de acuerdo para crear una escena que muestre una emoción concreta.

La actividad termina con un breve diálogo sobre qué pistas ayudan a reconocer cada emoción (gestos, postura, mirada), y cómo expresarlas o interpretarlas en la vida real.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Refuerzo de la comunicación no verbal:** enseña a transmitir y captar mensajes sin palabras.
2. **Desarrollo de la empatía:** comprender mejor cómo se sienten los demás al identificar emociones.
3. **Clima lúdico y relajado:** el humor y las risas rebajan tensiones del grupo.
4. **Expresión emocional saludable:** abre la puerta a hablar de sentimientos de forma natural.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Vergüenza de algunos alumnos:** puede haber reticencia a “hacer el ridículo”.
✓ Solución: empezar con emociones sencillas y positivas (alegría, sorpresa), dejar libertad de participar como grupo y nunca forzar.
- **Riesgo de burlas:** algunos pueden reírse de la interpretación de otros.
✓ Solución: establecer reglas claras de respeto y remarcar que es un juego para aprender.



- **Dificultad para identificar emociones más complejas:** no siempre es fácil distinguir entre, por ejemplo, aburrimiento y tristeza.
✓ Solución: limitar la actividad a 5–6 emociones claras y cotidianas.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Secuencia de emojis:** representar una “historia” con varias emociones seguidas.
2. **Adivina el contexto:** en lugar de decir la emoción, el grupo debe inventar una situación que explique la cara del compañero.
3. **Emoji congelado:** todos representan una emoción a la vez y quedan congelados; el docente o compañeros caminan entre ellos para adivinar.
4. **Comparación con emojis reales:** se muestran emojis digitales y los alumnos deben imitarlos.



BLOQUE: IDENTIDAD GRUPAL

NUESTRO ESCUDO

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Se divide la clase en pequeños grupos (4–5 alumnos). Cada grupo recibe una cartulina dividida en cuatro secciones que simbolizan un escudo. La consigna es que deben **crear un escudo que los represente como equipo**, dibujando en cada sección un aspecto:

- Un valor que les parezca importante.
- Algo que les une o que todos disfrutan.
- Un símbolo de cómo quieren que sea su grupo este curso.
- Un color o imagen que los identifique.

Después, cada grupo presenta su escudo al resto de la clase. Finalmente, se pueden unir las ideas en un **gran escudo de la clase** que quede colgado como mural durante el curso.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Construcción de identidad compartida:** simboliza lo que quieren ser como grupo.
2. **Fomenta el diálogo y la negociación:** obliga a consensuar qué incluir y cómo representarlo.
3. **Refuerzo de la pertenencia:** el producto final es un emblema visible de unidad.
4. **Expresión creativa:** permite que cada alumno aporte su visión en un formato visual.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Conflictos por desacuerdo en las ideas:** puede costar decidir qué representar.
✓ Solución: recordar que el escudo puede incluir varias ideas distintas, no solo una.
- **Desigual implicación:** algunos alumnos pueden dibujar todo mientras otros observan.
✓ Solución: repartir roles (dibujante, encargado de colores, portavoz, etc.).



- **Riesgo de superficialidad:** pueden limitarse a rellenar rápido sin reflexión.
✓ Solución: dar ejemplos de preguntas guía (“¿qué valor queremos destacar?”, “¿qué símbolo nos representa?”).

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Escudo individual:** cada alumno crea su propio escudo personal, y luego se combinan en un mural colectivo.
2. **Escudo digital:** se diseñan en ordenador o tablet y después se imprimen para exponer.
3. **Escudo progresivo:** se empieza con una versión sencilla y se va completando a lo largo del trimestre con nuevos elementos.
4. **Escudo viviente:** en lugar de dibujarlo, los alumnos posan formando con sus cuerpos los símbolos que eligieron.

CONTRATO DE GRUPO

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El docente plantea a la clase una pregunta inicial: “**¿Qué necesitamos para que este curso funcione bien y nos sintamos a gusto?**”. A partir de ahí, los alumnos van proponiendo normas y compromisos que se anotan en la pizarra o en una cartulina.

Se abre un breve debate para valorar cada propuesta y asegurarse de que sea:

- Clara y concreta.
- Expresada en positivo (ej.: “Respetamos la palabra de los demás” en lugar de “No interrumpir”).
- Alcanzable y útil para todos.

Finalmente, se consensúa una lista corta (5–6 compromisos), que se escribe en un mural o póster. Todos los alumnos lo firman como símbolo de compromiso, creando así el **Contrato del grupo**.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO



1. **Genera corresponsabilidad:** las normas no vienen impuestas, sino construidas entre todos.
2. **Fomenta el sentido democrático:** cada voz tiene peso en la elaboración del contrato.
3. **Clima de respeto desde el inicio:** ayuda a prevenir conflictos futuros.
4. **Identidad compartida:** el contrato firmado se convierte en referente común de convivencia.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Lista demasiado larga:** riesgo de que surjan demasiadas normas y pierdan fuerza.
✓ Solución: guiar al grupo para reducir a un máximo de 5–6 compromisos clave.
- **Formulación negativa o prohibitiva:** pueden aparecer frases como “no gritar”, “no pelearse”.
✓ Solución: transformar cada norma en positivo (“hablamos en un tono adecuado”, “resolvemos los conflictos hablando”).
- **Desigual participación:** algunos alumnos dominan el debate mientras otros apenas hablan.
✓ Solución: hacer primero una lluvia de ideas en grupos pequeños y luego compartir en plenario.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Contrato visual:** en lugar de frases, los alumnos crean dibujos o símbolos que representen cada norma.
2. **Contrato progresivo:** se revisa a mitad de trimestre y se añaden o modifican compromisos.
3. **Contrato dramatizado:** los alumnos representan con pequeñas escenas lo que significa cumplir cada norma.
4. **Contrato de aula digital:** se crea una versión online compartida que se consulta durante el curso.

MURAL DE LOS “SOMOS”

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA



El docente entrega a cada alumno una tarjeta, pos-it o tira de papel. La consigna es: **escribe una palabra que complete la frase “Queremos ser un grupo...”**. Ejemplos: “respetuoso”, “alegre”, “trabajador”, “divertido”.

Cada alumno escribe su palabra y la coloca en un mural común. El docente las organiza de forma creativa (en forma de nube de palabras, árbol, espiral o collage). El mural queda expuesto en clase como recordatorio visual de la identidad que quieren construir juntos.

Al final, se hace una breve reflexión colectiva: se leen las palabras y se conversa sobre qué significan y cómo pueden llevarlas a la práctica en el día a día.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Refuerza la identidad compartida:** el mural simboliza lo que el grupo quiere ser.
2. **Fomenta la expresión positiva:** todas las palabras son cualidades deseadas.
3. **Rapidez y accesibilidad:** todos participan en poco tiempo.
4. **Valor visual y permanente:** queda como referencia en el aula durante el curso.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Repetición de palabras:** varios alumnos pueden elegir la misma.
✓ Solución: aceptar repeticiones pero animar a buscar matices o sinónimos (“respetuoso” – “tolerante”).
- **Elección de palabras demasiado generales:** puede quedar en frases poco significativas.
✓ Solución: pedir que después expliquen en grupo qué significa para ellos esa palabra en acciones concretas.
- **Poca implicación en algunos alumnos:** pueden escribir algo rápido sin pensarlo.
✓ Solución: dar ejemplos antes y dejar unos minutos de reflexión personal.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Mural ilustrado:** junto a la palabra, cada alumno dibuja un símbolo que la represente.



2. **Mural temático:** centrado en un valor específico (ej.: “somos solidarios”, “somos creativos”).
3. **Mural de frases:** en lugar de una palabra, completar “Queremos ser un grupo que...”.
4. **Mural evolutivo:** se revisa a final de trimestre para añadir nuevas palabras o comprobar si se cumplen.

ÁRBOL DE LOS DESEOS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El docente dibuja un gran árbol en una cartulina o mural colocado en la pared, dejando las ramas vacías. Cada alumno recibe una hoja recortada en forma de hoja de árbol (puede prepararse previamente o pedirles que la dibujen).

La consigna es: **escribe en tu hoja un deseo para este curso**. Puede ser personal (“quiero mejorar en mates”), grupal (“que nos respetemos más”), o general (“que tengamos muchas excursiones”).

Cuando terminan, cada alumno coloca su hoja en el árbol. El resultado es un **árbol lleno de deseos compartidos** que permanece en el aula como referencia y motivación.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Proyección positiva hacia el futuro:** los alumnos piensan en lo que esperan conseguir juntos.
2. **Refuerzo de la identidad colectiva:** al colgar todas las hojas, el grupo ve que los deseos se suman.
3. **Motivación y sentido de pertenencia:** fomenta la ilusión de iniciar el curso con metas comunes.
4. **Elemento visual inspirador:** el árbol queda como recordatorio permanente.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Deseos poco realistas:** algunos pueden pedir cosas imposibles (“que no haya deberes nunca”).
✓ Solución: aceptar todos, pero guiar hacia deseos alcanzables y resaltar aquellos que se relacionan con la convivencia.
- **Alumnos que no quieran compartir su deseo:** puede haber timidez o incomodidad.
✓ Solución: dar opción de escribirlo de forma anónima o leer solo los que quieran.



- **Riesgo de superficialidad:** algunos pueden escribir lo primero que se les ocurra sin pensarlo.
✓ Solución: dar un tiempo breve de reflexión previa, quizás con la pregunta: “¿qué me gustaría que pasara en clase para que me sintiera bien?”.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Árbol de metas:** en lugar de deseos, cada hoja recoge un objetivo personal para el trimestre.
2. **Árbol de logros:** se deja el árbol vacío y, a lo largo del curso, se van añadiendo hojas con los logros alcanzados.
3. **Árbol de emociones:** cada hoja refleja una emoción que quieren vivir en clase (ej.: alegría, tranquilidad, confianza).
4. **Árbol de la gratitud:** se repite a final de curso, escribiendo en cada hoja algo por lo que agradecen haber vivido juntos.

CAJA DE LOS RETOS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

El docente presenta una caja decorada (puede ser de cartón, madera o incluso una urna transparente) que quedará como símbolo del grupo. Cada alumno escribe en una tarjeta un **reto para la clase durante el curso**, respondiendo a la pregunta:

- “¿Qué queremos conseguir juntos este año como grupo?”

Los retos pueden estar orientados a la convivencia, al aprendizaje o a la organización del aula. Ejemplos:

- “Respetarnos aunque pensemos diferente.”
- “Leer al menos 10 libros entre todos.”
- “Mantener el aula limpia y ordenada.”

Las tarjetas se introducen en la caja. El compromiso es **revisar la caja a mitad o final de curso** para comprobar cuáles se han cumplido y reflexionar sobre los avances.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO



1. **Sentido de propósito compartido:** los retos dan una dirección común al grupo.
2. **Motivación sostenida:** mantener la caja cerrada hasta cierto momento genera expectación.
3. **Identidad colectiva:** los retos dejan claro que la clase funciona como un equipo.
4. **Refuerzo de la responsabilidad:** cada reto se convierte en compromiso, no en deseo abstracto.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Retos demasiado vagos o imposibles:** ej. “ser los mejores de la escuela”.
✓ Solución: guiar con ejemplos concretos y realistas; animar a formular retos alcanzables.
- **Falta de implicación de algunos alumnos:** pueden escribir algo sin importancia solo por cumplir.
✓ Solución: dedicar unos minutos a pensar de verdad en lo que quieren mejorar como grupo.
- **Olvido de la caja:** si no se revisa, pierde sentido.
✓ Solución: acordar desde el inicio la fecha de apertura (ej.: “la abriremos en junio para ver qué hemos logrado”).

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Caja anónima:** los retos se escriben sin nombre para favorecer la sinceridad.
2. **Caja de logros:** junto a los retos, se añaden durante el curso tarjetas con los logros alcanzados.
3. **Caja por equipos:** cada grupo de 4–5 alumnos redacta un reto colectivo en vez de individuales.
4. **Caja progresiva:** se abren algunos retos a mitad de curso y se ajustan o renuevan para el tramo final.

EL MURAL DE NUESTRAS MANOS

◇ DESCRIPCIÓN DETALLADA

Cada alumno coloca su mano sobre una cartulina y dibuja su silueta. Dentro de la mano escribe una cualidad personal que quiere aportar al grupo (ej.: alegría, esfuerzo, creatividad, respeto).



Una vez listas, todas las manos se recortan y se colocan en un mural colectivo, unidas en círculo o formando una figura (sol, espiral, árbol). El mural queda expuesto en el aula como símbolo de que el grupo está formado por aportaciones diferentes pero complementarias.

◇ BENEFICIOS PARA LA COHESIÓN DEL GRUPO

1. **Visualización de la diversidad:** cada mano es distinta, pero todas son necesarias.
2. **Sentido de pertenencia:** el mural colectivo refuerza la identidad del grupo.
3. **Expresión de fortalezas:** ayuda a que los alumnos reconozcan y valoren sus cualidades.
4. **Elemento decorativo positivo:** queda en clase como recordatorio constante del compromiso.

◇ INCONVENIENTES Y CÓMO PALIARLOS

- **Alumnos que no sepan qué escribir:** pueden dudar de qué cualidad elegir.
✓ Solución: dar ejemplos previos y recordar que todas las cualidades cuentan (desde la simpatía hasta la responsabilidad).
- **Manos repetidas en cualidades:** varias pueden coincidir en la misma palabra.
✓ Solución: aceptar repeticiones, pero animar a matizar (“alegre” → “divertido”, “positivo”).
- **Tiempo de recorte largo:** puede ralentizar la actividad.
✓ Solución: preparar plantillas previas o permitir que algunos solo dibujen sin recortar.

◇ POSIBLES VARIANTES

1. **Manos de colores:** cada alumno elige un color que lo identifique.
2. **Manos con fotos:** dentro de la silueta se pega una foto pequeña del alumno.
3. **Manos de compromisos:** en lugar de cualidades, se escriben compromisos concretos para el curso.
4. **Mural evolutivo:** se pueden añadir nuevas manos a lo largo del curso para mostrar crecimiento del grupo.