



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

1 SALUDO 01

Camina por el salón. Cuando el maestro(a) diga "¡saludo espejo!", detente frente a alguien y hagan tres gestos idénticos al mismo tiempo (como si se vieran en un espejo), diciendo "te veo" en vez de "hola".

2 SALUDO 02

Cada quien imagina que tiene una burbuja invisible a su alrededor: Su espacio personal. Camina por el salón y saluda a tus compañeros con una ola de mano, sin tocarlos, diciendo: "Respeto tu espacio."

3 SALUDO 03

En círculo, alguien dice su nombre en voz alta. Todo el grupo lo repite igual, como un eco. Sigue con la siguiente persona hasta que todos hayan escuchado su nombre repetido por el grupo.

4 SALUDO 04

Formen una fila tomados de la mano. La primera persona aprieta suavemente la mano de quien tiene al lado y dice: "Te respeto." El apretón y la frase pasan de mano en mano por toda la fila hasta llegar al último.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

5 SALUDO 05

Camina por el salón. Cuando te encuentres con un compañero, digan juntos su nombre en voz alta y hagan una pose de "¡Ta-Da!" (brazos abiertos hacia arriba, como recién logrando algo grande). Repite con 3 compañeros distintos.

6 SALUDO 06

En parejas, uno dice su nombre y hace un movimiento chistoso (como robot, como superhéroe, como animal). El otro lo copia exactamente y dice su propio nombre con otro movimiento. Cambien de pareja una vez más.

7 SALUDO 07

Formen un círculo. El docente empieza aplaudiendo una vez y diciendo su nombre. La persona de al lado aplaude una vez y dice su propio nombre, y así sigue el aplauso viajando por todo el círculo, cada vez un poco más rápido.

8 SALUDO 08

Formen un círculo. Cada quien, por turnos, hace una "ola de aplauso": levanta las manos, aplaude una vez arriba de su cabeza y dice su nombre en voz fuerte, como si celebrara un logro. El aplauso pasa de persona en persona alrededor del círculo.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

9 SALUDO 09

En parejas, frente a frente, respiren juntos una vez, profundo y despacio. Al terminar, digan juntos: "Hola, tranquilo(a)." Cambien de pareja una vez más y repitan.

10 SALUDO 10

Camina por el salón. Cuando te encuentres con un compañero, digan en qué color de semáforo sienten que traen su día: verde (tranquilo), amarillo (un poco alterado) o rojo (muy alterado). Solo se dicen el color, sin explicar más. Repite con 3 compañeros distintos.

11 SALUDO 11

Formen una fila. Cada quien saluda a la persona frente a él con un choque de codos y dice: "Espero mi turno." Al saludar, avanza al final de la fila para saludar a la siguiente persona, hasta que todos hayan saludado a todos.

12 SALUDO 12

Camina por el salón. Cuando te encuentres con un compañero, hagan juntos la seña de "Alto" (mano como stop), digan "¡Yo mando!" y sigan caminando a saludar a alguien más.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

13 SALUDO 13

Camina por el salón. Cuando te encuentres con un compañero, digan cómo se sienten hoy usando solo una palabra (ejemplo: "contento", "cansado", "nervioso"), y después choquen la mano. Repite con 3 compañeros distintos.

14 SALUDO 14

Camina muy despacio por el salón, como un volcán dormido. Cuando el docente diga "¡Despierta!", saluda con energía a la persona más cercana chocando las manos, y vuelve a caminar despacio como volcán dormido. Repite 3 veces.

15 SALUDO 15

Camina por el salón. Cuando te encuentres con un compañero, toquen su corazón con una mano y digan una palabra que los calma (ejemplo: "mi mamá", "mi perro", "la playa"). Repite con 3 compañeros distintos.

16 SALUDO 16

Formen un círculo. Cada quien dice su nombre y algo que aprendió sobre sus emociones este mes, en una palabra (ejemplo: "aprendí a nombrar", "aprendí a calmarme"). El grupo aplaude después de cada uno.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

17 SALUDO 17

En parejas, cuenten juntos "3, 2, 1" en voz alta y al llegar a "0" salten y choquen las manos en el aire gritando "¡Despegue!". Cambien de pareja y repitan 2 veces más.

18 SALUDO 18

Formen un círculo. El docente empieza haciendo un sonido y un gesto de energía (ejemplo: un aplauso fuerte con un "¡Sí!"). La persona de al lado repite ese mismo gesto y sonido, y agrega uno propio. Así sigue la "ola de energía" dando la vuelta al círculo, sumando gestos.

19 SALUDO 19

Camina por el salón muy lento, arrastrando los pies, como si La Flojera te hubiera atrapado. Cuando el docente diga "¡Energía!", saluda de inmediato a la persona más cercana con un choque de manos y una sonrisa grande. Repite 3 veces.

20 SALUDO 20

Formen un círculo. Cada quien, por turnos, dice su nombre con mucha energía y hace un gesto de "chispa" (como si aventara confeti con las manos). El grupo repite el gesto y grita el nombre de esa persona con entusiasmo.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

21 SALUDO 21

En parejas, obsérvense la cara 3 segundos sin hablar. Adivina con una palabra cómo se siente tu compañero hoy (contento, cansado, emocionado) y dila en voz alta. Salúdense de mano y cambien de pareja una vez más.

22 SALUDO 22

En parejas, uno comparte algo que le salió bien esta semana (aunque sea pequeño). El otro responde chocando la mano y diciendo "¡Qué bien, felicidades!" con energía real. Cambien de pareja y repitan, intercambiando roles.

23 SALUDO 23

Camina por el salón. Cuando veas a un compañero, ofrécele tu mano como si lo fueras a ayudar a cruzar algo, y di "aquí estoy" antes de saludarlo normal. Repite con 3 compañeros distintos.

24 SALUDO 24

En círculo, cada quien saluda a la persona de su derecha con un aplauso especial solo para ella, como si le regalara ese aplauso.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

25 SALUDO 25

Camina por el salón como si el clima cambiara: cuando el docente diga "sol", caminas tranquilo y sonriente saludando con la mano. Cuando diga "tormenta", caminas agitado, con cara de enojo (sin tocar a nadie). Cuando diga "vuelve el sol", regresas a caminar tranquilo y saludas a quien tengas cerca. Repite el ciclo 2 veces.

26 SALUDO 26

En parejas, uno dice en voz alta "fue tu culpa" con cara de enojo (jugando), y el otro responde con calma "vamos a verlo juntos" y le ofrece la mano para saludarlo. Cambien de pareja y repitan, intercambiando roles.

27 SALUDO 27

Camina por el salón dando pasos grandes y pesados, como si estuvieras enojado (jugando). Cuando el docente diga "¡Regreso!", camina despacio y tranquilo hasta saludar a un compañero con calma. Repite 2 veces con compañeros distintos.

28 SALUDO 28

En parejas, uno dice "esto me molestó" con cara de enojo (jugando) y el otro responde "hablemos" con la mano extendida para saludarlo con calma. Cambien de pareja y repitan.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

29 SALUDO 29

Camina por el salón haciendo una pose de superhéroe distinta cada vez que saludes a un compañero (brazos en la cintura, puño al cielo, brazos cruzados). Repite con 3 compañeros distintos.

30 SALUDO 30

En parejas, uno hace una pose de "está atorado" (cara de frustración, brazos cruzados) y el otro le ofrece una idea chocando las manos y diciendo "¡prueba así!". Cambien de roles y repitan con otra pareja.

31 SALUDO 31

En parejas, uno intenta decir el nombre de su compañero al revés (las sílabas cambiadas) y se ríen juntos del intento, sin que importe si sale perfecto. Después se saludan de mano normal. Cambien de pareja y repitan.

32 SALUDO 32

Formen un círculo. Cada quien, por turnos, dice su nombre y hace su pose de superhéroe favorita del mes. El grupo repite la pose y aplaude.



¡Nos saludamos con respeto!

Elegimos una dinámica breve para vernos, escucharnos y comenzar el día como equipo.

NOS VEMOS · NOS RESPETAMOS · CONECTAMOS

33 SALUDO 33

En círculo, cada quien dice su nombre y una palabra de cómo se siente al cerrar el año (contento, orgulloso, nervioso). El grupo repite la palabra en coro antes de aplaudir.

34 SALUDO 34

Formen una fila. El primero de la fila dice el nombre de un villano que vencimos este año (por ejemplo "La Flojera") y hace una pose de vencedor. Todos repiten la pose y avanzan un pasito. Sigue el siguiente de la fila con otro villano, hasta que todos hayan participado.

35 SALUDO 35

En parejas, uno hace la seña de "Alto" (mano como stop) y dice "¡Yo mando!"; el otro responde con el gesto del Abrazo de Mariposa. Después se saludan de mano y cambian de pareja.

36 SALUDO 36

Entre todos votan, levantando la mano, cuál fue su saludo favorito de todo el año, y lo hacen juntos para empezar la clase.