DINÁMICA PARA: CONFIANZA

TÍTULO: ¡Me caigo de espaldas!





A partir de 12 años.



TAMAÑO DEL GRUPO:

A partir de 10 personas

OBJETIVOS:



-Fomentar la confianza entre las personas del grupo.



DURACIÓN:

10-15'

RECURSOS:



Espacio amplio.

DESARROLLO:

Es muy sencillo. Una persona se pone recta, con los brazos abiertos y los ojos cerrados, mientras otra persona (o dos, o tres, dependiendo del equilibrio de fuerzas necesario) se sitúa detrás. La persona que tiene los ojos cerrados se deja caer hacia atrás, sin mover las piernas, como si fuera una tabla, y las otras la sujetan y detienen la caída. Luego se van intercambiando los papeles.



EVALUACIÓN:

¿Han participado? ¿Se han puesto de acuerdo para hacer los grupos?

VARIANTES Y ADAPTACIONES:

OBSERVACIONES:

No se debe forzar a nadie a participar. Se debe quedar claro que las personas que se comprometen a sujetar a la que cae debe cumplir bien su misión de sujeción.