

| | |
|---|--------------------|
| Tema: | Subtema: |
| Metodología de mediación <i>día</i> | Principio Orientar |
| Nombre de la actividad: | Tiempo: |
| La cola de vaca | 5 minutos |
| Intención: | Materiales: |
| - Liberar energía - Eliminar el cansancio - Integrar al grupo y conocerse | Ninguno |
| Conocimientos/Habilidades: | |
| - Activación de energía - Atención | |
| Productos/Evidencia: | |
| Ninguno | |
| Instrucciones: | |
| <p>Inicio</p> <ol style="list-style-type: none"> Pedir a los participantes que formen un círculo. <p>Desarrollo</p> <ol style="list-style-type: none"> Mencionar que realizará preguntas a cualquier persona del grupo. Sin importar de qué pregunta se trate, la respuesta del participante debe ser siempre: “La cola de vaca”. Mencionar al grupo que todos pueden reírse, menos el que está respondiendo, ya que si se ríe tendrá que pasar al centro y le tocará hacer las preguntas. <p>Ejemplos:</p> <p>¿Cuál es tu postre favorito? “La cola de vaca”.</p> <p>¿Quién es tu maestra de matemáticas? “La cola de vaca”.</p> <p>¿Quién es tu mejor amigo? “La cola de vaca”.</p> <p>¿Quién te gusta? “La cola de vaca”.</p> <p>Cierre</p> <ol style="list-style-type: none"> Preguntar a los participantes cuál es su nivel de energía después del ejercicio y si cambió con relación a su nivel inicial. | |
| Preguntas reflexivas: | |
| ¿Qué habilidades pusimos en práctica en este ejercicio? | |
| Sugerencias/Adaptaciones: | |
| Puede utilizar otras frases divertidas como respuestas. Pida al grupo algunas propuestas. | |

