



1. Herramienta.

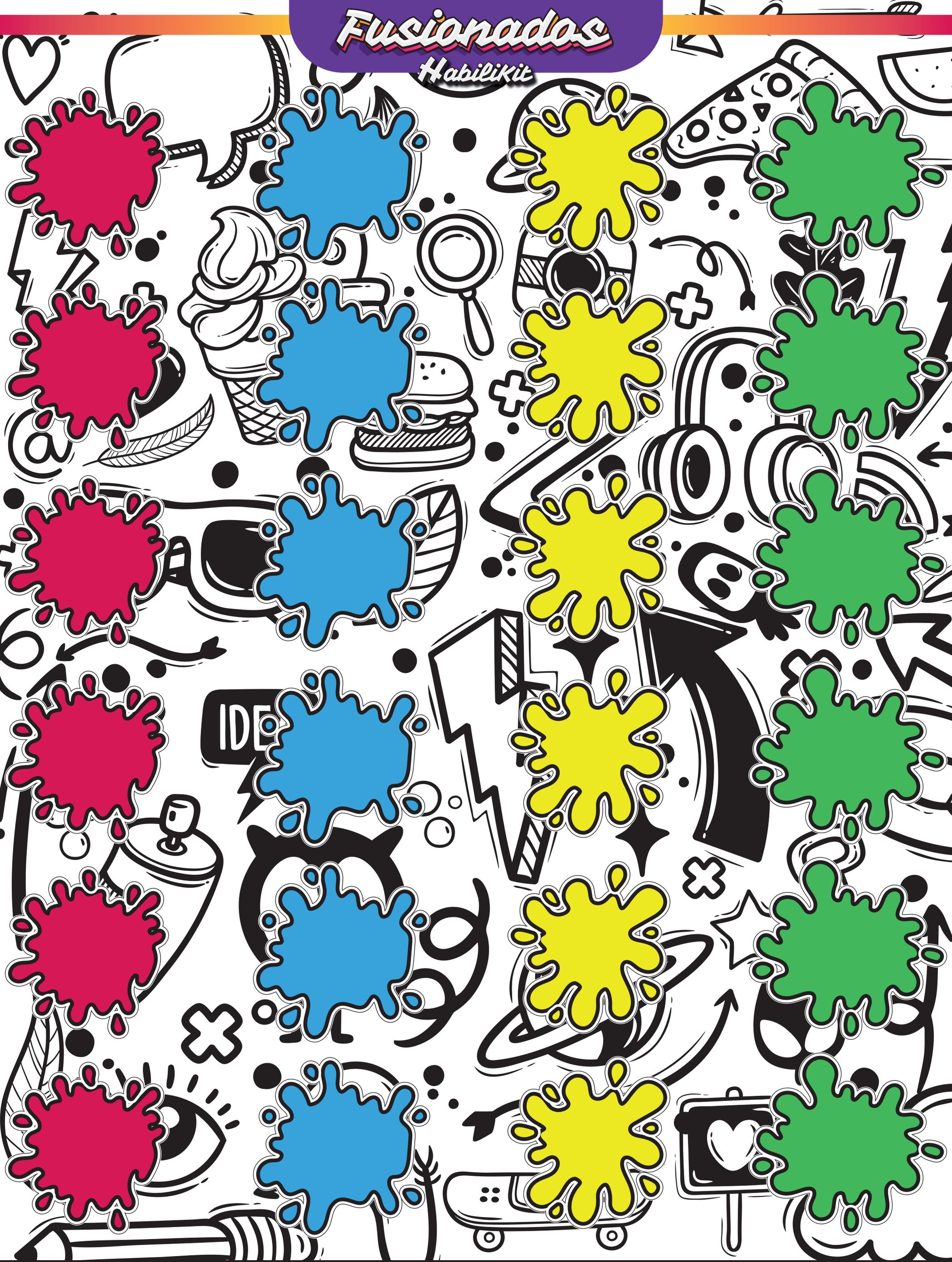


Materiales:

- **Un tapete a gran escala:** dimensiones: 1.40 x 2.00 metros; (100% poliéster)
- **Una ruleta:** cartón prensado 1.5gm y 25 cm de diámetro.
- **Una tabla de puntuación:** cartón presando 1.5 y Vinilo Adhesivo tipo tablero borrrable. Diámetro 20 cms
- **60 tarjetas de juego:** de 5x6 cm impresas a color por ambos lados.

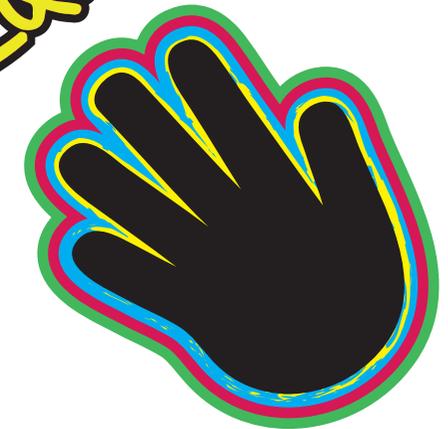
Fusionadas

Habilikit





MANO IZQUIERDA



PIE DERECHO



PIE IZQUIERDO



MANO DERECHA



Nombre de los jugadores

Puntuaciones

Totales

Nombre de los jugadores			
Puntuaciones			
Totales			



Retos



¿Qué tantas caras haces tú?

Pídele a un compañero que realice algunos gestos con su rostro e imítalo

Ejemplo, guiñar el ojo, inflar la boca o mover las cejas

Si tu compañero se ríe, ganarán un punto los dos

X 1 punto



Retos



Inventa una frase corta con las palabras:
sueños y posibilidad

Ahora, pídele a alguien que repita la frase que armaste, pero cambiando todas las vocales por la *a*

Ejemplo
¿Padrá hacarla ta campañaara?

X 1 punto



Retos



Cuéntale a alguien un cuento muy corto que recuerdes de tu infancia

Luego, pídele que te ayude a armar otro final, por ejemplo, la princesa no se casó con el príncipe, decidió estudiar y viajar.

¿Puedes imaginar cómo será el final de la historia?

X 2 puntos



Retos



Vamos a cantar

Tararea una breve parte de tu canción favorita y pídele a otra persona que también lo haga. Una vez terminen, pregúntale qué canción era y cuéntale de la tuya

Ahora, pídele que combine las dos canciones
¿Qué tal suena?

X 1 punta



Retos



Dale un fuerte abrazo a esa
persona ubicada a tu
derecha

Este abrazo representa una
pausa AC-TI-VA

X 7 puntos



Y dice

Yo soy porque tú eres. Tú eres porque yo soy. Ellos son porque nosotros somos. Y nosotros somos porque ellos son. Entonces

¿quién soy yo?

X 7 punta



Teléfono roto

Juan contó una información a Sonia. Sonia agregó otra información al mensaje de Juan para contárselo a Carmela, quien reaccionó muy raro.

¿Cuál es la explicación de esa reacción?

X 7 puntos



Acertijo

Si Ana te cuenta una situación que la hace sentir triste, y te das cuenta de que en su forma de hablar y de actuar lo expresa así

¿qué crees podrías decirle para que se sienta mejor?

X 2 puntos



Reconociendo mis acciones

Si una persona se siente triste
porque le gritaste

**¿qué podrías hacer para que
se sienta mejor?**

x 2 puntos



¿Qué crees que significa la frase?

**Yo soy porque nosotros
somos**

X 7 punta



Acertijo

¿Qué características tienes para considerarte una persona empática? por ejemplo, en tu actitud, tu forma de ser, tus emociones, incluso en tu físico

X 7 puntos



BONUS



Sonríe

Tú y una persona de tu elección podrán tomar una posición en el juego que los haga sentir más cómodos



BONUS



Este bonus te regala la posibilidad de ubicar a un compañero en una posición NO cómoda, dando una sola instrucción para su movimiento, por ejemplo:

pie derecho en
círculo amarillo



Prueba fusión

Llegó la hora de brillar

Canta el coro de una de tus
canciones favoritas



Prueba Fusión

**Esta es una penitencia
dirigida hacia la audiencia**

Haz una rima con la palabra
empatía, (la puedes hacer al
ritmo de tu música favorita)



Retos



Responde rápidamente

¿Ser saludable es hacer ejercicio y comer bien?
¿Por qué?

X 2 puntos



Retos



Tienes dos minutos para
componer una frase que rime
con las palabras

Relación-sana-saludable

¡Mué-ve-te!

X 7 puntos



Retas



Cuenta la siguiente historia a la persona ubicada enfrente tuyo, como si le estuvieras hablando de tu vida “Me grita de vez en cuando. Me regala chocolates cuando me ha insultado. Me dice palabras ofensivas si ve como saludo a mis amigos, pero siempre está ahí para mí”.

¿Qué opina la persona de la historia?

X 7 puntos



Retos



Mantente en forma

Realiza una rondita de lagartijas o abdominales y demuestra tus habilidades físicas

X 7 puntos



Retas



Anima a tus compañeros a que compartan las palabras que siempre tienen en mente para tratar de llevar relaciones sanas y saludables

X 7 puntos



Si te encuentras con alguien de quien te alejaste para evitar problemas, y te invita nuevamente a conversar o a realizar alguna actividad.

¿Qué harías?

X 7 puntos



¿Qué le dirías a esa persona
de quien sabes está
consumiendo sustancias
psicoactivas?

X 7 puntos



Una persona te acaba de decir algo negativo sobre ti que escuchó decir a alguien más

¿Cuál sería tu reacción?

Demuestra tus relaciones sanas y saludables

X 7 puntos



Si una persona te pide ayuda o un consejo para tener hábitos o prácticas más saludables ¿qué le dirías?

X 7 puntos



Acertijo

Tus amigos te retan a hacer algo que, si bien te llama la atención, es riesgoso y puede traerte consecuencias negativas (como anteriormente puede haberte pasado)

¿Aceptarías el reto?

X 7 puntos



Hay una persona que te gusta mucho y decides pasar más tiempo con ella.

¿En qué conductas saludables te fijarías para decidir si continúas o no saliendo con esa persona?

X 7 puntos



BONUS



Has sido el(la) feliz ganador(a)
de una técnica de ejercicio de
respiración.

Elige la persona que desees
para que te guíe en esa
técnica, y así puedas respirar
y sentirte mejor



BONUS



Reclama un aplauso por parte del facilitador y de tus compañeros. Te lo mereces por ser un excelente jugador

Los aplausos alegran



Prueba Fusión

Elige un(a) compañero(a) y recojan la mayor cantidad de papeles y vasos plásticos (o empaques de comida) que encuentren a su alrededor. Las relaciones sanas incluyen mantener nuestro entorno limpio y seguro.

Juntos lo lograrán



Prueba Fusión

Reemplaza en esta ronda a la persona que tenga la posición más incómoda.

Ponerse en los zapatos de tu compañero(a) forma parte de las relaciones sanas y saludables



Retos



Encuentras en tu camino una piedra mágica. Esta funciona si logras convencer a la persona de enfrente a que te ayude a crear una breve historia para lograr vender la piedra

¿Cómo lo convencerías?

x 7 puntos



Retos



Tu reto es conocer todos los apellidos de tus compañeros y organizarlos por orden alfabético. Crea una estrategia para recordarlos y ordenarlos. Todos te pueden ayudar.

En sus marcas, listos, fuera.

X 2 puntos



Retos



Mano con pie ¿izquierda o derecha?

Menciona lo más rápido que puedas la ubicación de las manos y pies de los compañeros que están en el tapete.

Ejemplo, mano izquierda azul, pie derecho amarillo. Pídeles a tus compañeros que te ayuden.

X 7 puntos



Retos



Piensa lo más rápido que puedas una sola palabra que te defina a ti y tu equipo

Ejemplo, yo soy colaborador.
Mi equipo es victorioso

x 7 puntos



Retos



Mantén contacto visual con la
persona de al lado

Si parpadeas, pierdes

x 7 puntos



Acertijo

¡Somos un equipo ganador!
Si tienes diez personas que
han ganado el reto
¿cómo los premiarías si solo
tienes de regalo dos bombones
de chocolate, tres pasteles de
pollo y un vaso de agua?

Recuerda que todos trabajaron
por igual y merecen la misma
recompensa.

X 7 puntos



Algunos meses tienen 31 días, otros solo 30. ¿Cuántos tienen 28 días?

La respuesta no es febrero, así que pide ayuda a tus compañero(a)s para encontrar la solución

Respuesta: todos los meses del año tienen 28 días

x 7 puntos



Acertijo

Tienes dos compañeros y puedes elegir solo a uno para ser el(la) nuevo integrante de un equipo, del cual tú eres el líder. La primera es una persona feliz pero que no aporta ideas nuevas al trabajo en equipo. La segunda es muy despistada y olvida todo, pero tiene buenas ideas para trabajar en equipo. ¿A quién elegirías y por qué?

X 7 puntos



Asertiva

¿Listo(a) para responder?
Si escuchar es comunicar, y
ver es reconocer
¿qué es escuchar sin
comunicar y ver sin
reconocer?

*Respuesta: sin comunicación
asertiva y sin reconocimiento solo
se juzga o se etiqueta a una
persona*

X 7 puntos



Acertijo

Si uno de tus compañeros tiene un reloj de arena de minutos, otro tiene uno de 10 minutos y tú un reloj de arena que cuenta un minuto ¿qué deberías hacer para contabilizar treinta minutos?
Pide ayuda a dos personas para resolver el acertijo

X 7 puntos



Anima a tus compañeros a
trabajar en equipo

Compón un ritmo con este
acertijo e incluye la frase:
trabajo en equipo

R _ S _ _ _ _ B _ _ _ D _ D

X 3 puntos



BONUS



Movilízate

Da una vuelta corriendo y rodea a personas que están dentro del juego. Estírate mientras los demás siguen en sus posiciones



BONUS



Descansa

Toma una posición cómoda (siéntate) durante esta ronda y observa a tus compañeros en las posiciones en las que están



Prueba Fusión

En la próxima ronda tendrás los ojos cerrados. Tus compañeros te darán instrucciones y te guiarán en la posición indicada en el juego

¿Lo lograrás?



Prueba Fusión

Elige a dos personas, a quienes invitarás a una mini sesión de respiración y relajación.

Tú misión es decirles cómo respirar y relajar sus músculos.

Hazlo por dos minutos



Retos



¿Imitador o imitado? Pídele al
compañero ubicado enfrente
de ti que te imite.
Al final pregúntale

¿qué sentiste con la
expresión?

X 7 puntos



Retas



¿A buen entendedor, muchas palabras?

Pídele a tus compañeros que te cuenten al mismo tiempo una historia en un minuto

¿Qué entendiste?

X 7 puntos



Retos



Sin hablar o escribir, intenta comunicar lo siguiente:

Es importante que las personas me escuchen cuando estoy hablando

X 7 puntos



Retos



¿Tienes habilidades de artista?

Simula dibujar con tu mano, en la espalda de un compañero, algo que se te ocurra, por ejemplo, una casa o un árbol.

Pregúntale qué dibujaste

X 7 puntos



Retos



¿Y qué tal está tu memoria?

Dirás una palabra relacionada con la comunicación asertiva. Luego, cada compañero irá diciendo una. Al final, las repetirás todas.

¿Listo?

X 7 puntos



Repite la frase:

Somos o no somos

Ahora léela al revés
¿Qué contraste?

X 2 puntos



¿Qué palabra crees que puede completar la siguiente frase?

Si gritas no entiendo, si no entiendo, no hablo y si no hablo, no _____

X 7 puntos



En-coordinación en 3, 2, 1...

Si una persona te responde sí a una pregunta, pero con el movimiento de la cabeza te dice no ¿qué crees que te dijo?

X 7 puntos



Adivina adivinador

Tarta, pero no es la comida;
mu, pero no el sonido de la
vaca; do, pero no es la nota
musical ¿Qué es?

Respuesta: tartamudo

X 7 puntos



Un amigo tuyo te dice

Se venden amigo camas para
niños de madera

Sin herir sus sentimientos
¿cómo le dirías a esa persona
que puede mejorar la frase
para facilitar su comprensión?

X 2 puntos



¿Qué harías si...?

Te acabas de dar cuenta que cometiste un grave error al comunicarte y esto generó un malentendido. ¿Huyes despavorido de la escena o haces la aclaración?

¿Qué deberías hacer?

X 3 puntos



BONUS



¡Felicitaciones!

Ganaste una tarjeta asertiva

Úsala cuando te encuentres
en una posición incómoda



BONUS



Oye, tú

Aprovecha esta gran oportunidad. Dile a uno de tus compañeros, ojalá la persona que tenga la posición más incómoda, que va a estar congelado durante una ronda



Prueba Fusión

Utiliza una manera diferente de hablar a la que utilizas normalmente (por ejemplo, ríe, llora, habla suave o fuerte) y repite el siguiente trabalenguas a tus compañeros:

**Si al pronunciar te trabas con
las palabras, practica con
trabalenguas, porque
trabalenguando,
trabalenguando, te irás
destrabalenguando**



Prueba Fusión

Ser o parecer

Por medio de mímica interpreta a una persona muy callada o tímida, otra muy efusiva, por ejemplo, enojada, y otra tranquila, que habla y deja hablar. ¿Cómo serían las caras que harías? Si los demás logran adivinar, lo habrás logrado