

## Índice

---

5.41.	La cinta transportadora (2)	p. 45
5.42.	Travesía azarosa	p. 46
5.43.	Correr la ola	p. 47
5.44.	El tapete humano	p. 48
5.45.	Troncos rodantes	p. 49
5.46.	El grito	p. 50
5.47.	Polígonos ciegos	p. 51
5.48.	Campo minado en 3D	p. 52
5.49.	Corro este riesgo contigo	p. 53
5.50.	Los elefantes	p. 54
5.51.	Como perros y gatos	p. 55
5.52.	Encuentra a tu pareja	p. 56
5.53.	Búscame entre la multitud	p. 57
5.54.	Caballo ciego	p. 58
5.55.	Cuco piluco	p. 59
5.56.	Llegar en equipo	p. 60
5.57.	Busco a mi pareja	p. 61
5.58.	¡Guíame bien!	p. 62
5.59.	El carruaje	p. 63
5.60.	La pasarela móvil	p. 64
5.61.	El <i>pescao</i>	p. 65
5.62.	El vendaval	p. 66
5.63.	El radar	p. 67
5.64.	Pastora, cordero y perro	p. 68
5.65.	En volandas	p. 69
5.66.	Bzzzzz	p. 70
5.67.	La roña ciega	p. 71

---

### 5.41. La cinta transportadora (2)

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio y seguro
<b>Ritmo</b>	Muy activo
<b>Material</b>	Ninguno

#### 1. Definición

Se trata de transportar a una persona tumbada y con los ojos cerrados a través de las manos de dos filas paralelas de jugadore/as.

#### 2. Objetivos

Desarrollar la confianza en el grupo. Tratar de superar la sensación de miedo. Lograr una buena cooperación y coordinación de movimientos.

#### 3. Desarrollo

El grupo forma dos filas paralelas prácticamente pegadas, de menor a mayor estatura y pone las manos ligeramente por encima de la cabeza con las palmas para arriba a fin de transportar a una persona tumbada boca arriba y con los ojos cerrados. Es muy importante que vaya con el cuerpo lo más relajado posible desde el inicio hasta el final de las filas paralelas. Llegando al final vuelve a su posición, para no desequilibrar las alturas, y otra persona continúa. El grupo debe concentrarse mucho y guardar silencio.

#### 4. Evaluación

¿Cómo te sentiste? ¿Tuviste mucho miedo? ¿Te animaste a pasar? ¿Por qué (no)? ¿Que diferencias de tacto percibiste cuando ibas por arriba? ¿Fuiste capaz de relajarte? ¿Qué sensaciones tuviste cuando detenías y pasabas a las personas?

#### 6. Comentarios

¡Nunca realizar este juego sin suficiente control de seguridad! Colocar personas confiables y fuertes a los dos lados para ayudar si hace falta. No se debe de forzar a nadie a pasar por encima. Si hay muchas personas que desean pasar hay que calcular suficientes momentos de descanso (tal vez seguir otro día).

#### 7. Fuente

Según una idea de **Provost, Pierre & Villeneuve, Michel José**, *Jouons ensemble. Jeux et sports coopératifs*. Montréal, Editions de l'Homme, 1980, p. 35, en **Jares, Xesús R.**, *Técnicas e xogos cooperativos para todas as idades*.

## 5. Juegos de confianza

*Terceira edición corregida e ampliada.* Vigo, Edicións Xerais de Galicia, 2005 (3), 1989, p. 139-140.

### 5.42. Travesía azarosa

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	5-10 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates (vendas)

#### 1. Definición

Todo el grupo cruza el círculo en el mismo momento, sin ver y sin lastimarse.

#### 2. Objetivos

Favorecer el cuidado de la otra persona y la confianza mutua en un grupo.

#### 3. Desarrollo

Todo el grupo parado en círculo y con paliacates para vendarse los ojos. A una señal todo el mundo camina en silencio hacia el otro lado del círculo, pasando por dentro del círculo y con mucha atención para no lastimar a nadie. Automáticamente van a rozar muchos cuerpos, pero tienen que trabajar con el mayor cuidado y respeto posible. Se repite el ejercicio unas veces: primero caminando muy lento y luego con algo más de soltura (nunca se permite correr, por supuesto).

#### 4. Evaluación

Es un breve calentamiento, como introducción a un juego más complejo de confianza. Normalmente no se evalúa por separado.

#### 7. Fuente

**Butler, Steve & Rohnke, Karl**, *QuickSilver. Adventure games, initiative problems, trust activities and a guide to effective leadership*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishers, 1995, p. 232-233.

### 5.43. Correr la ola

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Exterior
<b>Ritmo</b>	Muy activo
<b>Material</b>	Ninguno

#### 1. Definición

Se trata de correr entre dos filas de personas quienes ‘hacen la ola’ justo a tiempo para no tocar a la persona que corre.

#### 2. Objetivos

Favorecer el cuidado y la atención en todo el grupo, estimular la confianza en las personas que corren. Fortalecer la unión de grupo.

#### 3. Desarrollo

Todo el grupo se acomoda en dos filas, la cara hacia la otra fila. Cada quien extiende los brazos a la altura de los hombros y se acerca a su ‘pareja’ de la otra fila hasta que las muñecas de las manos quedan en línea. Desde afuera la formación se ve como un tipo de túnel. Una persona se pone en un extremo de las filas y se aleja diez-quince metros. A una señal convenida (para garantizar que todo el grupo esté al pendiente y mirando hacia esta persona) ella empieza a correr y pasará ‘por el túnel’. Las personas de las dos filas levantan los brazos (en forma de una ‘ola’ como en los estadios de fútbol) justo antes del momento del posible choque de la cara de esta persona con sus brazos. Al pasar la persona bajan los brazos otra vez a la posición inicial. La persona que corre trata de no bajar la cabeza y correr al ritmo inicial por toda la fila. Todo el mundo del grupo tiene que levantar sus brazos justo a tiempo y no se puede permitir que nadie choque. Al terminar la corrida la persona se integra en las filas y pasa otra persona. Se puede permitir que algunas pasen más de una vez (sobre todo para mejorar su confianza). No se permite exceso de velocidad (sería temerario)

#### 4. Evaluación

¿Cómo se siente al correr por las dos filas? Quiénes corrieron más de una vez, ¿sintieron alguna diferencia? ¿Tuviste mucho miedo? ¿Podemos confiar en nuestro grupo? ¿Cómo ves al grupo después de este ejercicio?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Butler, Steve & Rohnke, Karl**, *QuickSilver. Adventure games, initiative problems, trust activities and a guide to effective leadership*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishers, 1995, p. 234-235.

### 5.44. El tapete humano

<b>Edad</b>	A partir de 15 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Alfombra o mucho pasto
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Ninguno

#### 1. Definición

Se trata de rodar suavemente sobre el grupo como si fuera un tapete humano.

#### 2. Objetivos

Minimizar la rigidez defensiva a favor de una amplia aceptación mutua. Descargar las tensiones. Construir un alto nivel de confianza y promover la diversión en grupo.

#### 3. Desarrollo

Únicamente para un grupo muy integrado y maduro. Todo el grupo se acuesta 'como una tabla' en el piso alfombrado o el pasto. Cada quien extiende los brazos y los mantiene pegados a los lados. En un primer momento todo el grupo rodea en una misma dirección pero sin tocarse siquiera, con diferentes velocidades: de muy lento a muy rápido, y al revés, para deshacerse de sus tensiones.

Después de unos momentos se pide al grupo de reacomodarse (mi pie del lado de tu cabeza, etc) y de acercarse mucho para formar un gran tapete humano. Se puede sugerir de quitar los zapatos desde el inicio del ejercicio (para no lastimarse). Una persona de un extremo del tapete se levanta y avanza rodando con cuidado sobre todo el tapete humano hasta el otro extremo donde se queda en el piso, pegado a la última persona. Así sucesivamente hasta que todo el grupo haya rodado sobre el tapete humano.

#### 4. Evaluación

¿Lograron hacer el ejercicio? ¿Alguien se lastimó? ¿Por qué (no)? ¿Les ayudó la primera parte de relajación y liberación de tensiones? ¿Cómo te sentiste mientras rodabas? ¿Es más o menos relajante rodar sobre el tapete humano o sobre la alfombra? ¿Por qué?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Acevedo Ibáñez, Alejandro**, *Aprender jugando. 60 dinámicas vivenciales (tomo 2)*. México, Noriega-Limusa, México, 1991 (1981), p. 59-61.

### 5.45. Troncos rodantes

<b>Edad</b>	A partir de 8 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Alfombra o mucho pasto
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Ninguno

#### 1. Definición

Los “troncos” ruedan suavemente en la misma dirección para mover a una persona acostada encima de ellos.

#### 2. Objetivos

Minimizar la rigidez defensiva a favor de una amplia aceptación mutua. Descargar las tensiones. Construir un alto nivel de confianza y promover la diversión en grupo.

#### 3. Desarrollo

Para grupos bastante integrados. Todo el grupo se acuesta boca abajo en el piso alfombrado, o en el pasto: una persona al lado de otra, brazos extendidos y pegados a los lados, como si fueran “troncos” flotando en el agua. Un(a) “leñador(a)” se acuesta con cuidado (boca abajo o boca arriba como prefiere) encima de los “troncos” de manera transversal (de cabeza a pies toca varios troncos diferentes). Todos los “troncos” empiezan a girar en la misma dirección, transportando así a su “leñador(a)” hasta el otro lado de la fila de “troncos”. Pasado el último “tronco” el/la “leñador(a)” también se convierte en “tronco” y se acuesta al final de la fila. Al inicio de la fila empieza otro “leñador(a)” su recorrido. Al final también se acuesta y empieza otra persona... y así sucesivamente hasta pasar todo el grupo por los “troncos”.

#### 4. Evaluación

¿Lograron hacer el ejercicio? ¿Cómo te sentiste mientras rodabas abajo? ¿Cómo te sentiste al ser transportado? ¿Qué te costó más trabajo: ser tronco o leñador(a)? ¿Por qué?

#### 7. Fuente

**Orlick, Terry**, *Juegos y deportes cooperativos. Desafíos divertidos sin competición*. Madrid, Editorial Popular, 2001 (3), 1986, p. 61-62.

### 5.46. El grito

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Exterior
<b>Ritmo</b>	Tranquilo
<b>Material</b>	Ninguno

#### 1. Definición

Se trata de producir el grito más fuerte, más claro y más prolongado posible, frente al grupo.

#### 2. Objetivos

Perder el miedo al ridículo y trabajar el manejo de stress en una situación grupal. Construir confianza en un@ mism@ y en el grupo. Potenciar la expresión individual de emociones y sentimientos.

#### 3. Desarrollo

Todo el grupo se sentado, de preferencia en un ambiente un poco aislado (en las canchas de futbol, por ejemplo lejos de otros grupos). La persona encargada explica que hay simulacro de “pérdida en la selva”. Se necesita practicar un grito fuerte, claro y prolongado para ubicar al equipo de rescate a varios kilómetros de distancia. La encargada da un ejemplo de grito a todo pulmón e invita a otra persona hacerlo (empezar con alguien quien suele mostrar bastante confianza y seguridad en el grupo). Se da un comentario favorable sobre el grito y luego se invita a otra persona hasta completar el grupo.

(Obviamente NO se obliga a nadie a participar, pero se mantiene abierta la puerta para hacerlo un poco más tarde).

#### 4. Evaluación

¿Te costó participar en este ejercicio, muy fácil de entender pero no tan fácil de aplicar? ¿Cómo te sentiste después de gritar? ¿Cómo ves ahora al grupo? ¿Qué aprendiste sobre la confianza y la seguridad?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Rohnke, Karl**, *Cowtails and cobras II. A guide to games, initiatives problems, ropes courses & adventure curriculum*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishers, 1989, p. 45-46.

### 5.47. Polígonos ciegos

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Exterior
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Cuerda, paliacates

#### 1. Definición

Se trata de formar una figura geométrica con una cuerda, sin soltarla y con los ojos tapados.

#### 2. Objetivos

Construir la confianza en un@ mism@ y en el grupo a través de una tarea en común. Potenciar la comunicación efectiva y la coordinación en grupo.

#### 3. Desarrollo

Todo el grupo con los ojos tapados. Se puede dar la cuerda en la mano de alguien o encargar al grupo a buscarla en el patio (cerca). Se tiene que desenrollar toda la cuerda y cada persona tiene que mantener la cuerda en la mano (se puede soltar por un máximo de 5 segundos). Con la cuerda (y sin ver) se tiene que formar una determinada figura geométrica con toda la extensión de la cuerda (el grupo puede decidir por sí mismo y formular el reto: un cuadrado es más fácil que un hexágono, por ejemplo).

#### 4. Evaluación

¿Lograron formar la figura? ¿Les costó mucho trabajo? ¿Por qué (no)? ¿Fuiste parte activa en la toma de decisiones? ¿Se escucharon diferentes propuestas? ¿Qué aprendiste sobre la confianza y la seguridad?

#### 7. Fuente

**Rohnke, Karl**, *Cowtails and cobras II. A guide to games, initiatives problems, ropes courses & adventure curriculum*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishers, 1989, p. 81-82.

### 5.48. Campo minado en 3D

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates, objetos diversos

#### 1. Definición

Se trata de guiar a las persona 'ciegas' por un campo y evitar que toquen ninguna de las 'bombas' en el piso y en el aire.

#### 2. Objetivos

Construir la confianza en un@ mism@ y en el grupo a través de una tarea en común. Potenciar la comunicación efectiva y la coordinación en grupo.

#### 3. Desarrollo

Se prepara un terreno bien marcado y con 'bombas' (objetos repartidos en el piso, se pueden colgar también diversos objetos a diferentes alturas, poner un tubo atravesado... según la inspiración y las posibilidades del lugar). El grupo se divide en parejas. Una persona en cada pareja se tapa los ojos con un paliacate y la otra persona será su guía. Todas las *ciegas* se ponen en el terreno con bombas (en diferentes lugares) y tendrán que ir caminando por todo el espacio en un gran círculo. Las *guías* se quedan fuera de los límites del terreno y dan indicaciones verbales (no pueden tocar a sus *ciegas*). Tienen que evitar que sus *ciegas* toquen ninguna de las bombas... El problema es que todas las *guías* estarán dando indicaciones a sus *ciegas* a la vez, lo que puede provocar un caos. Se puede hacer notar este problema *antes* de iniciar, o para un momento el juego cuando se hace muy notable.

Después de unos minutos se cambian los roles y se vuelve a jugar.

#### 4. Evaluación

¿Lograron guiar bien a su pareja? ¿Les costó mucho trabajo? ¿Por qué (no)?  
¿Qué aprendiste sobre la confianza y la seguridad?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Butler, Steve & Rohnke, Karl**, *QuickSilver. Adventure games, initiative problems, trust activities and a guide to effective leadership*. Dubuque, Iowa, Kendall/Hunt Publishers, 1995, XV + 284 pp.

### 5.49. Corro este riesgo contigo

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio
<b>Ritmo</b>	Muy activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de caminar y correr con una persona 'ciega' de la mano sin chocar con nada ni con nadie.

#### 2. Objetivos

Construir la confianza en un@ mism@ y en el grupo a través de un reto grande. Potenciar la comunicación efectiva y la coordinación en parejas.

#### 3. Desarrollo

El grupo se acomoda por parejas en un espacio amplio, libre de obstáculos. En un primer momento las parejas se toman de la mano y van caminando y luego corriendo sin chocar con nadie ni con nadie.

En la segunda fase se vendan los ojos de una persona en cada pareja y durante unos momentos van caminando otra vez por el mismo espacio (de la mano de la persona que ve). Poco a poco se va acelerando el paso y quienes son capaces de hacerlo van corriendo (sin soltar las manos). Durante todo el tiempo las personas que ven tienen que asegurar la seguridad de su propia pareja y de las demás personas ciegas en el espacio. No se permite ninguna forma de "chiste" (hacer chocar a personas ciegas), quien no trabaja bien con seguridad NO puede participar en esta actividad.

Después de unos minutos se cambian los roles en la pareja: ahora la otra persona es ciega y su pareja es guía. Se repite el juego con las mismas consignas de cuidado.

#### 4. Evaluación

¿Lograron guiar bien a su pareja? ¿Les costó mucho trabajo construir la confianza mutua? ¿Por qué (no)? ¿Qué aprendiste sobre la confianza y la seguridad?

## 5. Juegos de confianza

### 7. Fuente

**Orlick, Terry**, *The second cooperative sports and games book*. Random House, New York, 1982, p. 67.

### 5.50. Los elefantes

<b>Edad</b>	A partir de 8 años
<b>Duración</b>	30-40 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio con obstáculos
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates, mesas, sillas

#### 1. Definición

Se trata de guiar a un grupito de “elefantes” con una serie de señales previamente acordadas.

#### 2. Objetivos

Apoyo mutuo, confianza, comunicación con señales.

#### 3. Desarrollo

Se forman varias manadas de elefantes de 4-5 persona y una guía. Toda la manada –menos la guía- se tapa los ojos y se forma en cadena. Cada elefante agarra con su mano derecha (trompa) al elefante de adelante y se une con la mano izquierda (cola) con su colega de atrás. La guía hace señales acordadas (puede ser con un instrumento de música) para dirigir a su manada por un circuito relativamente difícil que se hace con mesas y sillas. Los elefantes pueden revisar el circuito antes de iniciar el recorrido para llegar a la meta (el manantial). Los elefantes pueden hacer los sonidos de su manada, pero deben estar al pendiente de las señales de su guía. Estas señales están en código acordado por la manada: dos golpes, a la derecha, un golpe, a la izquierda,... Después de un recorrido exitoso se hace un pequeño alto y se cambia de guía.

#### 4. Evaluación

¿Te gustó ser guía y elefante? ¿Qué sentiste al dejarte guiar por un circuito difícil?  
¿Qué sentiste al guiar a tu manada? ¿Lograron vencer los obstáculos? ¿Tuvieron problemas en algún momento? ¿Cómo los resolvieron?

### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Garaigordobil Landazabal, Maite,** *Programa Juego. Juegos cooperativos y creativos para grupos de niños de 8 a 10 años.* Madrid, Ediciones Pirámide, 2003, p. 76.

### 5.51. Como perros y gatos

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	15-20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de guiar a un grupito de “elefantes” con una serie de señales previamente acordadas.

#### 2. Objetivos

Apoyo mutuo, confianza, comunicación con señales.

#### 3. Desarrollo

Al azar se toman cuatro personas del grupo quienes serán *gatos*. El resto del grupo serán *perros*. Todo el mundo se pone un paliacate para taparse los ojos y se mueve gateando por un espacio amplio y seguro.

Los *gatos*, con los ojos vendados, se quedan en la mitad del espacio, y los *perros* se acomodan donde quieren en el aula, lejos de los *gatos* e inmóviles. Cada vez que el grupito de *gatos* grita “*miau*” los *perros* contestan “*guau*”. Los *gatos* escuchan atentamente las respuestas y tratan de ubicar a los *perros* y tocarlos. Cada vez que un *gato* toque a un *perro*, éste se queda en silencio (ya no puede ladrar).

El juego termina cuando se atrapa al último *perro*. Seguramente el grupo querrá jugar más de una vez.

#### 4. Evaluación

¿Te gustó ser gato o perro? ¿Cuál rol te gusta más a ti? ¿Era difícil localizar a los perros?

#### 5. Variaciones

## 5. Juegos de confianza

Se puede pedir que sean por lo menos dos gatos quienes atrapen a un perro, dándole entre los dos un gran abrazo. Los gatos pueden llamarse en 'su idioma' únicamente (como es obvio).

### 7. Fuente

**Garaigordobil Landazabal, Maite**, *Programa Juego. Juegos cooperativos y creativos para grupos de niños de 6 a 8 años*. Madrid, Ediciones Pirámide, 2005, p. 89. Variación de **Frans Limpens**.

## 5.52. Encuentra a tu pareja

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	15-20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

### 1. Definición

Se trata de buscar a la pareja con los ojos vendados, reconociéndola con el tacto.

### 2. Objetivos

Confianza, comunicación no verbal. Cohesión grupal.

### 3. Desarrollo

El grupo se divide en parejas. Cada persona observa atentamente a su pareja y toca los rasgos característicos de su compañer@. Después las parejas se separan en varios lados del espacio y cada quien se tapa los ojos con paliacate. Empieza la búsqueda en silencio de la pareja. Cuando una pareja se siente segura de haberse encontrado se pueden quitar el paliacate y salir del juego (siempre y cuando no se equivocaron), para facilitar la búsqueda de las demás parejas. Personas que se equivocan se ponen otra vez el paliacate, se dan unas dos vueltas y siguen buscando.

### 4. Evaluación

¿Te costó trabajo encontrar a tu pareja? ¿Por qué (no)? ¿Qué sentiste al encontrar a tu pareja? ¿Tuviste miedo durante la búsqueda? ¿Te has perdido alguna vez en la vida real? ¿Cómo se siente esto?

### 7. Fuente

**Garaigordobil Landazabal, Maite**, *Programa Juego. Juegos cooperativos y creativos para grupos de niños de 6 a 8 años*. Madrid, Ediciones Pirámide, 2005, p. 98.

### 5.53. Búscame entre la multitud

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	10 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de buscar a la pareja con los ojos vendados, reconociéndola por la voz.

#### 2. Objetivos

Confianza, comunicación verbal. Cohesión grupal.

#### 3. Desarrollo

El grupo se divide en parejas que se conocen bien. Después las parejas se separan en varios lados del espacio y cada quien se tapa los ojos con paliacate y da unas vueltas para perder la orientación. Empieza la búsqueda: todo el mundo busca a su pareja diciendo únicamente en voz alta: “*Búscame entre la multitud*”. Cada quien repite la misma frase hasta encontrar a su pareja.

#### 4. Evaluación

¿Te costó trabajo encontrar a tu pareja? ¿Por qué (no)? ¿Qué sentiste al encontrar a tu pareja? ¿Tuviste miedo durante la búsqueda? ¿Te has perdido alguna vez en la vida real? ¿Cómo se siente esto?

#### 7. Fuente

**Bantulá Janot, Jaume,** *Juegos motrices cooperativos*. Barcelona, Editorial Paidotribo, 2004 (3), 1998, p. 65.

## 5. Juegos de confianza

### 5.54. Caballo ciego

<b>Edad</b>	A partir de 8 años
<b>Duración</b>	15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates, cuerda

#### 1. Definición

Se trata de guiar a la pareja ciega en silencio y con riendas, como si fuera caballo.

#### 2. Objetivos

Confianza, comunicación no verbal. Cohesión grupal.

#### 3. Desarrollo

El grupo se divide en parejas que se conocen bien. La persona de cada pareja que será “*caballo*” se tapa los ojos con el paliacate. La otra persona (*jinete*) tiene un pedazo de cuerda de unos dos metros que coloca alrededor de la cintura de su “*caballo*”, manteniendo los dos extremos en las manos, como si fueron las riendas. La comunicación entre “*jinete*” y “*caballo*” se realizará a través de pequeños jalones de los extremos de la cuerda. Una vez establecida el código de comunicación entre las dos, la pareja se pone en marcha, el/la “*jinete*” guiando a su “*caballo*” por el espacio del juego. El reto es conducir a su pareja ciego por todo el espacio sin chocar con nada y con nadie.

Después de unos minutos se invierten los roles.

#### 4. Evaluación

¿Lograron guiar bien a su pareja sin accidentes? ¿Les costó mucho trabajo construir la confianza mutua en su pareja? ¿Por qué (no)? ¿Qué aprendiste sobre la confianza y la seguridad?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Bantulá Janot, Jaume,** *Juegos motrices cooperativos*. Barcelona, Editorial Paidotribo, 2004 (3), 1998, p. 66.

### 5.55. Cuco piluco

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	10 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de evitar a ciegas a una persona designada quien convierte a todo el mundo en “cuco piluco”.

#### 2. Objetivos

Confianza, comunicación verbal. Cohesión grupal. Diversión y aventura.

#### 3. Desarrollo

Todo el mundo se tapa los ojos con un paliacate y se desplaza tranquilamente por todo un espacio seguro y bien delimitado. En secreto se designa a una persona el rol de *cuco piluco*. Esta persona no se quita el paliacate y sigue caminando como el resto. Cuando una persona del grupo se encuentra con otra le pregunta: “¿*Tu eres el cuco piluco?*”. Si la respuesta es negativa esta persona dice: “*No, yo no soy el cuco piluco*” y cada quien sigue su camino.

Si alguien se topa con el cuco piluco, éste no contestará y la primera persona le debe dar la mano y se convierte también en cuco piluco. Después de un rato habrá toda una fila de ‘cucos pilucos’ –tomados de la mano- y el juego termina cuando se integra la última persona a la fila.

#### 4. Evaluación

¿Te gustó el juego? ¿Te dio miedo el cuco piluco? ¿Cómo sentiste al integrarte en la fila de cucos pilucos?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Bantulá Janot, Jaume,** *Juegos motrices cooperativos*. Barcelona, Editorial Paidotribo, 2004 (3), 1998, p. 68.

### 5.56. Llegar en equipo

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	15-20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de llevar con sonidos al equipo –de ojos vendados- al mismo lugar y en el mismo momento.

#### 2. Objetivos

Confianza, comunicación verbal y no verbal. Cohesión grupal. Diversión y aventura.

#### 3. Desarrollo

Todo el mundo se reparte por el espacio del juego y tapa los ojos con un paliacate. Una persona mantiene los ojos abiertos y tendrá que dirigir al grupo. Quien dirige emite algún sonido previamente acordado (palmadas, un silbato o lo que sea) y todo el grupo avanza en silencio hacía esta persona guiándose con el sonido. A la vez, quien guía hace indicaciones específicas (“*acelera, Juan*”, “*Sarah, frena*”, “*Ve hacia tu derecha, Audrey*” etc) para lograr que todo el mundo llegue al mismo tiempo en algún lugar especificado: un círculo dibujado en el piso, por ejemplo (se indica unos segundos después de iniciado el juego, para que el grupo no sepa dónde). Quien dirige no puede tocar a nadie, dirige únicamente con sonidos y palabras. Se juega varias veces cambiando de roles.

#### 4. Evaluación

¿Lograron llegar junt@s a la meta? ¿Cómo lo hicieron? ¿Cuáles fueron los obstáculos o los problemas en el camino? ¿Cómo los superaron? ¿Cómo sentiste al lograr el objetivo con todo el grupo?

#### 5. Variaciones

## 5. Juegos de confianza

Con grupos mayores y/o después de jugar unas veces la versión sencilla, se puede repetir el juego pero *sin hablar*. Quien dirige tendrá que hacer señales previamente acordadas con el grupo para coordinar los movimientos y conseguir una llegada colectiva. Seguramente se necesitarán varios intentos para lograrlo.

### 7. Fuente

**Omeñaca Cilla, Raul & Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente**, *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona, Paidotribo, 1999, p. 93.

## 5.57. Busco a mi pareja

<b>Edad</b>	A partir de 5 años
<b>Duración</b>	10 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

### 1. Definición

Se trata de buscar a la pareja con los ojos vendados, emitiendo algunos sonidos previamente acordados con ella.

### 2. Objetivos

Confianza, comunicación no verbal. Cohesión grupal. Diversión y aventura.

### 3. Desarrollo

El grupo se divide en parejas quienes se ponen de acuerdo cual será su sonido común (ladrido, maullido, ruido de coche, de tren, etc). Después de unos momentos todo el mundo pone su paliacate, se dispersa por el espacio y empieza a buscar a su pareja, emitiendo el sonido acordado. Cuando las parejas se encuentran se destapan los ojos y se van hacia una pared, mientras terminan las últimas parejas. Se puede jugar varias veces, cambiando cada vez de pareja.

### 4. Evaluación

¿Te gustó el juego? ¿Tardaron mucho en ponerse de acuerdo sobre el sonido?  
¿Tardaron mucho en encontrarse? ¿Qué sentiste al encontrar a tu pareja?

### 5. Variaciones

Se puede cambiar la forma de moverse: gateando, reptando. Se puede hacer grupitos con un mismo sonido (familias) en lugar de parejas.

### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

**Omeñaca Cilla, Raul & Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente**, *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona, Paidotribo, 1999, p. 94.

### 5.58. ¡Guíame bien!

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	10 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates, palos

#### 1. Definición

Se trata de guiar a la pareja ciega con el apoyo de dos palos en las manos.

#### 2. Objetivos

Confianza, comunicación no verbal. Cohesión grupal. Diversión y aventura.

#### 3. Desarrollo

El grupo se divide en parejas. Cada pareja necesita dos palos (tamaño palo de escoba) y un paliacate. Una persona de cada pareja se acomoda detrás de la otra, viendo hacia el mismo lado. La persona de enfrente se pone el paliacate y toma en cada mano uno de los palos. La persona de atrás toma en su mano derecha el otro extremo del palo que tiene su pareja en la mano derecha, en su mano izquierda el palo que carga su pareja en la mano izquierda. Con ayuda de los dos palos la pareja va caminando con seguridad por el espacio, sin chocar con nada y con nadie. Después de unos minutos se cambian los roles.

#### 4. Evaluación

¿Lograron caminar a gusto en su pareja? ¿Nunca chocaron? ¿Tuvieron algunos problemas? ¿Cómo los superaron? ¿Qué aprendiste en este juego sobre la confianza y la responsabilidad?

#### 7. Fuente

**Omeñaca Cilla, Raul & Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente**, *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona, Paidotribo, 1999, p. 96.

## 5. Juegos de confianza

### 5.59. El carruaje

<b>Edad</b>	A partir de 12 años
<b>Duración</b>	20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de gatear con una pareja y llevar cargando a una persona sentada en las espaldas.

#### 2. Objetivos

Confianza, equilibrio, comunicación verbal. Contacto físico espontáneo, aceptación mutua. Cohesión grupal. Diversión y aventura.

#### 3. Desarrollo

El grupo se divide en tríos. Dos personas –con los ojos vendados- se ponen a gatas, una muy cerca de la otra, mirando hacia el mismo lado. La tercera persona (sin paliacate) se sienta en sus espaldas (acomodando el peso sobre las dos personas) y dirigirá al “carruaje”, con indicaciones claras y sencillas, para que el “carruaje” vaya por un circuito determinado (una vuelta corta). Después se cambian los roles, hasta que cada quien haya jugado en todas las posiciones.

#### 4. Evaluación

¿Les costó mucho trabajo acomodar a cada quien en los diferentes roles?  
¿Alguien no quiso asumir algún rol? ¿Lograron encontrar soluciones al problema?  
¿Cuál rol te gustó más? ¿Y cuál te costó más trabajo? ¿Qué aprendiste sobre la confianza y el trabajo en equipo en este juego?

#### 7. Fuente

## 5. Juegos de confianza

Variación de *La cuadriga* en **Omeñaca Cilla, Raul & Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente**, *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona, Paidotribo, 1999, p. 111.

### 5.60. La pasarela móvil

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Muy activo
<b>Material</b>	Ninguno

#### 1. Definición

Se trata de gatear por encima del equipo sin tocar jamás el piso para avanzar hacia la meta.

#### 2. Objetivos

Confianza, equilibrio, comunicación verbal. Contacto físico espontáneo, aceptación mutua. Cohesión grupal. Diversión y aventura.

#### 3. Desarrollo

El grupo se divide en equipos de 5 a 7 personas. Todo el equipo se coloca en fila a cuatro patas en el suelo (de preferencia pasto u otro terreno seguro). Tiene que haber por lo menos un punto de contacto entre cada persona (por ejemplo, Juan toma el tobillo de Mariana). Cuando la fila está completa y en contacto, la persona de atrás pasa gateando por encima de sus compañeros, sin tocar nunca el suelo, y se baja de la fila en frente, para prolongar así un movimiento grupal hacia una meta señalada. Cuando alguien toca el piso durante el paseo por arriba se tendrá que congelar donde está y esperar hasta que otra persona del equipo haga el recorrido y le salve tocándole para que pueda continuar. El equipo puede decidir cómo se le hace más fácil acomodarse para permitir el paso (no necesariamente tod@s se tienen que quedar mirando hacia el mismo lado, por ejemplo).

#### 4. Evaluación

## 5. Juegos de confianza

¿Cómo sintieron este ejercicio que combina confianza, equilibrio y cooperación?  
¿Cómo se pusieron de acuerdo para vencer los obstáculos? ¿Les costó mucho trabajo llegar a la meta? ¿Por qué (no)? ¿Cómo ves a tu equipo ahora?

### 7. Fuente

**Omeñaca Cilla, Raul & Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente**, *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona, Paidotribo, 1999, p. 110.

## 5.61. El *pescao*

<b>Edad</b>	A partir de 8 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Ninguno

### 1. Definición

Se trata de transportar a una persona a través de los brazos encadenados de personas sentadas en dos filas.

### 2. Objetivos

Confianza y cooperación. Contacto físico espontáneo, aceptación mutua. Cohesión grupal. Diversión.

### 3. Desarrollo

El grupo se divide en dos filas muy compactas –cara a cara con la otra fila- que se sientan en el suelo. Las personas de una fila se cruzan los brazos y dan las manos a la persona más cerca de la fila en frente, formando así una larga red a unos 50 centímetros del piso. En un extremo se acuesta una persona en la red y todo el mundo la va moviendo hacia el otro extremo con pequeños y suaves brincos, al final se reintegra con la red. Después pasa otra persona y así sucesivamente hasta que todo el mundo haya pasado.

### 4. Evaluación

¿Cómo sintieron este pequeño ejercicio de confianza y cooperación? ¿Te gustó pasar en ‘la red’? ¿Te gustó ayudar a ‘los peces’ a pasar? ¿Por qué (no)? ¿Cómo ves a tu grupo ahora?

## 5. Juegos de confianza

### 7. Fuente

Juego tradicional colombiano descrito en **Velázquez Callado, Carlos**, *Educação para a paz. Promovendo valores humanos na escola através da educação física e dos jogos cooperativos*. Santos, SP, Brasil, Projeto Cooperação, 2004, p. 103-104. Existe un juego tradicional muy parecido en Papúa Nueva Guinea (*Wali Wali*) descrito en **Orlick, Terry**, *The second cooperative sports and games book*. Random House, New York, 1982, p. 143.

## 5.62. El vendaval

<b>Edad</b>	A partir de 10 años
<b>Duración</b>	20-25 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio con obstáculos
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates, cuerda

### 1. Definición

Se trata de salir con el equipo de un espacio ‘muy peligroso’ con los ojos vendados, guiándose con una cuerda.

### 2. Objetivos

Confianza y cooperación. Contacto físico espontáneo, aceptación mutua. Diversión y aventura.

### 3. Desarrollo

Se prepara un camino bastante complicado con obstáculos (por debajo de una mesa, por encima de un montón de colchonetas,...). Se pone una cuerda por todo el camino.

El grupo se divide en equipos de 5-6 personas. Si no dispones de mucho espacio o materiales para hacer obstáculos juega un equipo a la vez y las demás personas imitan sonidos de tormenta.

El equipo, con los ojos vendados, tiene que regresar a la ‘base’ a través de la tremenda tormenta. Para lograrlo el equipo tienen que seguir unido y seguir una cuerda que atraviesa todo un circuito un poco complicado.

Con grupos muy maduros se puede pedir que se haga el ejercicio en silencio.

## 5. Juegos de confianza

### 4. Evaluación

¿Cómo sintieron este pequeño ejercicio de confianza y cooperación? ¿Su equipo logró construir un ambiente de confianza mutua? ¿Te gustó pasar por los obstáculos? ¿Te gustó ayudar al resto de tu equipo?

### 7. Fuente

Idea original de **Frans Limpens**.

## 5.63. El radar

<b>Edad</b>	De 8 a 12 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio y seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

### 1. Definición

Se trata de caminar con los ojos vendados escuchando los sonidos de las demás para no chocar.

### 2. Objetivos

Confianza y cooperación en equipos grandes. Contacto físico espontáneo, aceptación mutua. Diversión y aventura.

### 3. Desarrollo

Las niñas y los niños, en círculo, forman dos equipo numerándose con los números 1 y 2. El equipo 1 entra en el círculo y cada integrante se inventa algún sonido repetitivo y diferente cada quien (por ejemplo: tictac, tictac o chuc, chuc o bip, bip,...). Después el equipo 1 se venda los ojos y empieza a caminar en el círculo. Cada integrante del equipo 1 tiene que estar muy pendiente de los sonidos de las demás personas para no chocar. El equipo 2 mantiene el círculo y ayuda al equipo 1 a no salir del círculo: tocando el hombro y volteando con mucha suavidad y en silencio.

Después de unos minutos se invierten los roles.

### 4. Evaluación

## 5. Juegos de confianza

¿Cómo sintieron este pequeño ejercicio de confianza y cooperación? ¿Su equipo logró construir un ambiente de confianza mutua? ¿Te gustó caminar en el centro? ¿Te gustó ayudar al otro equipo para que no saliera del círculo?

### 7. Fuente

**Bantulá Janot, Jaume**, *Juegos motrices cooperativos*. Barcelona, Editorial Paidotribo, 2004 (3), 1998, p. 72.

### 5.64. Pastora, cordero y perro

<b>Edad</b>	De 8 a 12 años
<b>Duración</b>	15-20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio y seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Paliacates

#### 1. Definición

Se trata de guiar con palmadas u otro sonido a tu ‘cordero’ y tu ‘perro’ ciegos al corral .

#### 2. Objetivos

Confianza y cooperación en tríos. Concentración y orientación auditiva. Diversión.

#### 3. Desarrollo

Se divide el grupo en tríos. Cada trío tendrá una *pastora*, un *cordero* (con paliacate) y un *perro* (con paliacate). Los tríos ensayan un sonido típico de la pastora (palmadas, silbido, otro sonido con manos, dedos o pies...). El sonido tiene que ser diferente del sonido de otras pastoras.

A una señal los *corderos* y *perros* se separan entre ellos una distancia de 30 o 40 metros y se tapan los ojos con el paliacate. La *pastora*, reproduciendo el sonido acordado tiene que acercar su *perro* a su *cordero* y después llevar a los dos hacia algún lugar acordado para “encerrarlos en el corral” de su granja. Durante el juego el *perro* solo puede decir ‘gua gua’ y el *cordero* dirá ‘beee beee’.

Después se cambian los roles (se juega tres veces: a cada quien le toca cada rol una vez).

## 5. Juegos de confianza

### 4. Evaluación

¿Cómo sintieron este pequeño ejercicio de confianza, coordinación y cooperación? ¿Tu trío logró construir un ambiente de confianza mutua? ¿Te costó trabajar ubicar a tu *pastora* y encaminarte al corral?

### 7. Fuente

**Bantulá Janot, Jaume,** *Juegos motrices cooperativos*. Barcelona, Editorial Paidotribo, 2004 (3), 1998, p. 74.

## 5.65. En volandas

<b>Edad</b>	A partir de 14 años
<b>Duración</b>	15-20 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio y seguro
<b>Ritmo</b>	Muy activo
<b>Material</b>	Ninguno

### 1. Definición

Se trata de trasladar a una persona por encima de las cabezas, cargándola con mucho cuidado y cambiando posiciones.

### 2. Objetivos

Confianza y cooperación en equipos medianos. Desarrollo de las cualidades físicas: fuerza. Actitud de respeto a las diferencias de sexo. Diversión y aventura.

### 3. Desarrollo

Se trabaja en equipos de entre 10 y 12 personas. Habrá uno o dos personas de seguridad al lado de cada equipo. El equipo se coloca de pie, junto en fila y mantiene a una persona acostada encima de las cabezas. Quienes cargan a la persona deben trasladarla poco a poco, pero sin desplazarse: nada más mueven a la persona hacia un extremo de la fila y después quienes ya no cargan cambian rápido de posición. La última persona en la fila (en la cabeza de la persona acostada) corre por fuera de la fila al otro extremo para recibir en su momento los pies de la persona acostada. Así sucesivamente hasta trasladar a la persona un par de metros. Luego cambian los roles.

### 4. Evaluación

## 5. Juegos de confianza

¿Cómo sintieron este ejercicio delicado de mucha confianza, coordinación y cooperación? ¿Tu equipo logró construir un ambiente de confianza mutua? ¿Te animaste a subirte y dejarte cargar? ¿Por qué (no)?

### 7. Fuente

**Omeñaca Cilla, Raul & Ruiz Omeñaca, Jesús Vicente**, *Juegos cooperativos y educación física*. Barcelona, Paidotribo, 1999, p. 133.

## 5.66. Bzzzzzz

<b>Edad</b>	A partir de 6 años
<b>Duración</b>	5 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio y seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Ninguno

### 1. Definición

Se trata de caminar con los ojos cerrados y tomar las manos de personas en el centro del círculo.

### 2. Objetivos

Pequeño ejercicio de confianza con bajo umbral.

### 3. Desarrollo

El grupo se forma en un círculo muy amplio, con las manos sueltas. A una señal todo el mundo cierra los ojos y camina lentamente hacia el centro, haciendo un siseo suave (bzzzzzz). Con cuidado para no golpear ni lastimar a nadie, cada quien trata de tomar las manos de dos personas. Quien logra esto se queda tomando las manos de dos personas, puede abrir los ojos y se queda en silencio observando. El juego termina cuando las últimas personas logran dar sus manos.

### 4. Evaluación

¿Cómo sentiste este pequeño ejercicio de confianza? ¿Te costó trabajo mantener los ojos cerrados? ¿Fuiste de las últimas personas en encontrar manos? ¿Se siente diferente ser la última? ¿Por qué? ¿Cómo ves al grupo ahora?

### 7. Fuente

**Wiertsema, Huberta**, *Honderd bewegingsspelen voor onderwijs en jeugdwerk*. (Cien juegos de movimiento para la enseñanza y el trabajo con jóvenes), Katwijk, Países Bajos, Panta Rhei, 2001 (3), 1991, p. 65.

### 5.67. La roña ciega

<b>Edad</b>	A partir de 10 años
<b>Duración</b>	10-15 minutos
<b>Lugar</b>	Espacio amplio y seguro
<b>Ritmo</b>	Activo
<b>Material</b>	Algunos paliacates

#### 1. Definición

Se trata de buscar con los ojos cerrados y tocar a otra persona ‘ciega’ que evita ser encontrada.

#### 2. Objetivos

Promover actitudes de cuidado y de confianza en el grupo. Diversión.

#### 3. Desarrollo

El grupo se forma en un círculo muy amplio, con las manos sueltas, en un espacio seguro. Dos personas se colocan en el centro del círculo, con los ojos vendados. Una persona (A) “tiene la roña” y trata de pasarla a la otra persona (B) quien trata de evitar el contacto. Ninguna de las dos personas puede ver. No se vale correr ni hacer movimientos muy bruscos con las manos (y menos con los pies). Todo el grupo mantiene silencio y cuida a las personas ciegas para que no salgan del círculo (se voltea con cuidado a la persona ciega que llega al límite del círculo):

#### 4. Evaluación

¿Cómo sentiste este pequeño ejercicio de confianza? ¿Te costó trabajo mantener el silencio y cuidar a las personas ciegas? ¿Sentiste el apoyo y la concentración

## 5. Juegos de confianza

del grupo? ¿Te animaste a ser persona ciega? ¿Por qué (no)? ¿Cómo ves al grupo ahora?

### 5. Variantes

Cada medio minuto (más o menos) la persona “con roña” puede gritar “¿Dónde estás?” y la otra persona le tiene que contestar “¡Aquí!”

### 7. Fuente

**Wiertsema, Huberta**, *Honderd bewegingsspelen voor onderwijs en jeugdwerk*. (Cien juegos de movimiento para la enseñanza y el trabajo con jóvenes), Katwijk, Países Bajos, Panta Rhei, 2001 (3), 1991, p. 65.

**Wiertsema, Huberta**, *Honderd bewegingsspelen voor onderwijs en jeugdwerk*. (Cien juegos de movimiento para la enseñanza y el trabajo con jóvenes), Katwijk, Países Bajos, Panta Rhei, 2001 (3), 1991, p. 35.